SFZ
SINT-FRANCISCUS ZIEKENHUIS
aan jouw zijde!

CARPAAL TUNNEL SYNDROOM

Dr. Ameloot Ivan - Dr. Kegels Lore
Dr. Van Asch Yves - Dr. Veldeman Guy

Carpaal tunnel syndroom

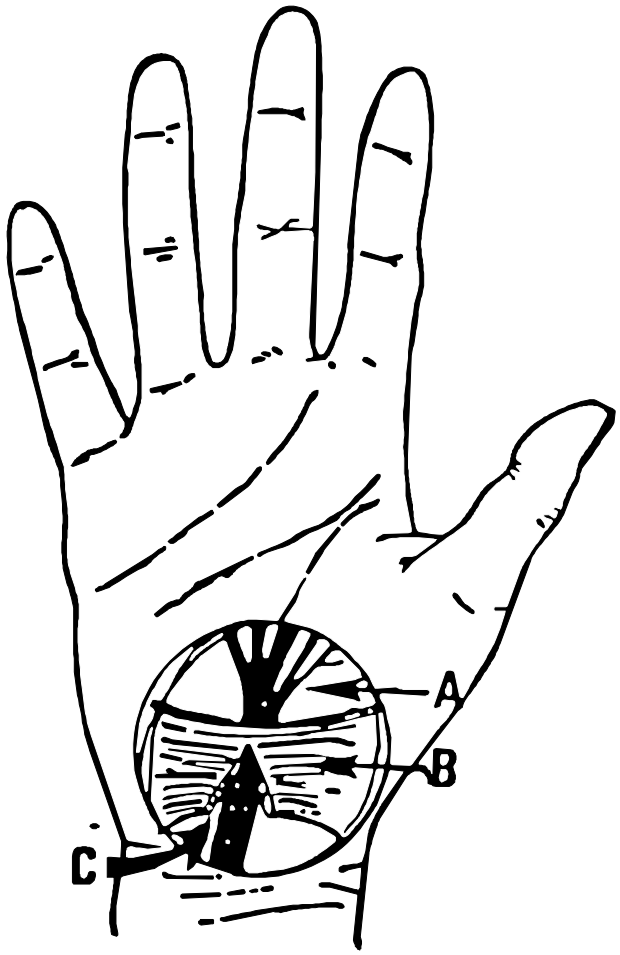
In deze folder krijgt u uitleg over de aandoening, de operatie en de eerste periode na de ingreep.

U vindt achtereen volgens informatie over:

1. Wat wordt bij de operatie gedaan?
2. Wanneer zijn de klachten over?
3. Hoe kunt u klachten na de operatie beperken?
4. De eerste twee dagen na de operatie.
    - 4.1. Hoe kunt u het beste slapen?
    - 4.2. Wat mag u wel en wat niet?
    - 4.3. Pijn.
5. De nacontrole.
6. Heeft u nog vragen?

1. Wat wordt bij de operatie gedaan?

Er wordt bij u een operatie aan de hand verricht, omdat een zenuw (A) in de handpalm bekneld zit onder een dwars verlopende band (B). Bij de operatie wordt door een klein wondje in de handpalm deze band doorgesneden (C). Hierdoor ontstaat opnieuw voldoende ruimte voor de zenuw.



2. Wanneer zijn de klachten over?

Vaak zijn de oorspronkelijke klachten al enkele dagen na de operatie weg. Indien de graad van de beknelling ernstiger is, kan het enkele maanden duren voordat de klachten helemaal verdwenen zijn. Indien u kort na de operatie nog klachten heeft, betekent dat dus niet dat de operatie mislukt is.

Het kan ongeveer 3 maanden duren voordat de kracht in de hand weer volledig is hersteld. Ook blijft het litteken in de hand vaak nog zo'n 3 maanden wat gevoelig en dik. Indien de ingreep onder plaatselijke verdoving heeft plaatsgevonden, kan het gevoel in de hand en vingers nog enkele uren afwezig blijven.

3. Hoe kunt u klachten na de operatie beperken?

Het is zeer belangrijk dat u zich aan de onderstaande instructies houdt. Op die manier kunt u de klachten na de operatie beperken.

4. De eerste twee dagen na de operatie.

- Houd de hand hoog in een mitella (draagdoek).
- Regelmatig oefenen is noodzakelijk! Fysiotherapie is niet nodig.
- Haal elke twee uur de arm uit de mitella, strek en buig de elleboog 5 keer volledig om verstijving te voorkomen.
- Maak hierna zo veel mogelijk een vuist door in het verband te knijpen. Houdt dit 10 tellen vast en laat dan weer los.
- Vervolgens strekt u de vingers volledig en houd dit weer 10 tellen vol. Herhaal deze oefeningen weer 5 keer.
- Het is belangrijk dat u na het oefenen rust neemt met de arm in de mitella.

4.1. Hoe kunt u het best slapen?

Leg 's nachts de arm hoog op een extra kussen. Wij adviseren de eerste dagen een half uur voor het naar bed gaan een pijnstiller te nemen.

4.2. Wat mag u wel en wat niet?

- Rij de eerste week zelf geen auto. Nadat de hechtingen zijn verwijderd, mag u weer een auto besturen.
- Zorg ervoor dat het verband en de hand niet nat of vuil worden. Dit geeft kans op wondinfecties.
- In de eerste week mag u niet tillen en de hand niet belasten. U mag de hand wel gebruiken voor lichte werkzaamheden, zoals schrijven, eten en een kopje koffie drinken, ...

4.3. Pijn.

Bij pijn kunt u het beste PARACETAMOL (500 mg) (= Dafalgan) nemen. Neem de eerste keer twee tabletten. Daarna kunt u, afhankelijk van de pijn, maximaal 6 tabletten per 24 uur innemen. Uw behandelende geneesheer kan u ook een andere pijnstiller voorschrijven.

5. De nacontrole.

Er wordt een controle-afspraak gemaakt bij de specialist indien nodig.

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen?

Tijdens de kantooruren kan u de dienst orthopedie steeds raadplegen via het secretariaat orthopedie op het nummer 011 71 58 06.

Dr. Ameloot Ivan

Orthopedie - Traumatologie - Sportletsels
Prothesechirurgie - Knie - Schouder - Arthroscopische heelkunde - Enkel & Voet-chirurgie
Medische expertisen.

Consultaties:

Sint-Franciscusziekenhuis of Medisch Centrum Beringen
Tel.: 011 71 55 55
www.sfz.be

Dr. Kegels Lore

Orthopedie - Traumatologie
Hand- , Pols- & Elleboogchirurgie
Perifere zenuwchirurgie.

Consultaties:

Sint-Franciscusziekenhuis of Medisch Centrum Beringen

Tel.: 011 71 55 55

www.sfz.be

Dr. Van Asch Yves

Orthopedie - Traumatologie

Sportletsels - Kinderen

Prothese - Arthroschopische Chirurgie van de heup

Consultaties:

Sint-Franciscusziekenhuis of Medisch Centrum Beringen

Tel.: 011 71 55 55

www.sfz.be

Dr. Veldeman Guy

Orthopedie - Traumatologie

Arthroscopische heelkunde Schouder - Elleboog

Pols

Urgentie geneeskunde.

Consultaties:

Sint-Franciscusziekenhuis of Medisch Centrum Beringen

Tel.: 011 71 55 55

www.sfz.be

Aantekeningen

Publicatiedatum: Januari 2018, dienst communicatie
Sint-Franciscusziekenhuis
P. Paquaylaan 129 | 3550 Heusden-Zolder
Tel. 011 71 50 00 | Fax. 011 71 50 01 | www.sfz.be