

**HET CARPAAL TUNNEL SYNDROOM**  

---

**NEUROCHIRURGIE**

FRANCISCUS GASTHUIS

## **Inleiding**

De neurochirurg heeft bij u een carpaal tunnel syndroom geconstateerd. In deze folder treft u hierover informatie.

## **Klachten**

De klachten kunnen per patiënt verschillend zijn. Zo kunt u last hebben van:

- een prikkelend en pijnlijk gevoel in de handpalm en vingers
- een gezwollen, dik gevoel in de hand
- een uitstralende pijn naar onderarm, elleboog en schouders
- een vermindering van kracht in de hand, waardoor u zomaar een kopje kunt laten vallen.

Het merendeel van de patiënten heeft vooral 's nachts last. Meestal komen de klachten aan één hand voor, echter het gebeurt zeer regelmatig dat men (eventueel op een later tijdstip) ook last krijgt van de andere hand.

Een carpaal tunnel syndroom ontstaat nogal eens tijdens een zwangerschap, of aan het begin van de overgang.

De neuroloog zal met behulp van onderzoek vaststellen of u een carpaal tunnel syndroom heeft. Vaak is een elektrisch onderzoek van de spieren nodig (een EMG = Elektro Myo - Grafie). Met een naaldelektrode onderzoekt de neuroloog een aantal spieren. U krijgt hierbij kleine prikjes in de spieren.

## **Het carpaal tunnel syndroom**

Bij het carpaal tunnel syndroom is een zenuw in de pols in de knel geraakt. De naam van deze zenuw is de Nervus medianus of middelste armzenuw. Hij loopt door een tunnel, onder de dwarse polsband. De beknelling in de tunnel is ontstaan door zwelling van het bindweefsel.

## **Wat is eraan te doen?**

Een kleine operatieve ingreep kan de beknelling van de zenuw opheffen.

Let op: Vooraf aan de ingreep is het noodzakelijk dat u ringen, andere sieraden en nagellak af doet.

**1 uur voor de ingreep 2 Paracetamol 500mg innemen.**

Via de handlijn maakt de arts een sneetje naar de pols toe. Hij snijdt dan de dwarse polsband door, zodat de tunnel wijder wordt.

De ingreep gebeurt onder plaatselijke verdoving. De ingreep duurt in de meeste gevallen circa 15 minuten. Na de ingreep verblijft u nog ongeveer 15 minuten in de nazorgkamer waarna u nog gezien wordt door de neurochirurg.

De zenuw blijft hierbij heel. Hierdoor zal de hand niet stijf of verlamd worden.

De operatie vindt plaats op het POC, het Poliklinisch Operatie Centrum, balie 131. Dit centrum bevindt zich naast de Spoedeisende Hulp, te bereiken via het parkeerterrein. Volg de borden op het terrein/vanaf de parkeergarage.

## **Na de operatie**

De pijn na de ingreep neemt over het algemeen na één dag snel af. Indien u het nodig vindt, kunt u een pijnstillers slikken. (géén aspirine). Om uw hand weer zo snel mogelijk goed te kunnen gebruiken, adviseren wij u het volgende:

- Probeer de draagdoek waarin u arm na de ingreep komt na twee dagen niet meer te gebruiken.
- Het is belangrijk dat u direct na de operatie gaat oefenen met hand en vingers. De oefening bestaat uit; het maken van een vuist en weer openen van de hand, met gestrekte vingers. In het begin zal dit niet makkelijk zijn, maar na verloop van tijd zult u merken dat u steeds meer kan.
- Als u uw hand niet gebruikt adviseren wij u de hand gedurende de eerste week na de ingreep zoveel mogelijk hoog te houden. Om te voorkomen dat de schouder en de elleboog stijf worden is het noodzakelijk dat u deze gewrichten een paar keer per dag beweegt.

- Wringen is een beweging die u de eerste weken beter niet kunt maken.
- Wij adviseren u, indien mogelijk, in het begin niet zelf auto te rijden.

## **Hechtingen verwijderen**

De hechtingen worden na ongeveer 14 dagen verwijderd op de polikliniek Neurochirurgie, op de eerste verdieping bij balie 180.

## **Nacontrole**

Nadat de hechtingen verwijderd zijn heeft u, zes weken na de ingreep, nog een belafsprak. De afspraak hiervoor is gemaakt bij polikliniek Neurochirurgie, telefoon 010 - 461 6440.

## **Herstel**

Geen lichaam is hetzelfde en daarom zal ook niet iedereen even snel herstellen. Het kan een tijd duren, tot wel een jaar, voordat u weer alles normaal met uw hand kunt doen.

## **Vragen**

Wij hopen dat u na het lezen van deze folder wat meer vertrouwd bent met de aandoening en behandeling. Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen, dan kunt u deze stellen aan uw behandelend arts bij een eerstvolgend bezoek of telefonisch contact opnemen met de polikliniek Neurochirurgie, via telefoonnummer 010 - 461 6440.