

Karpaltunnelsyndrom

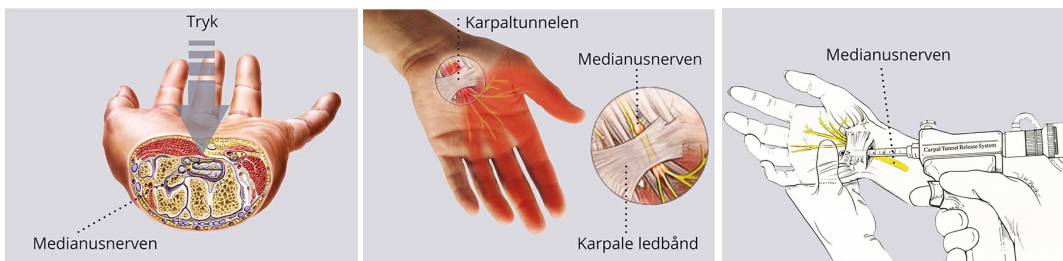
"Sovande fingrar"

Karpaltunnelsyndrom visar sig genom tryck och obehag, eventuellt smärtor vid handleden, samt känselstörningar ut i ett eller flera fingrar - oftast på natten.



Vad är karpaltunnelsyndrom?

Karpaltunnelsyndrom är en sjukdom där en av handens tre stora nerver - medianusnerven - kommer i kläm vid handleden.



Medianusnerven passerar tillsammans med böjsenorna handleden i en trång passage, som kallas karpaltunneln. "Golvet" i tunneln består av handrotsbenen och "taket" består av ett kraftigt ledband. Slemhinnan omkring senorna kan av olika orsaker svullna och trycka på nerven, som är den mest sårbara strukturen.

Sjukdomen är vanlig och omkring 3 500 om året opereras i Danmark.

Varför uppstår karpaltunnelsyndrom?

Orsaken till karpaltunnelsyndrom är oftast okänd, men symtomen kan ibland uppkomma efter ovant arbete, så som målningsarbete, trädgårdsarbete och liknande.

Syndromet kan också ses under graviditeten, efter att i flera år ha varit utsatt för vibrationer, vid hand- och handledsbrott samt vid reumatoid artrit och andra sjukdomar.

Symtom

De vanligaste symtomen är

- stickningar och känselstörningar ut i ett eller flera fingrar, dock sällan i lillfingret
- tryck och obehag vid handleden
- smärtor i fingrarna och vid handleden och eventuellt upp i armen

Symtomen kan visa sig enskilt eller i kombination i en eller båda händerna. Problemen är i regel värst under natten.

Efter längre tid kan de nattliga symtomen avta och en bestående känsellöshet i fingrarna under dagen dominera. Ibland kan det uppstå kraftlöshet i tummen.

Diagnos

Vid første undersøgningen avgör handkirurgen om det rör sig om karpaltunnelsyndrom. I tveksamma fall kan det bli aktuellt med en nervledningsundersökning. Den kan också göras på Privathospitalet Mølholm.

Behandling

Om symtomen har uppstått i samband med belastning kan man i första skedet försöka med avlastning. En handledsskena på natten kan lindra de nattliga besvären. I de fall då operation inte är möjlig eller önskvärd kan blockad med binjurebarkhormon avhjälpa symtomen. I många fall är dock en operation den bästa lösningen.



I vilka fall måste man operera?

En operation är aktuell om de nattliga symtomen upplevs som mycket besvärande, eller om den nedsatta känslan i fingrarna är bestående, eftersom nerven i sådana fall kan få varaktiga skador.

Vad är syftet med operationen?

Operationen går ut på att skapa mer plats i karpaltunneln så att det inte trycker på nerven. Det görs genom att det kraftiga ledbandet skärs av. Det växer ihop igen under loppet av ett par månader och under den perioden kommer handflatorna att vara ömma.

Titthålsoperation

De senaste 30 åren har det varit tekniskt möjligt att utföra ingreppet som titthålsoperation, men det kräver speciell utrustning och utbildning.

Alla handkirurgerna på Privathospitalet Mølholm har flera års erfarenhet av denna metod och har en särskilt inredd operationssal till sitt förfogande.

Vid en titthålsoperation görs ingreppet genom ett litet hål ovanför handleden och det är bara det stramande ledbandet som skärs av. Därför kommer du snabbare igång med att kunna använda handen igen, jämfört med den traditionella operationen, där hela handflatan öppnas. Sjukskrivningen blir ungefär halverad, beroende på vilket arbete du har. Vinsten är ännu större om du har symtom i båda händerna, eftersom man med den mer skonsamma tekniken kan tillåta sig att operera båda sidorna på samma gång.

Titthålsoperationen görs under lokalbedövning. Själva det operativa ingreppet varar i fem minuter och du kan märka att det händer något i handen, men du känner ingen smärta. Det totala förloppet tar cirka en timme.

Efter operationen

Titthålsoperationen sluts med sårtejp och vattenavvisande plåster och ovanpå det har du ett tryckförband av skumgummi och elastisk binda. Du tar själv bort tryckförbandet efter

3 dagar och tejp och plåster efter en vecka. Du får smärtstillande medicin direkt efter operationen. Den verkar när bedövningen släpper efter ett par timmar. Smärtan från operationen kan lindras med paracetamol.

Två veckor efter ingreppet blir du uppringd av kirurgen eller operationssjuksköterskan.

Om du har problem är du alltid välkommen att själv ringa tidigare.

Vad kan du göra efter operationen?

Du får använda din hand omedelbart efter operationen - viktigt är dock att hålla handen högt de första dagarna och göra fingergymnastik, se nedan.

Du måste undvika tunga lyft i tre veckor (exempelvis bärkasse på 10 kg).



Toalettbesök klarar du själv om du köper några genomskinliga engångshandskar (av den typ som finns på bensinmackar). De kan även användas vid dusch, eftersom förbandet/plåstret inte får bli vått.

Du får inte köra bil hem själv efter operationen. Du får inte köra bil igen förrän tryckförbandet tagits bort efter tre dagar.

Om du opererats på båda sidorna samtidigt är det praktiskt att du får hjälp med matlagning och liknande de första tre dagarna.

Vad kan du förvänta dig?

Om du har haft nattliga symtom kommer de flesta att uppleva att de försvinner omedelbart. Om du har haft varaktiga känselstörningar försvinner de ofta först efter ett antal veckor, ibland månader, beroende på hur länge du haft känselstörningarna.

Du kommer att vara öm i handflatan i upp till två månader och ibland flera månader efter operationen, vilket också är den tid det tar innan kraften i handen är normal. Om tummens muskelkraft har varit kraftigt påverkad kan du inte förvänta dig fullständig normalisering av denna. Det är sällsynt att symtomen kommer tillbaka.

Kan det uppstå komplikationer?

Det finns alltid en liten risk för inflammation vid operationer, men den är minimal när man använder titthålsteknik. Allvarliga komplikationer ses hos mindre än 1 % av patienterna.

Sjukskrivning

Sjukskrivningstiden beror på vilken typ av arbete du har. Vid kontorsarbete måste du räkna med en vecka, men du kan inte klara heltidsarbete vid tangentbord de första veckorna. Vid manuellt arbete måste du räkna med minst en månads sjukskrivning.

Förhandsbesked och ersättning

[Läs mer](#)

Du är alltid välkommen att kontakta oss om du behöver mer information.