

تعریف:

سندرم تونل کارپال یک اختلال دردناک مچ دست است. تونل کارپال یک تونل باریک است که توسط استخوان و دیگر بافتهای مچ دست شکل گرفته است. این تونل از عصب مدیان محافظت می کند، این عصب حس انگشت شست و سه انگشت اول هر دست را تامین میکند. سندرم تونل مچ دست زمانی رخ می دهد که رباطها در اطراف این تونل متورم و ملتهب شوند و روی این عصب فشار بیاورند. این فشار باعث آسیب به عصب مدیان، احساس درد، خواب رفتگی و بی حسی در دست می شود



علائم:

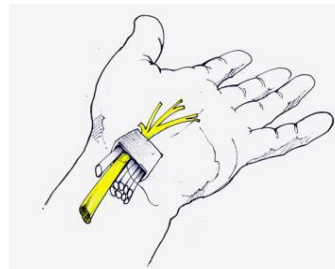
- بی حسی یا سوزش دست و انگشتان خصوصا شست، انگشت وسط و سبابه درد در مچ، کف دست و ساعد
- بی حسی و درد در شب بیشتر از روز مشاهده می شود، این درد به حدی شدید است

که ممکن است شما را از خواب بیدار کند. ممکن است فرد از شدت درد دست خود را مرتب تکان دهد و یا آن را مالش دهد. هر چه بیشتر از این دست خود استفاده کنید درد شما افزایش مییابد.

- اشکال در به دست گرفتن اشیاء و انجام اعمالی مانند گرفتن دستگیره درب و یا فرمان اتومبیل
- احساس ضعف و ورم انگشتان
- ضعف در مشت کردن دست
- اشکال در حس گرما

علل:

شکستگی ها، در رفتگی ها، تومورها، کیست ها، آرتروز دیابت و الکلیسم، بارداری، اختلالات تیروئید، حرکات تکراری مچ و انگشتان، ارتعاش (مانند آب میوه گیری و یا دریل کاری) بویژه در کارگران و کاربران کامپیوتر

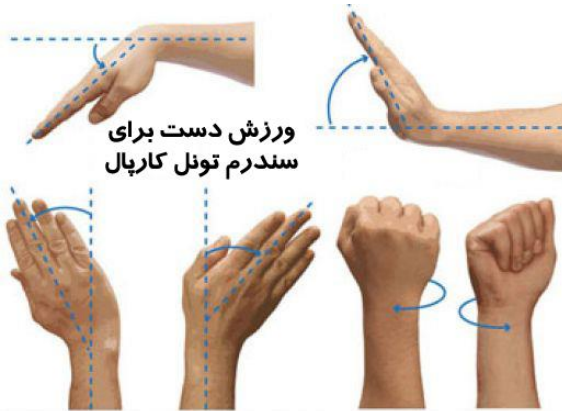


تشخیص:

- ۱- گرفتن تاریخچه بیماری که کمک بسیاری به تشخیص می کند.

۲- انجام معاینات فیزیکی توسط پزشک

۳- گرفتن نوارعصب تشخیص قطعی با انجام مطالعات نوار عصب و مطالعات هدایت عصبی اندامهای فوقانی می باشد



درمان:

درمان این بیماری ۲ مرحله دارد مرحله اول تغییر سبک زندگی فرد است و متوقف کردن هر فعالیتی که این بیماری را بدتر می کند اگر تمام راهکارهای درمانی توسط پزشک انجام گرفت و نتیجه مفیدی را در پی نداشت،



بیمارستان شهدای پاکدشت

سندرم تونل کارپال



تهیه و تنظیم: واحد آموزش بیمارستان

بهار 95

بعد از این عمل ممکن است مقداری ورم و سفتی در ناحیه عمل شده داشته باشید. این ورم و سفتی با بالا بردن دست (بالاتر از سطح قلب) و حرکت دادن انگشتان برطرف می شود. ممکن است برای چند هفته، نیاز به مچ بند داشته باشید تا زخم التیام یابد.

معمولا بعد از دو ماه، درد و ضعف از بین خواهد رفت .

ممکن است شش ماه تا یک سال طول بکشد تا کاملا بهبودی خود را دوباره بدست آورید.



منابع:

- 1- Carpal tunnel syndrome. A patient guide nurse let. Available from http://www.stockporthealth.nwest.nhs.uk/documents/11889_to10.accessed Sep 2011
- 2- Carpal Tunnel Decompression – Information for patients. Available from <http://www.heatherwoodandwexham.nhs.uk/sites/default/files/i4p/Carpal%20Tunnel%20Decompression%20-%20Information%20for%20Patients>. Accessed February 2010
- 3- Carpal tunnel syndrome: patient information. Available from <http://www.stockport.pct.nhs.uk/Patientinformation>. Accessed. Jan

مرحله دوم: جراحی به عنوان آخرین گزینه می تواند به کاهش درد این بیماری کمک کند. در این عمل بافت فیبرین پوشاننده تونل کارپال بریده می شود تا فشار کم شود.

برخی اوقات از طریق آندوسکوپی، یک شکاف بسیار کوچک را بوجود می آورند و دوربین کوچکی را داخل آن می کنند و با استفاده از آن دوربین، عمل جراحی را انجام می دهند .

مراقبت بعد از عمل:

