

Σύνδρομο καρπιαίου σωλήνα: Διάγνωση και Θεραπεία Πόνος

στον καρπό κατά τη χρήση του Η/Υ. Αθώο ή κάτι παραπάνω;

Δεν είναι λίγες οι φορές που κάποιος χρήστης Η/Υ ζητά την βοήθεια ειδικού για να αντιμετωπίσει τον πόνο που νιώθει στην εσωτερική πλευρά του καρπού του, συνοδευόμενο από μουδιάσματα των δακτύλων του. Τις περισσότερες φορές πρόκειται για μία πάθηση που ονομάζεται Σύνδρομο Καρπιαίου Σωλήνα.

Τί είναι;

Το σύνδρομο του καρπιαίου σωλήνα είναι μία επώδυνη πάθηση στον καρπό που οφείλεται στην πίεση του μέσου νεύρου στην εσωτερική πλευρά του καρπού και μπορεί να προκληθεί από την υπέρχρηση του χεριού ή επαναλαμβανόμενους μικροτραυματισμούς, όπως κατά τη χρήση του Η/Υ ή σε χειριστές κομπρεσέρ, νοικοκυρές κλπ. Το μέσο νεύρο πορεύεται μέσα σε ένα κανάλι που σχηματίζουν τα οστά του καρπού και ο εγκάρσιος σύνδεσμος του καρπού και μπορεί να πιεστεί κατά την πορεία του.

Υπάρχουν προδιαθεσικοί παράγοντες;

Η εγκυμοσύνη, η εμμηνόπαυση, η χρήση αντισυλληπτικών αλλά και παθήσεις όπως η ρευματοειδής αρθρίτιδα, ο σακχαρώδης διαβήτης, ο υποθυρεοειδισμός κ.α. έχουν συσχετισθεί με την εμφάνιση του συνδρόμου.

Πώς εκδηλώνεται;

Είναι συχνότερο στις γυναίκες και μπορεί να προκαλέσει μουδιάσματα στα 3 πρώτα δάκτυλα του χεριού, κυρίως στον αντίχειρα και τον δείκτη που σταδιακά μπορεί να χειροτερέψουν, πόνο, ο οποίος μπορεί να είναι και νυχτερινός, ενώ σε προχωρημένες καταστάσεις μπορεί να εκδηλωθεί μυϊκή αδυναμία στο χέρι με αποτέλεσμα να μην μπορεί να συγκρατήσει αντικείμενα, ή να κουμπώσει κουμπιά κλπ.

Πώς γίνεται η διάγνωση;

Με την εμφάνιση των πρώτων ενοχλημάτων, ο ασθενής θα πρέπει να συμβουλευτεί τον Ορθοπαιδικό με σκοπό την πρόληψη της επιδείνωσης του συνδρόμου και τη λήψη της κατάλληλης θεραπείας. Η διάγνωση του συνδρόμου γίνεται από το ιστορικό και την κλινική εξέταση και επιβεβαιώνεται με το νευροφυσιολογικό έλεγχο.

Πώς θεραπεύεται;

Στα αρχικά στάδια, η τροποποίηση των δραστηριοτήτων, τα φάρμακα, ο νάρθηκας και η τοπική έγχυση κορτιζόνης μπορεί να βοηθήσουν.

Όταν τα ενοχλήματα δεν μπορούν να αντιμετωπιστούν συντηρητικά ή όταν αρχίζει να εμφανίζεται μυϊκή αδυναμία στο χέρι η θεραπεία είναι χειρουργική. Στα χέρια ενός Ορθοπεδικού Χειρουργού με εμπειρία η επέμβαση είναι σχετικά απλή, διενεργείται με τοπική αναισθησία και χωρίς να απαιτείται παραμονή στην κλινική. Με μικρή τομή γίνεται απελευθέρωση του μέσου νεύρου, με άμεση ανακούφιση από τα συμπτώματα και γρήγορη επάνοδο στην καθημερινότητα.