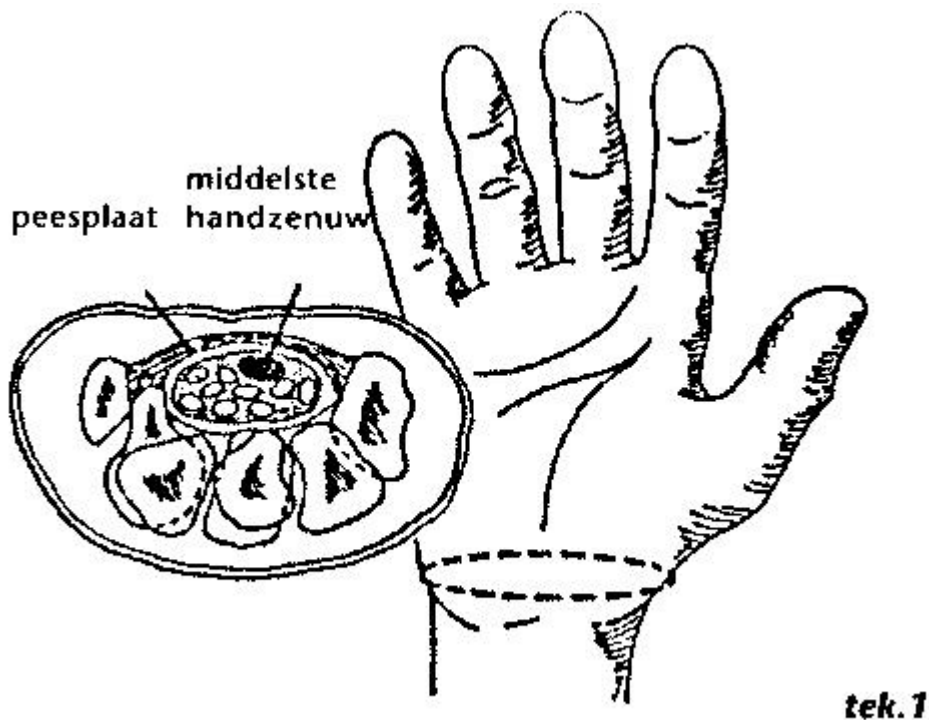


## Carpaal Tunnel Syndroom (CTS)

Deze folder geeft u algemene informatie over een carpaal tunnelsyndroom en de behandelmogelijkheden hiervan.

### Wat is een Carpaal Tunnel Syndroom (CTS)?



In de pols loopt de carpaal tunnel. Deze tunnel wordt gevormd door de carpalia; de polsbotjes waarover een strak bandje loopt (peesplaat). In deze tunnel lopen de middelste handzenuw (nervus medianus) en ook nog 9 buigpezen. Een carpaal tunnel syndroom is een beklemming van deze middelste handzenuw, zie tekening 1. De aandoening ontstaat door zwelling van weefsel rondom de buigpezen. Hierdoor krijgt u een dof of prikkelend gevoel en pijn in de arm, hand en vingers.

### Wat zijn de oorzaken?

De oorzaak is meestal onbekend. Hormonale factoren kunnen een rol spelen, zoals een menopauze of een zwangerschap. Ook kan op verschillende manieren druk worden uitgeoefend op de zenuw. Bijvoorbeeld door een breuk of artrose van het polsgewricht, of als u de pols langere tijd heeft gebogen. Een CTS komt ook voor bij mensen met schildklierandoeningen, reumatoïde artritis en diabetes. Een combinatie van oorzaken is ook mogelijk.

### Wat zijn de klachten?

Klachten zijn onder andere: pijn, gevoelloosheid, een tintelend gevoel of een combinatie hiervan in de hand. Soms straalt de pijn uit richting de schouder. De gevoelloosheid of het tintelend gevoel treedt het meest op in de duim, wijsvinger, middelvinger en ringvinger. De tintelingen zijn er vooral in de

nacht. Ze kunnen ook overdag optreden bij activiteiten waarbij u de hand in een bepaalde stand gebruikt, zoals bij autorijden, fietsen of de telefoon vasthouden. Soms merken patiënten dat ze minder grip hebben, onhandig zijn en de neiging hebben dingen te laten vallen. In ernstige gevallen kan het gevoel voor altijd verdwijnen. Ook de spieren in de duimmuis kunnen steeds zwakker worden.

## Diagnose

Door deze specifieke klachten kan de arts de diagnose vermoeden. Verder vraagt de arts naar eventuele medische aandoeningen, hoe u de handen heeft gebruikt en of u in het verleden letsel heeft opgelopen. Soms laat de arts een röntgenfoto maken of een bloedonderzoek uitvoeren.

Daarnaast kan de arts een zenuwgeleiding onderzoek (ElektroMyoGrafie: EMG) en/of een zenuwecho aanvragen.

## Welke behandeling is mogelijk?

Afhankelijk van de oorzaak adviseert de arts u één of meer mogelijkheden voor behandeling.

### Aanpassen activiteiten

Het kan zijn dat u sommige activiteiten moet aanpassen, waardoor de belasting van uw hand en pols minder wordt.

### Nachtspalk

Het dragen van een spalk tijdens de nacht houdt uw pols recht. Hierdoor krijgt de zenuw iets meer ruimte. Uw klachten kunnen dan verminderen en uw nachtrust kan beter worden.

### Injectie

Een injectie in de carpal tunnel met corticosteroïden (ontstekingsremmer) met een verdovingsmiddel kan de symptomen verlichten. De zwelling rond de zenuw kan daardoor afnemen. De werking van deze injectie is vaak tijdelijk.

Na de injectie moet u er rekening mee houden dat de vingers/duim een korte tijd gevoelloos kunnen zijn. De pijnklachten kunnen zeker één à twee dagen erger zijn. U kunt binnen 2 weken na de injectie effect verwachten.

### Operatie

Als de maatregelen die hierboven staan niet helpen of als uw klachten heel ernstig zijn, komt u in aanmerking voor een operatie. Tijdens de operatie krijgt de zenuw meer ruimte door de strakke band die over de zenuw loopt door te nemen. De arts sluit de huid met hechtingen.

### Aanvullende informatie

Als u bloed verdunnende medicijnen gebruikt, kan het zijn dat u hier vóór de operatie even mee moet stoppen. Dit doet u alleen in overleg met de arts. Als dat nodig is, informeren wij de trombosedienst.

De operatie is poliklinisch en duurt ongeveer 15 minuten. U krijgt een plaatselijke verdoving. U wordt geopereerd onder bloedleegte. Dat betekent dat u een strakke band om de bovenarm krijgt, zodat er tijdelijk geen bloed naar de hand stroomt.

## Na de operatie

U krijgt na de operatie een drukverband om de hand. Na een paar uur is de verdoving uitgewerkt. Als u pijn heeft, kunt paracetamol gebruiken.

Let op: u kunt **niet** zelf met de auto, scooter of fiets naar huis rijden. Vraag of iemand u naar huis brengt, ga met het openbaar vervoer of bestel een taxi.

Direct na de operatie is het goed om de vingers te bewegen. Maak regelmatig een lichte vuist. Het verband kunt u zelf na 2 dagen verwijderen. De hand kunt u na de operatie langzaam aan weer meer gaan gebruiken.

De hechtingen worden ongeveer 10 dagen na de operatie verwijderd. U krijgt hiervoor een afspraak mee na de ingreep.

Na de operatie zijn de gevoelloosheid en het tintelend gevoel meestal snel verdwenen. Het litteken kan na weken of maanden nog spontaan steken en drukgevoelig zijn. Dit verdwijnt op den duur uit zichzelf. Daarnaast kan het een paar maanden duren voordat de knijpkracht in de hand en pols weer helemaal terug is.

## Vragen / Complicaties

Hebt u na het lezen van deze folder nog vragen, stel ze dan gerust aan een van onze medewerkers.

Krijgt u meer pijn? Is de hand rood en gezwollen? Heeft u een nabloeding of een ontsteking?

Neem dan contact op met de afdeling Plastische Chirurgie/Hand-, Pols- en Elleboogcentrum, bereikbaar:

- van maandag tot en met vrijdag
- tussen 08.00 en 16.30 uur
- via telefoonnummer: (070) 210 7760

Buiten deze uren neemt u in spoedgevallen contact op met de Spoedeisende Hulp van het HagaZiekenhuis via telefoonnummer (070) 210 0000.

---

## Wat vindt u van deze patiënteninformatie?

Wij horen graag uw mening over deze folder. Wilt u na het lezen enkele vragen beantwoorden? U vindt de vragen via deze link: <https://folders.hagaziekenhuis.nl/2228>. Dank u wel.

### Spreekt u geen of slecht Nederlands?

De informatie in deze folder is belangrijk voor u. Als u moeite heeft met de Nederlandse taal, zorg dan dat u deze folder samen met iemand leest die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

### Do you speak Dutch poorly or not at all?

you.

### **Czy Państwa znajomość języka niderlandzkiego jest żadna lub słaba?**

Informacje zawarte w tym folderze są ważne dla Państwa. Jeśli język niderlandzki sprawia Państwu trudność, postarajcie się przeczytać informacje zawarte w tym folderze z kimś, kto może Państwu je przetłumaczyć lub objaśnić.

### **Hollandaca dilini hiç konuşamıyor musunuz veya kötü mü konuşuyorsunuz?**

Bu broşürdeki bilgi sizin için önemlidir. Hollandaca dilinde zorlanıyorsanız, bu broşürü, size tercüme edecek ya da açıklayacak biriyle birlikte okuyun.

إذا كنتم لا تتحدثون اللغة الهولندية أو تتحدثونها بشكل سيء إن المعلومات الموجودة في هذا المنشور مهمة بالنسبة لكم. إذا كانت لديكم صعوبة في اللغة الهولندية، فاحرصوا عندئذ على قراءة هذا المنشور مع شخص يترجم المعلومات أو يشرحها لكم.

107006032025