

Carpaal tunnelsyndroom

Inleiding

Deze folder geeft u informatie over het carpale tunnelsyndroom. Het is goed u te realiseren dat de situatie voor iedereen anders is. Deze folder geeft een algemeen overzicht. In een gesprek zal de arts u een toelichting geven en is er gelegenheid om vragen te stellen.

Het carpale tunnelsyndroom

Het carpale tunnelsyndroom is een beknelling van de middelste zenuw van de handwortel. Deze zenuw loopt van de onderarm naar de handpalm via een tunnel die wordt gevormd door de handwortelbeentjes en een stevig peesblad aan de handpalmzijde van de pols. Door deze tunnel lopen ook de buigpezen van de vingers. De beknelling van de zenuw ontstaat als de druk in de tunnel toeneemt. Vaak is er geen eenduidige oorzaak. Er is wel een relatie met hormonale veranderingen, zoals tijdens de zwangerschap en in de overgang, overbelasting, reuma, bindweefsel- en schildklierandoeningen. Carpaal tunnel syndroom komt ook vaker voor bij mensen met diabetes of na een botbreuk van de pols.

Wat zijn de klachten?

De klachten bij dit syndroom kunnen uiteenlopen. Zo kunt u last hebben van:

- een prikkelend en pijnlijk gevoel of tintelingen in de vingers en in de hand;
- een doof gevoel in de handpalm en in de vingers, soms een gevoel alsof uw hand is gezwollen;
- een uitstralende pijn naar uw onderarm, de elleboog en zelfs de schouder en nek;
- soms krachtverlies in uw hand, waardoor u zomaar dingen kunt laten vallen.

Vaak komen deze klachten in de loop van de nacht voor, waardoor u wakker wordt. De

klachten kunnen aan één hand of beide handen voorkomen.

Onderzoek

Op grond van het klachtenpatroon kan de diagnose carpaal tunnelsyndroom vaak al worden vermoed. Voor meer zekerheid over de diagnose kan er een echo worden gemaakt van de zenuw in de pols. Eventueel kan er aanvullend nog een EMG-onderzoek (Electro-Myo-Grafie) worden gedaan. Meer informatie over deze onderzoeken kunt u vinden in de folders van de afdeling Functieonderzoeken Neurologie (KNF).

Behandeling

Als uw arts heeft vastgesteld dat uw klachten passen bij het carpale tunnelsyndroom, bespreekt hij/zij de behandeling met u. Die kan bestaan uit een injectie, een spalk of een operatie. Deze folder gaat in op de operatie, die erop gericht is de druk op de zenuw te verminderen of weg te nemen.

Operatie

Tijdens de operatie wordt een wondje gemaakt in de handlijn in de richting van de pols. Hierdoor wordt de carpale tunnel geopend en de druk op de zenuw verminderd.

De operatie duurt ongeveer 20 minuten en gebeurt onder plaatselijke verdoving.

Let op: u mag niet zelf terugrijden naar huis.

Zorg er dus voor dat iemand u op komt halen!

Verder mag u geen handsieraden zoals ringen en piercings dragen.

Na de operatie

U krijgt een verband om de hand en een draagdoek (Mitella). Het verband mag u zelf na 5 dagen verwijderen. De mitella draagt u minimaal 2 dagen om te voorkomen dat de

hand dik wordt. De eerste nachten legt u de hand hoog op een kussen.

Het litteken aan de pols blijft een tijdje gevoelig, met name bij druk op de wond, zoals bij het steunen op de pols.

Waarschijnlijk zult u langere tijd minder kracht in uw geopereerde hand hebben; houd daar rekening mee bij uw dagelijkse activiteiten.

Controle

Voor het verwijderen van de hechtingen krijgt u een afspraak mee. Na het verwijderen van de hechtingen wordt u geadviseerd om het litteken regelmatig in te smeren met littekencrème.

Complicaties

Complicaties komen niet vaak voor. Bij ongeveer 1 op de 20 patiënten blijft het litteken gevoelig of pijnlijk (pillar pain) gedurende de eerste maanden.

Ook kan een infectie, bloeditstorting of gevoelloze huid optreden.

Na de operatie nemen de tintelingen meestal snel af, maar het dove gevoel en weinig kracht blijft langer bestaan, vooral als de zenuw lang in de knel gezeten heeft.

Garantie op de resultaten of op het uitblijven van complicaties kunnen wij u niet geven.

Contact opnemen

Als zich thuis complicaties voordoen, kunt u contact opnemen met uw behandelend specialist.

Telefoonnummers:

- **Behandelend specialist:** (0182) 50 58 78 (maandag tot en met vrijdag, 8.30 – 11.00 uur en 13.30 – 15.30 uur);
- **Spoedeisende Hulp:** (0182) 50 53 27 (buiten polikliniek openingstijden en bij acute problemen).

Algemene informatie over het GHZ

Voor informatie over het ziekenhuis kijkt u op www.ghz.nl. Of bel naar (0182) 50 50 50.

Heeft u nog vragen?

Belt u dan gerust naar de polikliniek assistent Plastische Chirurgie: (0182) 50 58 78

(maandag tot en met vrijdag van 8.30 tot 11.00 uur, en 13.30 tot 15.30 uur).

Tot slot

Deze folder is gebaseerd op de chirurgische bijsluiters "carpale tunnel syndroom" van de Nederlandse Vereniging voor Plastische Chirurgie.

<https://www.nvpc.nl/documenten/chirurgisch-e-bijsluiters-carpale-tunnel-syndroom/>

Wij wensen u een voorspoedig herstel toe.

Groene Hart Ziekenhuis, Locatie Gouda

Bleulandweg 10
2803 HH Gouda

Algemeen telefoonnummer ziekenhuis:
(0182) 50 50 50

Colofon

uitgave : Groene Hart Ziekenhuis, Gouda
productie : Marketing & Communicatie
november 2024
04.04.045