

## **Carpaal tunnelsyndroom**

Uw behandelend arts heeft u op de wachtlijst geplaatst voor een operatie aan de binnenzijde van de pols. In medische taal wordt deze aandoening carpaal tunnelsyndroom genoemd. De operatie wordt uitgevoerd door een neurochirurg, plastisch chirurg of orthopedisch chirurg. In deze folder leest u hoe de operatie in Bernhoven verloopt.

### **Wat is het carpaal tunnelsyndroom?**

Aan de binnenzijde van de pols ligt in het midden een tunnel. Dit is de carpaal tunnel. In deze carpaal tunnel loopt een zenuw (nervus medianus). De tunnel wordt afgesloten door een stevig, vezelig weefsel. Door zwelling van dit weefsel kan de zenuw in de tunnel bekneld raken. Dit geeft pijnklachten in de hand en / of arm (met name `s nachts). Wanneer de klachten blijven bestaan kan de carpaal tunnel met een kleine operatie worden geopend zodat de zenuw meer ruimte krijgt

### **Welke klachten kunt u hebben?**

De klachten kunnen nogal uiteenlopen. Zo kunt u last hebben van:

- Een prikkelend en pijnlijk gevoel of tintelingen in de vingers en in de hand.
- Een doof gevoel in de handpalm en in de vingers. Soms een gevoel alsof de hand opgezwollen is.
- Een uitstralende pijn naar de onderarm, de elleboog en de schouder.
- Soms krachtverlies in uw hand waardoor u zomaar dingen kunt laten vallen.

Heel vaak komen deze klachten in de loop van de nacht voor en zorgen ervoor dat u wakker wordt. Hoewel de klachten meestal aan één hand voorkomen, gebeurt het ook vaak dat men last krijgt van de andere hand. De klachten kunnen veroorzaakt en/of verergerd worden door:

- voortdurende dezelfde beweging van de pols, bijvoorbeeld wringen en haken;
- suikerziekte;
- overgewicht;
- vochtvorming door hormoonwisselingen, bijvoorbeeld bij zwangerschap of overgang;
- gewrichtsontsteking; plaatselijke irritatie, bijvoorbeeld door belasten van de pols bij het lopen met een kruk.

### **Resultaat behandeling**

De eerste dagen na de ingreep kunt u op de plaats van de wond wat meer pijnklachten hebben. Dit is normaal. Meestal verdwijnt de zwelling in de eerste twee weken na de ingreep. Het herstel duurt ongeveer twee tot zes weken.

### **Hoe bereidt u zich voor op de operatie?**

De operatie kan plaatsvinden op de operatiekamer of op een poliklinische behandelkamer.

### **Als de behandeling plaats vindt op de operatiekamer**

Voor deze behandeling wordt u één tot enkele uren opgenomen op de afdeling dagbehandeling. De afdeling opname planning informeert u over de datum waarop u wordt opgenomen. Ook wordt met u een afspraak gemaakt voor het spreekuur PPO (Preoperatief Poliklinisch Onderzoek). Op dit spreekuur heeft u een gesprek met een doktersassistente, een verpleegkundige en met de anesthesioloog (= de specialist die voor de verdoving zorgt).

Wanneer u door de neurochirurg wordt behandeld, hoeft u niet het PPO want de neurochirurg zorgt zelf voor de verdoving.

### **Als de behandeling plaats vindt op een poliklinische behandelkamer**

De polikliniekassistente informeert u over de datum en het tijdstip waarop de behandeling plaatsvindt. U hoort dan ook op welke afdeling u zich moet melden. U hoeft niet naar het spreekuur PPO omdat de arts zelf voor de verdoving zorgt.

**!Let op: u mag geen sieraden dragen aan uw hand en pols.**

### **Nuchter**

Afhankelijk van de soort verdoving (plaatselijke verdoving of algehele verdoving (= narcose) die u krijgt, krijgt u te horen óf u voor de behandeling nuchter naar het ziekenhuis moet komen en zo ja vanaf wanneer. Nuchter zijn betekent dat u vanaf een bepaald tijdstip niets meer mag eten en drinken en niet mag roken. Eventuele medicijnen kunt u op de gewone manier innemen met een slokje water.

### **Belangrijk**

- Zorg voor schone handen.
- Sieraden en geld kunt u het beste thuis laten in verband met verlies en/of diefstal.
- Draag gemakkelijke bovenkleding omdat u een drukverband krijgt na de operatie.
- Draag geen ringen aan de hand waaraan u wordt geopereerd. Laat ringen die niet af kunnen, verwijderen door een juwelier.
- Houdt u er rekening mee dat u uw arm / hand na de operatie niet direct weer kunt gebruiken. Regel daarom vervoer voor de terugreis.

### **Denk aan uw Actueel Medicatie Overzicht (AMO)**

Het is voor ons belangrijk om te weten welke medicijnen u gebruikt. Daarom verzoeken wij u uw Actueel Medicatie Overzicht (AMO) mee te nemen naar het ziekenhuis. U moet dit AMO ophalen bij uw eigen apotheek, zodat uw AMO daar nog met u besproken kan worden. Bij ieder bezoek aan het ziekenhuis is een nieuw AMO nodig, ook als u nog maar kort geleden al in het ziekenhuis was. Want ook in korte tijd kan er toch iets in uw medicatie zijn veranderd. Zeker wanneer u met meerdere behandelaars te maken heeft. Het AMO is belangrijk voor uw veiligheid. Bijvoorbeeld om dubbelmedicatie te voorkomen. In sommige gevallen mogen medicijnen niet met elkaar worden gecombineerd. Het is belangrijk dat de arts een actueel overzicht heeft van de medicijnen die u gebruikt. Natuurlijk kan het ook gebeuren dat uw arts in het ziekenhuis niet naar uw AMO vraagt. Bijvoorbeeld omdat de medicatie niet veranderd. Maar dat weet u niet van tevoren. Daarom is een AMO bij ieder bezoek aan het ziekenhuis belangrijk. Wanneer u uit het ziekenhuis wordt ontslagen krijgt u een nieuw AMO mee, Als het nodig is, krijgt u daar een recept bij. We spreken dan over een AMO-R. Met dit AMO-R gaat u naar uw apotheek.

Voor uw apotheek is het ook belangrijk te weten welke medicatie gewijzigd is, ook wanneer de medicatie gestopt is.

### **Wat moet u doen als u niet op de afspraak kunt komen?**

Wanneer u niet in staat bent om de afspraak voor de operatie na te komen, belt u dan op tijd naar opname planning om dit door te geven. Er wordt dan een nieuwe afspraak gemaakt. U bereikt opnameplanning iedere werkdag tussen 9.00-12.00 uur op 0413 - 40 19 17.

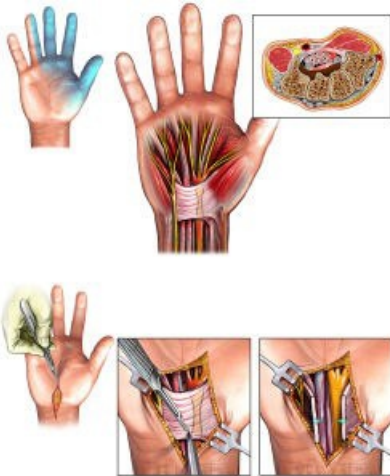
## Hoe verloopt de operatie?

### Welke verdoving krijgt u?

De operatie vindt plaats onder plaatselijke verdoving waarbij alleen het operatiegebied of de hand en pols verdoofd wordt. Voor beter zicht tijdens de operatie wordt er een strakke band om de bovenarm gedaan.

### Gang van zaken

Wanneer de behandeling plaatsvindt op de operatiekamer, krijgt u op de afdeling dagbehandeling operatiekleding aan. Dit is nodig in verband met de steriliteit op de operatiekamer. Vervolgens brengt een verpleegkundige u naar de operatiekamer.



### Het verloop van de operatie

De arts maakt een sneetje via de handlijn naar de pols. De dwarse polsband wordt doorgesneden waardoor de tunnel wijder wordt en de zenuw meer ruimte krijgt. De zenuw blijft hierbij intact. Hierdoor wordt de hand niet stijf of verlamd. De wond wordt met hechtingen weer gesloten.

### Hoe lang duurt de operatie?

De operatie duurt ongeveer tien minuten.

### Naar huis, en dan?

Als u een blokverdoving (= een plaatselijke verdoving waarbij alleen de arm en hand verdoofd is) heeft gehad mag u vrij snel na de ingreep naar huis. Deze verdoving hoeft niet te zijn uitgewerkt en kan tot de nacht blijven doorwerken.

Als u een algehele narcose heeft gehad, blijft u nog een aantal uren in het ziekenhuis totdat de narcose is uitgewerkt.

Bij pijn mag u zonnodig 2 paracetamol à 500 mgr.(= 1000 mgr.) gebruiken, deze kunt u bij de drogist halen. U mag maximaal 4 x daags 1000 mgr. gebruiken.

U krijgt een kaartje mee waarop staat dat u zelf, binnen 2 werkdagen, een afspraak moet maken op de polikliniek. Na twee weken komt u dan terug naar de polikliniek en worden de hechtingen verwijderd.

### Zijn er complicaties?

Complicaties komen gelukkig zelden voor. Bloedingen en soms een wondinfectie zijn de belangrijkste. Het wondgebied kan wat zwellen en blauw worden. Dit verdwijnt meestal vanzelf (met name na het hooghouden van de hand / arm). Zeer zelden (in minder dan 1% van de operaties) treedt een ernstige complicatie op. Hierbij wordt de hand pijnlijk, dik en stijf. Dit wordt dystrofie genoemd. De genezing duurt zeer lang en er zijn soms blijvende gevolgen.

## Adviezen voor thuis

Om uw hand zo snel mogelijk weer goed te kunnen gebruiken, worden onderstaande adviezen gegeven:

- Het drukverband dat na de operatie is aangelegd mag na twee dagen worden verwijderd. Op de wond plakt u een schone pleister.
- Als het drukverband is verwijderd mag u weer douchen.
- Het is goed om de vingers regelmatig te bewegen, dit bevordert de bloeddoorstroming van de hand. In het begin gaat dit wat moeizaam, maar na enkele dagen gaat dat al veel beter.
- U mag uw geopereerde hand de eerste 14 dagen alleen licht belasten. Dit betekent dat u licht huishoudelijk werk mag doen maar niet zwaar tillen! Na deze periode kunt u de hand langzaam steeds meer gebruiken. U moet er rekening mee houden dat u de eerste 6 weken uw hand niet te zwaar mag belasten. Het litteken aan de pols blijft vaak langer gevoelig, met name bij druk op die plek, bijvoorbeeld steunen op de pols.
- U mag meteen na de operatie niet autorijden i.v.m. de verdoving en het verband. Het advies is om tot twee weken na de operatie geen auto te rijden.

## Wanneer mag u weer gaan werken?

Wat de gevolgen van uw aandoening en/of de behandeling voor uw werk zijn, kunt u met uw specialist overleggen. De specialist kan uw bedrijfsarts informeren over de ingreep. Om uw privacy te beschermen is uw toestemming nodig voor overleg tussen uw specialist en uw bedrijfsarts. De bedrijfsarts is degene die u begeleidt bij de terugkeer naar uw werk. Daarom is het belangrijk dat uw bedrijfsarts op de hoogte is van uw aandoening of behandeling. Het is goed om de bedrijfsarts al vóór de operatie, of in ieder geval zo snel mogelijk daarna te informeren. Dat maakt het gemakkelijker om tot goede afspraken met uw bedrijfsarts te komen.

## Wat te doen bij problemen thuis?

Neemt u tijdens kantooruren contact op met de polikliniek Orthopedie/Neurochirurgie/Plastische chirurgie of buiten kantooruren en in het weekend met de receptie van Bernhoven wanneer:

- er een lekkage van de wond is;
- als uw vingers de dag van de operatie of de dag erna blauw en koud zijn;
- er veel pijn is;
- de wond warm en rood wordt;
- u koorts krijgt (boven 38 graden Celcius).

Mocht het onverhoopt nodig zijn dat u naar de spoedeisende hulp van Bernhoven komt? Volg bij het ziekenhuis dan de borden 'Spoedpost'.

## Contact

Polikliniek orthopedie	0413 - 40 19 71
Receptie Bernhoven	0413 - 40 40 40
Polikliniek neurologie/neurochirurgie	0413 - 40 19 53

## Heeft u nog vragen?

Als u na het lezen van deze folder nog vragen heeft, stel deze dan gerust aan de verpleegkundige van de afdeling dagbehandeling of uw behandelend arts.

---

*Bovenstaande informatie is geschreven samen met artsen en (gespecialiseerd) verpleegkundigen van de genoemde afdeling(en). De afdeling communicatie & patiëntenvoorlichting verzorgt de eindredactie van deze folder.*

*Heeft u vragen en/of opmerkingen over deze folder? Belt u dan met de genoemde afdeling(en) of stuur een e-mail naar PatiëntService, [psb@bernhoven.nl](mailto:psb@bernhoven.nl).*

## **Bernhoven**

**Nistelrodeseweg 10  
5406 PT UDEN**

**Postbus 707  
5400 AS UDEN**

**T: 0413 - 40 40 40  
E: [communicatie@bernhoven.nl](mailto:communicatie@bernhoven.nl)  
I: [www.bernhoven.nl](http://www.bernhoven.nl)**



Ga naar  
[www.zorgkaartnederland.nl](http://www.zorgkaartnederland.nl)

Code: digitaal Datum gewijzigd: dinsdag 16 maart 2021