

## Carpaltunnelsyndrom

### Sygdommen

Trange pladsforhold i håndledstunnelen kan give tryk på den store nerve til fingrene (nervus medianus). Dette medfører smerter og prikkende, stikkende føleforstyrrelser i tommel, pegefinger og langefinger. Senere opleves typisk tab af finmotorik og kraft i tommelfingeren. Syndromet findes hos ca 5% af den voksne befolkning og er hyppigst hos kvinder ældre end 45 år.

Årsagerne kan være irritation omkring bøjesenerne som følge af uvant eller voldsomt arbejde (f.eks. med vibrerende værktøj), følger efter håndledsbrud, leddegigt eller stofskiftesygdomme. Carpal tunnel syndrom ses ofte forbigående i graviditetens sidste trimester.

### Diagnosen

Diagnosen stilles ved relevante symptomer, klinisk undersøgelse og eventuelt suppleret med nerveledningsundersøgelse.

### Non-kirurgisk behandling

Hvis symptomerne er opstået i forbindelse med belastning, kan man i første omgang forsøge med aflastning og eventuelt en kur efter NSAID. En håndledsskinne om natten kan lindre de natlige gener.

Hvis operation ikke er mulig eller ønsket, kan blokade med binyrebarkhormon forbigående afhjælpe symptomerne.

### Indikation

En operation er aktuel, hvis de natlige symptomer er meget generende, eller hvis den nedsatte følelse i fingrene er vedvarende, da nerven i sådanne tilfælde kan få varige skader.

### Forberedelse

Hånden skal være renvasket og fri for sår. Neglene skal være korte, rene og uden neglelak.

Det anbefales at tage 2 stk tbl Panodil 500 mg ca 1 time inden operationen.

Behandling med blodfortyndende medicin må ikke være højere end terapeutisk niveau. Ved tvivl skal egen læge foretage kontrol inden operation.

Det er Deres ansvar at gøre Ortoklinik opmærksom på allergi overfor medicin inden behandling begyndes.

### Bedøvelse

Før operationen anlægges lokalbedøvelse. Bedøvelsen virker i perioden 10 - 120 minutter efter anlæggelsen.

Faste før operation er ikke nødvendig.

### Operation

Gennem et ca 3 cm langt snit over håndroden løsnes ledbåndet, som udgør loftet i håndledskanalen. Herved mindskes trykket på medianus-nerven. Eventuelt fjernes fortykkede og irriterede seneskeder omkring bøjesenerne.

Operationen afsluttes med anlæggelse af en passende bandage.

Operationsforløbet vil tage ca 30 minutter.

### Efterbehandling

Det er vigtigt at holde hånden i ro og opad de første 3 døgn efter operationen for at mindske hævelse og smerter. Det er også vigtigt at foretage pumpeøvelser, samt at bevæge skulder og albue.

Forbindingen kan stramme pga hævelse og skal da løsnes. Efter 3 dage kan bandagen erstattes med plaster.

Stingfjernelse foretages på Ortoklinik 12-14 dage efter operation.

### Forsigtighed

Bilkørsel frarådes i dagene efter operation, og mens der indtages medicin mærket med rød advarselstrekant.

Undgå tunge løft i de første tre uger.

Så længe der er sår på hånden er god hygiejne nødvendig for at nedsætte risiko for infektion.

### Genoptræning

Der er ikke behov for genoptræning.

### Smertebehandling

Efter operationen anbefales det at tage 2 stk tbl Panodil 500 mg fordelt på 4 gange i døgnet samt eventuelt også tbl Ibuprofen 400 mg 3 gange i døgnet i 5-7 døgn efter operation. Vær opmærksom på eventuelle bivirkninger og allergi (jvf indlægsseddel).

Ved behov sender Ortoklinik elektronisk recept til apoteket.

### Sygemelding

Der skal forventes sygemelding i 3-6 uger afhængigt af arbejdsfunktion. Det er vigtigt, at operationssår holdes rene, tørre og i ro, indtil heling er opnået.

### Forventet resultat

Fingrene kan fortsat snurre og prikke i uger til måneder efter operationen afhængigt af, hvor meget og længe nerven har været klemt. De natlige symptomer mindskes oftest hurtigt. Håndroden og arret kan være ømt og hævet i op til 3 måneder efter operationen, hvilket også er den tid, det tager, inden håndkraften er normal. Hvis tommelfingerens muskelkraft har været påvirket, kan man ikke forvente en fuldstændig normalisering.

### Opfølgning

Sårbehandling med skift af bandage og fjernelse af sting vil normalt blive foretaget i Ortoklinik. Yderligere opfølgning kan aftales. Desuden tilbydes alle patienter kvalitetsopfølgning i 5 år efter behandling i Ortoklinik.

### Komplikationer

Komplikationer i forbindelse med bedøvelse og operation forekommer meget sjældent. Den samlede hyppighed er mindre end 0,5%.

Infektion kan begynde ca 3 døgn efter operation med tiltagende smerte, hævelse, rødme, varme og sivning. Ved mistanke skal såret kontrolleres på Ortoklinik.

Blødning kan forekomme efter operation. Hvis bandagen gennemblødes skal såret kontrolleres på Ortoklinik.

Nervebeskadigelse er meget sjælden. Dette kan medføre nedsat funktion og kronisk smertetilstand.

Manglende heling kan forekomme. Dette ses hyppigst hos patienter med sukkersyge og dårligt blodomløb.

Omkring 1% af patienterne oplever ikke den forventede smertelindring og funktionsforbedring ved operationen. Årsagen er oftest ukendt.

### Ved problemer

Hvis der opstår problemer eller der er mistanke herom efter operationen bedes man henvende sig i klinikens åbningstid (telefon 8612 9174). Ved akutte uopsættelige problemer kan professor Michael Ulrich altid kontaktes på telefon 5188 2306.