



medisch centrum alkmaar

# Het carpale tunnelsyndroom

[mca.nl](http://mca.nl)

# Inhoudsopgave

Wat is het carpale tunnelsyndroom?	3
Wat zijn de klachten?	3
Onderzoek	4
Uw voorbereiding op de operatie	4
De operatie	4
Na de operatie	4
Complicaties	5
Wat u nog moet weten	5
Wilt u meer informatie?	6
Uw vragen	6
Notities	6

**Uw arts heeft bij u het carpale tunnelsyndroom vastgesteld. In deze folder geven wij u informatie over wat het syndroom is, maar ook de behandelingsmogelijkheden worden besproken. U kunt op deze wijze alles thuis rustig doorlezen.**

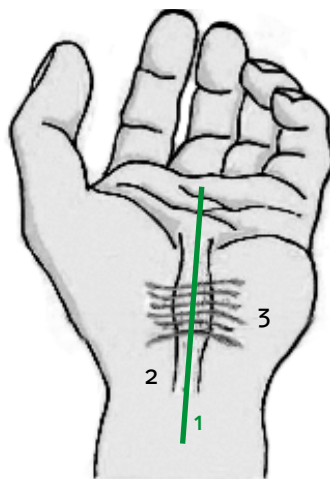
### **Wat is het carpale tunnelsyndroom?**

Dit is een beknelling van de middelste armzenuw (nervus medianus). Deze zenuw verloopt van de onderarm naar de handpalm via een (carpale) tunnel, die wordt gevormd door de handwortelbeentjes en een stevig peesblad (de dwarse polsband). De oorzaak voor het ontstaan van het carpale tunnelsyndroom is vaak onduidelijk.

### **Wat zijn de klachten?**

De klachten die hiervan het gevolg zijn, kunnen nogal uiteenlopen. Zo kunt u last hebben van:

- een tintelend of pijnlijk gevoel in de hand en de vingers;
- een doof gevoel in de vingertoppen;
- een uitstralende pijn naar de onderarm



1. sneede (= incisie)
2. nervus medianus
3. dwarse polsband

en de elleboog tot in de schouder;

- soms krachtverlies in de hand, waardoor u dingen gemakkelijk uit de hand kunt laten vallen. U kunt ook last hebben bij het autorijden, het lezen van de krant of met fietsen.

De meeste klachten komen in de loop van de nacht voor. Hoewel het carpale tunnelsyndroom meestal aan één hand voorkomt, kan het soms ook gebeuren dat de klachten aan beide handen ontstaan.

# Het carpale tunnelsyndroom

## Onderzoek

Op grond van het klachtenpatroon kan de diagnose worden vermoed. Bij lichamelijk onderzoek kunnen gevoelsstoornissen in de duim, wijs- en middelvinger gevonden worden. Om zeker te weten of er sprake is van het carpale tunnelsyndroom, kan een spieronderzoek verricht worden. Dit onderzoek noemt men een EMG (Elektromyografie). Hierop kan een vertraging van de zenuwgeleiding te zien zijn over het deel van de middelste armzenuw dat in de carpale tunnel is gelegen.

## Uw voorbereiding op de operatie

Als besloten is dat u geopereerd wordt, geeft u dan altijd aan de specialist door of u bloedverdunnende medicijnen zoals Marcoumar, Ascal of Sintrommitis gebruikt (zie bijgevoegde lijst). Deze moeten namelijk voor de operatie worden gestopt. Sieraden aan de te opereren hand moeten afgedaan zijn, anders kan de operatie niet doorgaan.

## De operatie

De operatie vindt in principe poliklinisch plaats, tenzij de arts aangeeft dat opname nodig is. Voor de operatie wordt de hand plaatselijk verdoofd door een prik in de handpalm of de pols. Dit kan als pijnlijk ervaren worden. Hierna is de ingreep zelf niet pijnlijk meer. Het gevoel en de beweging in de vingers blijven aanwezig.

Bij deze operatie wordt een snee gemaakt in de pols aan de handpalmzijde. Het dak van de carpale tunnel wordt doorgesneden, waardoor de zenuw van de beknelling wordt verlost. De operatie duurt een kwartier tot een half uur en vindt plaats op de dagbehandeling chirurgie (huisnummer 028). Na het verbinden van de hand wordt een draagdoek aangemeten, die u twee dagen draagt.

## Na de operatie

Na enkele uren is de verdoving uitgewerkt. Hierna kan de napijn worden bestreden met paracetamol 500mg: 2 tabletten direct na de ingreep en 2 tabletten voor de nacht. Gebruik niet meer dan zes tabletten per dag. Het is raadzaam de vingers te blijven bewegen

om te voorkomen dat de hand stijf wordt. De handpalm moet wel wat rust hebben, dus krachtzetten (wringende bewegingen) moet enkele weken worden vermeden. Na de operatie is het raadzaam uw vingers veel te bewegen. De wond moet droog blijven. Na twee dagen kunt u het verband eraf halen. Om de arm hoog te houden, draagt u gedurende twee dagen na de ingreep een draagdoek bij het staan en lopen. Zit u aan tafel of ligt u in bed, dan mag de draagdoek af. Na de twee dagen beoordeelt u zelf in hoeverre u de draagdoek bij het lopen of staan wilt gebruiken. Na veertien dagen controleert de assistente de wond. Aangezien de hand dus gedurende twee weken niet optimaal gebruikt kan worden, wordt één hand tegelijk geopereerd als de aandoening aan beide handen is geconstateerd.

## Complicaties

Zoals bij alle ingrepen kunnen ook bij een operatie aan het carpaal tunnelsyndroom complicaties optreden. Deze komen echter zelden voor. Het gaat hier om nabloedingen en infecties. Bij overmatige pijn of uitvloed uit de wond, kunt u het beste contact opnemen met de arts, die u

heeft geopereerd. Een ernstige maar zeer zeldzame complicatie, die na een operatie kan optreden, is dystrofie van de hand. Er treedt dan een zwelling op van de gehele hand. Deze wordt pijnlijk, vooral bij het bewegen, terwijl de kleur varieert van rood bij warmte tot bleekwit en blauw bij kou. Neemt u bij het optreden van deze verschijnselen direct contact op met de arts.

## Wat u nog moet weten

De tintelingen van de vingers verdwijnen bij 90% van de patiënten vaak direct na de operatie. De patiënten die met name 's nachts klachten hadden, slapen voor het eerst weer door. Echter bij de overige 10% van de patiënten duurt het langer voordat de klachten verdwijnen, aangezien de zenuw zelf ook de tijd nodig heeft om te herstellen. Bij een zeer kleine groep patiënten blijven de klachten ondanks de operatie onverminderd bestaan. De zenuw heeft dan al voor de operatie teveel schade opgelopen. Het herstel kan dan nog wel een jaar duren. Klachten die er dan nog zijn zoals gevoelsstoornissen in de vingers en verminderde kracht, blijven meestal bestaan. Het litteken en de plaats van de wond kunnen tot enkele maanden gevoelig zijn.

# Het carpale tunnelsyndroom

## Wilt u meer informatie?

U kunt meer over het carpale tunnelsyndroom lezen op de website van de:

- Nederlandse Vereniging van Neurochirurgen (NVVN): [www.nvvn.org/voorlichting/](http://www.nvvn.org/voorlichting/)
- Nederlandse Vereniging van Plastisch Chirurgie: [www.nvpc.nl](http://www.nvpc.nl)

## Uw vragen

Afhankelijk bij welke polikliniek u onder behandeling bent, kunt u voor vragen contact opnemen met de medewerkers van de:

- polikliniek neurochirurgie, huisnummer 112. Zij zijn op werkdagen van 8.30 tot 17.00 uur bereikbaar op telefoonnummer (072) 548 30 20.
- polikliniek plastische chirurgie, huisnummer 041. Zij zijn op werkdagen bereikbaar van 8.00 tot 12.30 uur en van 13.30 tot 17.00 uur op telefoonnummer (072) 548 25 50.

## Notities

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## Colofon

Redactie: neurochirurgie / plastische chirurgie  
afdeling communicatie

Vormgeving: beeldgroep MCA

Oplage: 100 / 1e druk

Druk: Ricoh

Artikelnummer: 155777 / 2012.11

*Op alle behandelingen in MCA zijn de algemene voorwaarden van het MCA van toepassing, zie [www.mca.nl](http://www.mca.nl) of vraag bij de balie van patiëntenvoorlichting.*

**Medisch Centrum Alkmaar**

Wilhelminalaan 12

1815 JD Alkmaar

T (072) 548 44 44

**mca.nl**