

## Karpaltunnelsyndrom

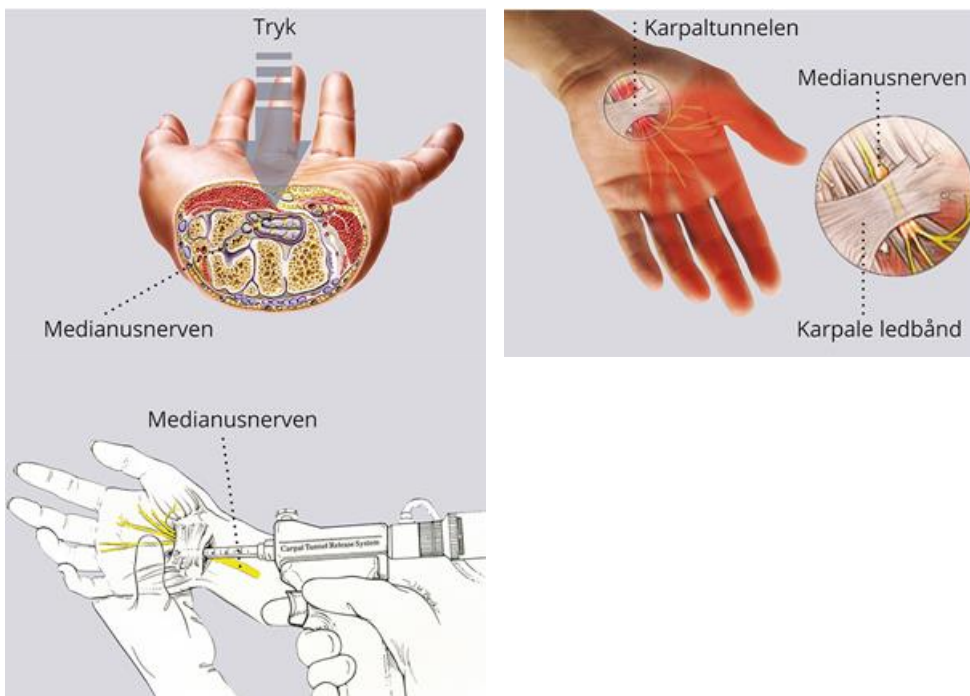
"Sovende fingre"

Karpaltunnelsyndrom viser sig ved tryk og ubehag, evt. smerter ved håndleddet, samt føleforstyrrelser ud i én eller flere fingre - oftest om natten.



### Hvad er karpaltunnelsyndrom?

Karpaltunnelsyndrom er en lidelse, hvor en af hånden tre store nerver - medianusnerven - kommer i klemme ved håndleddet.



Medianusnerven passerer sammen med bøjesejerne håndleddet i en trang passage, som kaldes karpaltunnelen. "Gulvet" i tunnelen består af håndrodsknoglerne, og "loftet" består af et kraftigt ledbånd. Slimhinden omkring senerne kan af forskellige årsager hæve op og dermed trykke på nerven, som er den mest sårbare struktur.

Sygdommen er almindelig, og omkring 3500 opereres om året i Danmark.

### Hvorfor opstår karpaltunnelsyndrom?

Årsagen til karpaltunnelsyndrom er oftest ukendt, men symptomerne kan til tider opstå efter uvant arbejde, så som malerarbejde, havearbejde og lignende.

Syndromet kan ses hos gravide. Det ses også med øget hyppighed hos sukkersygepatienter, amyloidose, leddegigt og lavt stofskifte. Desuden er patienter med flere års arbejdsmæssig udsættelse for vibrationer mere udsatte, og endeligt er karpaltunnelsyndrom en kendt komplikation til håndledsbrud.

## Symptomer

### De mest almindelige symptomer er

- prikken og stikken i fingrene
- føleforstyrrelser ud i én eller flere af fingrene, dog sjældent i lillefingeren
- tryk og ubehag ved håndledet
- smerter i fingrene, ved håndledet og evt. op i armen

Symptomerne kan vise sig enkeltvis eller i kombination i én eller begge hænder. Generne er som regel værst om natten. Efter længere tid kan de natlige symptomer aftage, og en vedvarende følelsesløshed i fingrene om dagen dominerer. Til tider kan der opstå kraftesløshed i tommelfingeren.

## Diagnose

Ved den første undersøgelse afgør håndkirurgen, om det drejer sig om karpaltunnelsyndrom. I tvivlstilfælde kan det blive aktuelt med en nerveledningsundersøgelse. Dette kan også foregå på Privathospitalet Mølholm.

## Behandling

Hvis symptomerne er opstået i forbindelse med belastning, kan man i første omgang forsøge med aflastning. En håndledsskinne om natten kan lindre de natlige gener. I de tilfælde, hvor operation ikke er mulig eller ikke er ønsket, kan blokade med binyrebarkhormon afhjælpe symptomerne. I mange tilfælde er den bedste løsning dog en operation.



### I hvilke tilfælde skal der opereres?

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

### Hvad er operationens formål?

Operation går ud på at skabe mere plads i karpaltunnelen, så nerven ikke trykkes. Det foregår ved, at det kraftige ledbånd skæres over. Det gror sammen igen i løbet af et par måneder, og håndfladen vil i denne periode være øm, hård og hævet.

### Kikkertoperation

De sidste 30 år har det været teknisk muligt at udføre indgrebet som kikkertoperation, men det kræver dog specielt udstyr og uddannelse.

Håndkirurgerne på Privathospitalet Mølholm har alle flere års erfaring med denne metode og har en specielt indrettet operationsstue til deres rådighed.

Ved en kikkertoperation sker indgrebet gennem et lille hul ovenfor håndledet, og det er kun det strammende ledbånd, som åbnes for at give nerven plads. Derfor kommer du hurtigere i gang med at kunne bruge hånden igen, sammenlignet med den traditionelle operation, hvor hele håndfladen åbnes. Sygefraværet bliver omtrent halveret, afhængigt af hvilket arbejde du har. Gevinsten er endnu større, hvis du har symptomer på begge hænder, idet man med den mere skånsomme teknik kan tillade sig at operere begge sider på én gang.

Kikkertoperationen foregår i lokalbedøvelse. Selve det operative indgreb varer 5-10 minutter. Du kan mærke, at der foregår noget i hånden, men du føler ingen smerte. Det samlede forløb varer cirka en time.

### Efter operationen

Kikkerthullet lukkes med sårtape og vandafvisende plaster, og ovenpå dette har du en trykforbinding af skumgummi og elastikbind. Du fjerner selv trykforbindingen efter 3 dage og tape og plaster efter en uge. Du får smertestillende straks efter operationen, og sammen med bedøvelsen vil du være smertedækket til næste dag. Smerten fra operationen kan lindres med paracetamol. To uger efter indgrebet bliver du ringet op af kirurgen eller operationssygeplejersken. Er der problemer, er du altid velkommen til selv at ringe før.

### Hvad kan du efter operationen?

Du må umiddelbart efter operationen godt bruge din hånd - vigtigt er det dog at holde hånden højt de første dage og gøre fingergymnastik, som vist herunder. Du skal undgå tunge løft i tre uger (fx. en 10 kg. bærepose).



Toiletbesøg klarer du selv, hvis du køber nogle gennemsigtige engangshandsker (af typen som findes på tankstationer). Disse kan også bruges ved brusebad, da forbinding/plaster ikke må blive vådt.

Du må ikke selv køre bil hjem efter operationen. Du må først føre bil igen, når trykforbindingen er fjernet efter tre dage.

Er du blevet opereret på begge sider på én gang, er det praktisk, at du får hjælp med madlavning og lignende de første tre dage.

## Hvad kan du forvente?

Hvis du har haft natlige symptomer, vil de fleste opleve, at disse forsvinder umiddelbart. Har du haft vedvarende føleforstyrrelser, forsvinder disse ofte først efter et antal uger, undertiden måneder afhængig af, hvor længe du har haft føleforstyrrelserne. Hvis du er over 70 år, kan der ikke loves fuld normalisering af følesansen.

Du vil være øm i håndfladen de første 2-3 måneder efter operationen, hvilket også er den tid, det tager, inden håndkraften er normal. Hvis tommelfingerens muskelkraft har været kraftig påvirket, kan du ikke forvente en fuldstændig normalisering af denne. Det er sjældent at symptomerne kommer igen, da det ved operationen overskårne ledbånd heler med forlængelse, så der permanent bliver mere plads i karpaltunnelen.

## Sygefravær

Sygefraværet afhænger af, hvilken type arbejde du har. Ved kontorarbejde skal du regne med én uge, men du kan ikke klare fuldtids-tastearbejde de første uger. Ved manuelt arbejde skal du regne med mindst én måneds sygefravær.

## Kan der opstå komplikationer?

Der er altid en lille risiko for betændelse ved operationer, men den er minimal ved brug af kikkerteknik. Alvorlige komplikationer ses hos mindre end 1% af patienterne.

## Forsikringsordning

De fleste sundhedsforsikringer dækker behandling af karpaltunnelsyndrom. Spørg dit forsikringselskab om reglerne hos netop dem.

## Ret til at vælge et privathospital (Udvidet frit sygehusvalg)

Som patient har du ret til at benytte udvidet frit sygehusvalg, hvis du skal vente på udredning, undersøgelse eller behandling, på de offentlige sygehuse.

Du kan finde mere information om dine rettigheder på [Sundhed.dk](https://sundhed.dk). Her finder du også kontaktinformation til patientvejledere i din region, der kan rådgive dig nærmere.

Diagnosekoden for karpaltunnelsyndrom er DG560. Operationskoderne for kikkertoperation er KACC61 og åben operation er KACC51.

Du er altid velkommen til at kontakte os for yderligere oplysninger.