

تعریف:

سندرم تونل کارپال یک اختلال دردناک میچ دست است. تونل کارپال یک تونل باریک است که توسط استخوان و دیگر بافتهای میچ 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 میچ 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:

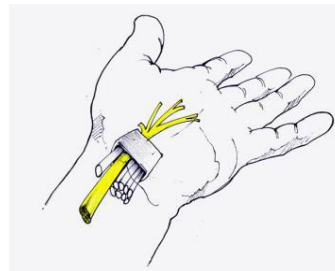
- بی حسی یا سوزش دست و انگشتان خصوصا شست، انگشت وسط و سبابه درد در میچ، کف دست و ساعد
- بی حسی و درد در شب بیشتر از روز
- مشاهده می شود، این درد به حدی شدید است

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 میچ و انگشتان، ارتعاش (مانند آب میوه گیری و یا دریل کاری) بویژه در کارگران و کاربران کامپیوتر

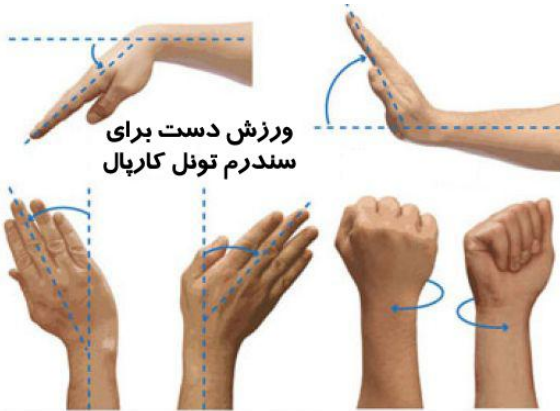


تشخیص:

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

۲ - انجام معاینات فیزیکی توسط پزشک

۳ - گرفتن نوار عصب 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،



فیزی

مرکز آموزشی درمانی نمازی
واحد آموزش ضمن خدمت

سندرم تونل کارپال



PT-HO-210

تهیه کننده: اشرف معمار (ریزاده کارشناس ارشد NICU)

استاد علمی: دکتر محمد رضا آذرپیرا (متخصص ارتوپدی و

فلوشیپ ارتوپدی کودکان

سال ۹۴

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: