

Aandoening

# Carpaal Tunnel Syndroom

Het Carpaal Tunnel Syndroom wordt veroorzaakt door een beknelling van de middelste armzenuw.

De middelste armzenuw loopt door een soort tunnel aan de binnenkant van de pols. Dit noemen we de carpaal tunnel. Bij het Carpaal Tunnel Syndroom is de carpaal tunnel te nauw voor de inhoud. Deze bestaat uit buigpezen van de vingers en de middelste armzenuw.

## Onderzoeken

De diagnose wordt gesteld aan de hand van uw klachten en een lichamelijk onderzoek.

Bij dit lichamelijk onderzoek kan de arts gevoelsstoornissen in uw duim, wijs- en middelvinger vinden. Ook kan de duimmuis plaatselijk wat dunner zijn, maar meestal vindt de arts geen afwijkingen.

### E.M.G. zenuwgeleidingsonderzoek

Bij een E.M.G. zenuwgeleidingsonderzoek meten we hoe snel en hoe goed de zenuwen de signalen of boodschappen doorgeven aan een spier.

Wanneer u beweegt, geven de zenuwen steeds signalen aan de spieren om samen te trekken en weer te ontspannen. Het EMG-onderzoek kan de arts helpen om een aandoening van de zenuwen of van de overgang van de zenuw naar de spier uit te sluiten.

<http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/emg-zenuwgeleidingsonderzoek>

## Behandelingen

Is de diagnose Carpaal Tunnel Syndroom gesteld? Dan bespreekt uw behandelend arts de behandelingsmogelijkheden met u.

### Afwachten bij Carpaal Tunnel Syndroom

Soms is afwachten bij een Carpaal Tunnel Syndroom een goede optie. Bijvoorbeeld als u maar weinig klachten heeft, of als deze tijdelijk zijn, bijvoorbeeld tijdens een zwangerschap.

U kunt activiteiten die uw klachten erger maken proberen te vermijden. Soms kan uw werkplek aangepast worden. Ook kan een fysiotherapeut u thuisoefeningen geven. Er is beperkt bewijs dat dit werkt. Bij 20-50% van de patiënten worden de klachten vanzelf minder. Wilt u meer weten over alle voor- en nadelen? Bekijk dan de consultkaart van Carpaal Tunnel Syndroom.

([https://consultkaart.nl/wp-content/uploads/2017/12/20170907\\_FMS\\_CK\\_Carpaal-Tunnel-Syndroom-2017.01.pdf](https://consultkaart.nl/wp-content/uploads/2017/12/20170907_FMS_CK_Carpaal-Tunnel-Syndroom-2017.01.pdf))

<http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afwachten-bij-carpaal-tunnel-syndroom>

### Spalk om de pols bij Carpaal Tunnel Syndroom

Mogelijk kan een kunststof spalkje helpen met de klachten bij Carpaal Tunnel Syndroom.

Met een kunststof spalkje krijgt uw pols rust en kunnen de klachten verminderen. U draagt 's nachts en eventueel tijdens activiteiten die uw klachten uitlokken een spalkje om uw pols. Het spalkje raden we aan als u minder dan zes maanden klachten heeft, of als u er niet zoveel last van heeft. Bij 30-50% van de 100 patienten worden de klachten minder. Wilt u meer weten over de voor- en nadelen van een spalkje? Bekijk dan de consultkaart van het Carpaal Tunnel Syndroom.

([https://consultkaart.nl/wp-content/uploads/2017/12/20170907\\_FMS\\_CK\\_Carpaal-Tunnel-Syndroom-2017.01.pdf](https://consultkaart.nl/wp-content/uploads/2017/12/20170907_FMS_CK_Carpaal-Tunnel-Syndroom-2017.01.pdf))

Let op: Niet alle zorgverzekeraars vergoeden dit spalkje. U kunt dit navragen bij uw eigen zorgverzekeraar.

<http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/spalk-om-de-pols-bij-carpaal-tunnel-syndroom>

## Injectie in de pols bij Carpaal Tunnel Syndroom

Een injectie met bijnierschorschormonen (cortison) kan helpen bij een Carpaal Tunnel Syndroom.

Een injectie is geschikt als u last heeft van uw klachten, maar geen operatie wilt. Uw behandelend arts kan de injectie zetten. Na de injectie kunt u gewoon uw hand gebruiken. Wilt u meer weten over de voor- en nadelen van de injectie? Kijk dan bij de consultkaart van Carpaal Tunnel Syndroom.

([https://consultkaart.nl/wp-content/uploads/2017/12/20170907\\_FMS\\_CK\\_Carpaal-Tunnel-Syndroom-2017.01.pdf](https://consultkaart.nl/wp-content/uploads/2017/12/20170907_FMS_CK_Carpaal-Tunnel-Syndroom-2017.01.pdf))

<http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/injectie-de-pols-bij-carpaal-tunnel-syndroom>

## Carpaal Tunnel operatie

Als u last heeft van het Carpaal Tunnel Syndroom kan een operatie nodig zijn.

Dit noemen we een Carpaal Tunnel Release. Bij deze operatie opent de chirurg het 'dak' van de carpaal tunnel. De pezen en zenuw krijgen zo meer ruimte en kunnen gaan herstellen. Meestal gebeurt de operatie op de Poliklinische Operatie Kamers (POK).

<http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/carpaal-tunnel-operatie>

# Poliklinieken en afdelingen

## Plastische Chirurgie

Plastisch chirurgie voeren operaties uit om de vorm of de functie van een lichaamsdeel te herstellen.

<http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/plastische-chirurgie>

## Hand en Pols Expertisecentrum

Het Hand-Pols Expertise Centrum (HPEC) van het Jeroen Bosch Ziekenhuis is gespecialiseerd in hand- en polschirurgie. Patiënten met ingewikkelde hand- en polsproblemen kunnen hier terecht.

<http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/hand-en-pols-expertisecentrum>

## Neurologie

Het medisch specialisme Neurologie richt zich op ziekten van het zenuwstelsel (hersenen, ruggenmerg en zenuwen) en de spieren.

<http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/neurologie>

Code ALG-341