

## **CARPAAL TUNNEL SYNDROOM**

---

AFDELING PLASTISCHE CHIRURGIE

## **Algemeen**

Het gevoel in de hand verloopt via 3 grote zenuwen. Bij een carpaal tunnel syndroom (CTS) is een van de grote armzenuwen (de nervus medianus) bekneld in de pols. De zenuw loopt hier samen met de buigpezen door een tunnel (de carpale tunnel). Door zwelling van het omliggende weefsel (bijvoorbeeld de buigpezen) wordt de druk in de tunnel te hoog. Het gevolg hiervan is een beknelling van de zenuw. De zwelling kan te maken hebben met bijvoorbeeld een polsbreuk, slijtage, hormoonstommelingen of suikerziekte, maar het kan ook spontaan optreden.

## **Klachten**

Bij een carpaal tunnel syndroom (CTS) kunt u last hebben van:

- een tintelend, pijnlijk of prikkelend gevoel in de hand en de vingers (met name in de duim, wijs- en middelvinger);
- een doof gevoel in de vingertoppen;
- een uitstralende pijn naar de onderarm, de elleboog en de schouder;
- krachtsverlies waardoor u dingen makkelijk uit de hand laat vallen;
- het gevoel de hand te moeten wapperen.

De klachten kunnen toenemen bij:

- het langdurig maken van dezelfde beweging met de handen;
- houdingen waarbij u weinig beweegt (bijvoorbeeld bij autorijden en lezen);
- gedurende de nacht;
- hormoonstommelingen (bijvoorbeeld tijdens de zwangerschap of de overgang).

## **Onderzoek**

Als het klachtenpatroon en het lichamelijk onderzoek duidelijk wijzen op een carpaal tunnel syndroom, is aanvullend onderzoek niet altijd nodig.

Bij twijfel wordt u in doorverwezen naar de Neuroloog / Klinische Neurofysiologie (KNF) en kan er elektrisch onderzoek gedaan worden en/of een echo gemaakt worden. Als de

zenuwbeknelling licht is, kan het KNF onderzoek, ondanks de aanwezige klachten, toch normaal zijn.

## **Behandeling**

### Niet-operatieve behandeling

- Een rustspalk – het dragen van een spalk gedurende de nacht (en/of bij intensieve pols belastende activiteiten) geeft de pols rust en kan een afname van de klachten geven. Alleen bij milde klachten zal een spalk baat hebben.
- Injectie met ontstekingsremmers (corticosteroiden) – bij milde klachten kan een injectie effect hebben. Het effect van de injectie kan tijdelijk zijn.

### Operatieve behandeling

Bij ernstige of langdurige klachten is een operatie vaak de enige methode om van de carpaal tunnel syndroom (CTS) klachten af te komen. Aan de binnenzijde van de pols wordt een korte snede van ongeveer 3 centimeter gemaakt. Het dak van de carpale tunnel wordt in de lengte doorgesneden, zodat de zenuw meer ruimte krijgt. De wond wordt gesloten en er wordt een verband aangelegd.

De operatie gebeurt veelal poliklinisch onder een plaatselijke verdoving. Minder vaak wordt gekozen voor verdoving van de gehele arm of volledige anesthesie in dagbehandeling.

## **Bloedverdunners**

Als u bloedverdunners gebruikt, dan zal in overleg met uw behandelend arts bepaald worden of en wanneer er gestopt moet worden met deze medicijnen.

## **Nazorg**

- Na de operatie krijgt u een verband aangemeten. U dient het verband droog te houden. Tijdens douchen kunt u een plastic zak om de hand doen.
- U dient de hand de eerste 24 uur hoog te houden. Dit kan met de hulp van een mitella/sling.
- 's Nachts kunt u uw hand het beste op een kussen laten rusten.

- Het is van belang dat u de vingers regelmatig beweegt om stijfheid te voorkomen.
- Voor eventuele napijn kunt u paracetamol (maximaal viermaal daags 1.000 mg) gebruiken. Zelf autorijden met drukverband wordt niet geadviseerd.
- Het drukverband kan na 3 dagen worden verwijderd. De wond mag dan nat worden en u mag weer autorijden. Indien gewenst kunt u een eigen pleister op de wond plakken.
- De hechtingen worden na ongeveer 10 tot 14 dagen door de verpleegkundige verwijderd.
- Vaak volgt na 3 maanden weer een controle afspraak.

## **Hersteltraject**

- Afhankelijk van de duur en de ernst van de beknelling, zal de zenuw na de operatie herstellen. De tintelingen verdwijnen over het algemeen snel na de operatie. Het herstel van het gevoel kan maanden duren en zal soms niet volledig herstellen. In slechts enkele gevallen verdwijnen de CTS klachten niet of onvolledig. Bij minder dan 2% van de gevallen komt de aandoening terug.
- De hand en vingers kunnen enige tijd wat stijver zijn. Het terugkomen van de kracht in de pols en hand kan soms enige weken tot maanden duren.
- Regelmatig komt het voor dat het litteken en het gebied rondom het litteken langere tijd (weken tot maanden) gevoelig is bij aanraken en druk zetten. Deze klachten zijn vrijwel altijd tijdelijk.

## **Mogelijke complicaties**

Bij alle operaties bestaat een kleine kans dat complicaties zich voordoen. Voor de volledigheid noemen we de (zeer) zeldzame complicaties. Als u vragen heeft over de mogelijke complicaties, raden wij u aan om contact op te nemen met uw behandelend arts.

- Een wondinfectie, een nabloeding of een veranderd gevoel rondom het litteken. Neem bij roodheid, koorts of erge pijnklachten contact op met het ziekenhuis.
- Na een trauma of operatie van de hand kunnen er onbegrepen klachten ontstaan die niet direct te maken

hebben met het trauma of de operatie. Deze klachten omvatten roodheid, zwelling, een glanzende huid, stijfheid en pijn. Ook kan er een intolerantie ontstaan voor koud. Deze klachten komen slechts zeer zelden voor en zijn vaak tijdelijk.

- De operatie aan een carpaal tunnel syndroom (CTS) heeft als zeer zeldzame complicatie een verminderd gevoel van de duimmuis of de vinger. Dit ontstaat door letsel aan zenuwtakjes.

## **Handtherapie**

Na een carpaal tunnel syndroom (CTS) operatie is het meestal niet nodig om therapie te volgen. Als het herstel tegenzit, kan het nodig zijn dat er oefentherapie geadviseerd wordt.

Uw behandelend arts zal dan zorgdragen voor een verwijzing naar de handtherapeut, en kan eventueel ook suggesties doen voor een handtherapeut. De vergoeding van handtherapie valt onder 2<sup>e</sup> lijn fysiotherapie en soms ergotherapie. U kunt over de vergoeding uw zorgverzekeraar en handtherapeut raadplegen.

## **Wanneer contact opnemen?**

Bij de volgende klachten neemt u contact op met de polikliniek Plastische Chirurgie:

- koorts;
- toename van pijn;
- zwelling of roodheid rond de littekens.

## **Contact**

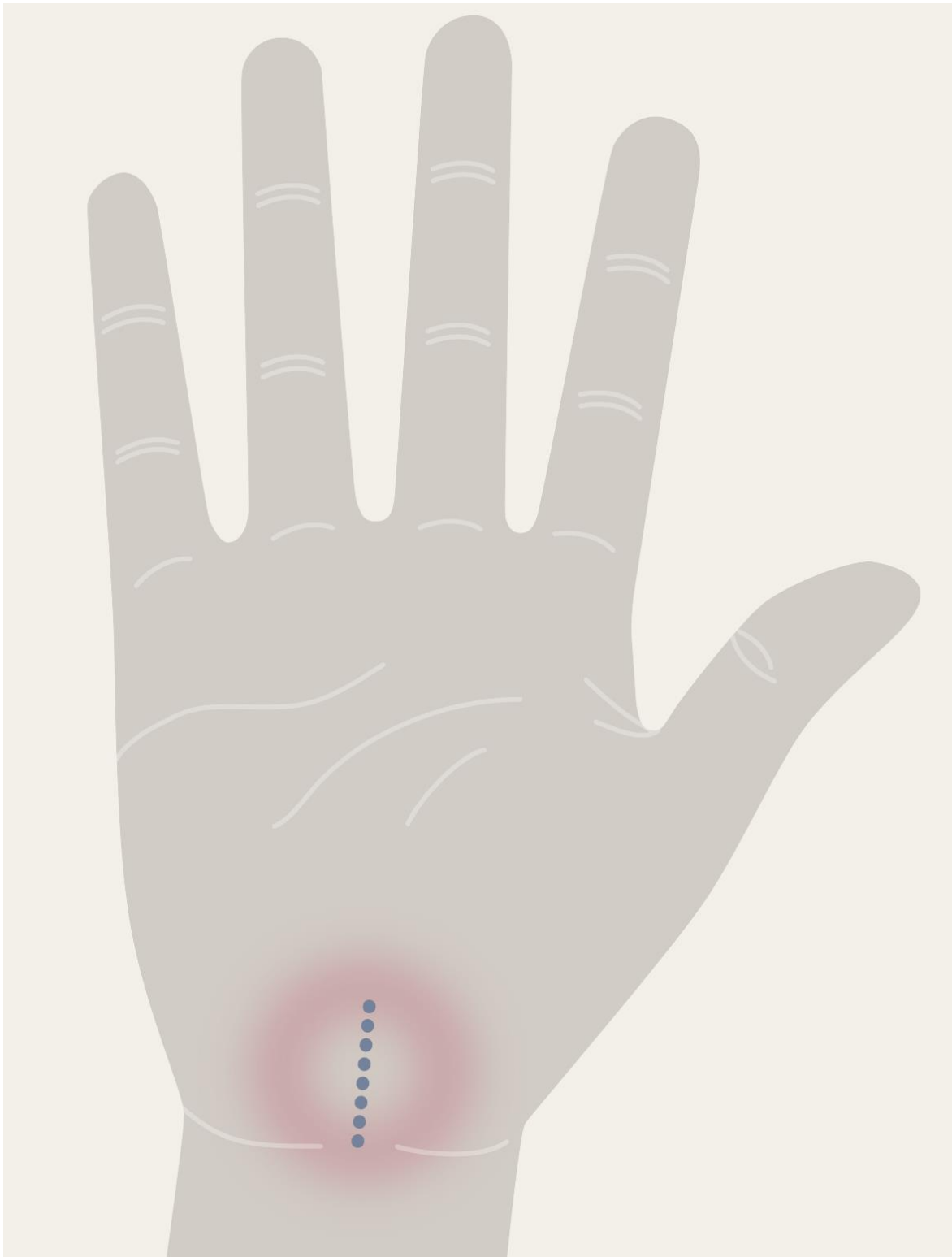
Het kan zijn dat u na het lezen van deze folder nog vragen heeft. U kunt ons dan gerust bellen. Polikliniek Plastische Chirurgie, maandag t/m vrijdag tijdens kantooruren, via 010 - 461 6528.

Voor zeer dringende zaken in het weekend, en na kantooruren kunt u bellen met de Spoedeisende Hulp, via 010 - 461 6161.

## **Locatie**

Let u goed op waar de poliklinische ingreep staat gepland (locatie Franciscus Vlietland, of locatie Franciscus Gasthuis).





Een dof, tintelend of pijnlijk gevoel kan in een bepaald deel van de hand (rood-roze) optreden. Bij een operatie wordt het 'dak' van de tunnel gekliefd. Het litteken (blauwe stippellijn) en het gebied eromheen (roze) kunnen nog enkele weken tot maanden gevoelig blijven.

*Juli 2021*