



## Algemeen

Het Carpaal Tunnel Syndroom (CTS) is een aandoening waarbij een zenuw in de pols beklemd raakt. Het ontstaat door zwelling van weefsel rondom de buigpezen, waardoor de zenuw wordt beklemd. Hierdoor ontstaat een doof of prikkelend gevoel en pijn in de arm, hand en vingers. In de pols loopt een tunnel, de carpaal tunnel. Door deze tunnel lopen de middelste handzenuwen en de negen buigpezen van de onderarm naar de hand.

## Wat is de oorzaak?

Mogelijke oorzaken kunnen zijn:

- het, gedurende lange tijd, maken van eenzelfde beweging (over-use syndroom)
- een peesontsteking: het omhulsel van de spierpezen zwelt op waardoor de druk op de zenuw in de carpaal tunnel toeneemt
- verstuingen, botbreuken en gewrichtsontsteking (arthritis) kunnen ook tot vernauwing van de tunnel leiden
- het komt regelmatig voor bij patiënten met reuma, suikerziekte of een traag werkende schildklier
- zwangerschap: een zwangere vrouw houdt vaak veel vocht vast. Hierdoor kan een zwelling in de tunnel ontstaan met bijbehorende klachten. In dit geval gaat het carpaal tunnel syndroom doorgaans spontaan over na de zwangerschap

De klachten treden meestal 's nachts op. Sommige activiteiten, waarbij de hand in een bepaalde stand wordt gebruikt, bijvoorbeeld autorijden, fietsen of de krant lezen kunnen ook klachten veroorzaken.

## Welke klachten?

Deze kunnen per persoon verschillen. Zo kunt u last hebben van:

- een doof of tintelend gevoel in één of beide handen, vooral in de handpalm, de duim, wijs-, middel- en ringvinger; de pink nooit
- krachtverlies van uw hand en gevoelsstoornis in de vingertoppen, waardoor u gemakkelijk iets laat vallen

Heeft u al lang last van de aandoening en is daardoor de druk op de zenuw langdurig, dan zal de hand minder goed gaan functioneren maar wordt de pijn minder. In het ergste geval kan blijvend gevoelsverlies optreden en slinken de spieren van de muis van de duim.

## Diagnose

Voor het stellen van de juiste diagnose is het belangrijk dat u uw arts goed informeert. Zo zal uw arts meer willen weten over het gebruik van uw hand, uw beroep, over eerder letsel aan uw hand of pols en over uw klachten.

Soms moet er nader onderzoek worden gedaan. Dat kan zijn:

- een röntgenfoto om een andere oorzaak uit te sluiten, zoals een botbreuk of gewrichtsontsteking
- een bloedonderzoek wanneer uw arts vermoedt dat een andere ziekte (bijv. reuma) een rol speelt bij het ontstaan van het carpaal tunnel syndroom
- een zenuwgeleidingsonderzoek en een spierfunctieonderzoek (electromyografie) om zeker te zijn dat de zenuw niet op een andere plaats in de knel zit. Dit onderzoek wordt gedaan door de neuroloog.

## Behandeling

Afhankelijk van de oorzaak zal uw arts één of meer mogelijkheden adviseren voor behandeling. Dat zou kunnen zijn:

- het aanpassen van bepaalde activiteiten, gericht op het verminderen van de belasting van uw hand en pols. De beklemd zenuw krijgt weer ruimte
- het recht houden van de pols: de zwelling kan verminderen en de zenuw krijgt weer ruimte
- het dragen van een polsspalk gedurende de nacht kan uw klachten verminderen en uw nachtrust verbeteren
- een operatie om de zenuw vrij te maken

## Voor de behandeling

Voor een behandeling mag u geen bloedverdünnende medicijnen gebruiken. Meld het uw arts van tevoren indien u sintrom(mitis) of aspirinehoudende pijnstillers zoals APS, aspirine, ascal, asprobruis, diclofenac, naprosine of kinderaspirines gebruikt. Paracetamol kunt u wel innemen. Zorgt u op de dag van behandeling dat u uw handen goed gewassen heeft, schoongemaakte nagels, geen nagellak draagt en de ringen af heeft.

## De behandeling

Het doel van de ingreep is om de tunnel wijder te maken, waardoor de zenuw uit zijn beklemming komt. Eventueel in combinatie met het schoonmaken van de vliezen rondom de pezen. De ingreep duurt niet langer dan een half uur. U



Kliniek Breda	Takkebijsters 5a	4817 BL Breda	t: 076 - 201 9300	e: breda@medinova.com
Kliniek Klein Rosendaal	Rosendaalselaan 30	6891 DG Rozendaal (GLD)	t: 026 - 362 0680	e: kleinrosendaal@medinova.com
Kliniek Zestienhoven	Vliegenveldweg 65	3043 NT Rotterdam	t: 010 - 298 9898	e: zestienhoven@medinova.com





krijgt een plaatselijke verdoving van de handpalm, pols of van de arm. Bij plaatselijke verdoving wordt korte tijd een bloeddrukmeterband om uw arm opgepompt. De peesplaats aan de handpalmzijde, die het 'dak' van de tunnel vormt, wordt ingesneden. De tunnel wordt zo wijder en de zenuw komt uit zijn beklemming.

#### Na de behandeling

U krijgt een drukverband om de hand. Houd uw hand goed hoog. U moet enkele dagen een mitella dragen. Leg de hand bij het slapen gaan op een kussen, zodat de pols hoger ligt dan de elleboog. De pijn als gevolg van de ingreep neemt meestal snel af. Het littekengebied kan echter nog enkele weken of maanden gevoelig zijn. De tintelingen 's nachts nemen snel af. Het terugkeren van het gevoel kan soms maanden duren. Het kan ook lange tijd duren voordat de kracht in uw hand en pols weer normaal is. Soms blijven de klachten na de ingreep bestaan. Wanneer de pols na de ingreep weer zwaar belast wordt kan het Carpaal Tunnel Syndroom terugkeren. Het duurt ongeveer 4 weken voor het dak van de tunnel is hersteld. In die tijd mag u de hand niet belasten. U mag geen wringende beweging met uw hand maken, bijvoorbeeld deksels van potten draaien of doppen van flessen schroeven. Wanneer u weer mag gaan werken hangt sterk af van uw werkzaamheden; huishoudelijk, kantoor, enz.

#### Mogelijke complicaties en risico's

Complicaties bij een Carpaal Tunnel Syndroom behandeling komen zelden voor. Mogelijke complicaties zijn nabloedingen en infecties. Als u veel pijn hebt of als de wond blijft bloeden, moet u direct contact opnemen met de specialist. Soms is tijdens de ingreep een klein zenuwtakje beschadigd dat naar een aantal spiertjes in de duimmuis loopt. Meestal merkt u hier niets van, maar soms kunnen de duimbewegingen wat gestoord zijn. Houdt u ernstige pijnklachten met zwelling of is er een verkleuring van uw hand, dan moet u direct contact opnemen met de behandelend specialist.

#### Tenslotte

Wij hebben u hierboven algemene informatie over de behandeling van een Carpaal Tunnel Syndroom gegeven. Deze behandeling is een veilige en betrouwbare chirurgische ingreep. U wordt naar beste kunnen behandeld, maar er kan geen garantie gegeven worden op een goed resultaat of een ongestoord verloop. Deze folder verschaft u algemene informatie.

Mocht u na het lezen nog vragen hebben dan verzoeken wij u telefonisch of via e-mail contact met ons op te nemen. U kunt ook kijken op onze website [www.medinova.com](http://www.medinova.com) voor aanvullende informatie. Wij zijn u graag van dienst!



Kliniek Breda  
Kliniek Klein Rosendael  
Kliniek Zestienhoven

Takkebijsters 5a  
Rosendaalselaan 30  
Vliegveldweg 65

4817 BL Breda  
6891 DG Rozendaal (GLD)  
3043 NT Rotterdam

t: 076 - 201 9300  
t: 026 - 362 0680  
t: 010 - 298 9898

e: [breda@medinova.com](mailto:breda@medinova.com)  
e: [kleinrosendael@medinova.com](mailto:kleinrosendael@medinova.com)  
e: [zestienhoven@medinova.com](mailto:zestienhoven@medinova.com)

[www.medinova.com](http://www.medinova.com)

