Behandeling

# Carpaal Tunnel Syndroom 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 zenuw krijgt zo meer ruimte en kan gaan herstellen. Meestal gebeurt de operatie op de Poliklinische Operatie Kamers (POK).

**(073) 553 60 15**

Maandag t/m vrijdag van 8.30 - 12.00 uur en van 13.30 - 16.30 uur.

## Hoe verloopt de voorbereiding?

Hier vindt u alle belangrijke informatie over uw behandeling

### Voorbereiding

Hoe bereidt u zich voor?

De operatie is onder een plaatselijke verdoving en gebeurt dan op de poliklinische operatiekamer (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/poliklinische-operatiekamers-pok) (POK). U hoeft dan niet nuchter te zijn.

U meldt zich op het afgesproken tijdstip bij de POK.

Op de pagina ‘Operatie met plaatselijke verdoving door de plastisch chirurg (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/operatie-met-plaatselijke-verdoving-door-de-plastisch-chirurg)’ leest u meer praktische informatie die u kan helpen bij de voorbereiding op de operatie.

Het kan zijn dat u op afdeling Dagbehandeling (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/dagbehandeling-snijdend) wordt opgenomen. De arts vertelt u tijdens het eerste polikliniek bezoek waar u wordt verwacht.

### Kunt u op de afgesproken datum niet komen?

Bel dan zo snel mogelijk, maar uiterlijk één werkdag voor de opnamedatum, naar de polikliniek.

Bent u de dagen voor de operatie erg verkouden, moet u veel hoesten of heeft u koorts? Bel dan minimaal 24 uur voor de opname met afdeling POS, (073) 553 34 64.

### Wat moet u voor de operatie thuis regelen?

Het is belangrijk dat u voor de operatie thuis het volgende regelt:

- Gebruikt u bloedverdunnende medicijnen, zoals Acetosal®, Ascal®, Aspirine®, Marcoumar®, Plavix® of Sintrommitis®, of heeft u long- en/of hartklachten? Geeft u dit dan door aan uw behandelend arts.
- Geef ook van tevoren aan uw arts door als u overgevoelig bent voor bijvoorbeeld jodium, verdovingsvloeistof of pleisters.

- Het is verstandig om vooraf paracetamol tabletten in huis te halen voor eventuele pijn na de operatie.
- Als u alleen woont, is het fijn als er voor de eerste nacht iemand bereikbaar is die u kan helpen.
- Hou er rekening mee dat u de eerste 2 weken na de operatie niet alles zelf kunt doen in huis.

## Nuchter zijn

Als u voor de ingreep niks mag eten of drinken, hoort u dat van uw behandelend arts.

# De behandeling

Hoe verloopt de behandeling?

## Verdoving

Meestal verdooft de arts u hand plaatselijk. U hoort van uw arts als dit anders is en dit wordt vooraf met u besproken. Bij een plaatselijke verdoving krijgt u een prik aan de binnenzijde van uw handpalm of uw pols. Deze prik kan even pijn doen. Het gevoel in de vingers blijft vaak aanwezig. Soms krijgt u een strakke band om uw bovenarm. Dit kan een pijnlijk, tintelend gevoel veroorzaken in uw hand en/of arm. Deze band verwijderen we na de ingreep. Hierdoor kan het bloed weer normaal in uw arm stromen. Bij een verdoving in de oksel voelt u door de verdoving de strakke band om uw arm niet. Als u voor de ingreep nuchter moet blijven hoort u dit van uw behandelend arts.

## Hoe verloopt de operatie?

De arts maakt een snee aan het begin van de handpalm. Daarna snijdt de arts het ‘dak’ van de carpale tunnel door, dit is een stevige band. Hierdoor krijgt de beknelde zenuw weer ruimte. Tenslotte hecht de arts de wond en legt een verband aan.

De operatie duurt in totaal ongeveer 15 tot 20 minuten.







## Na de behandeling

Wat gebeurt er na de behandeling?

### Wat gebeurt er na de operatie?

Meestal mag u na de operatie meteen naar huis. U mag nog niet zelf autorijden.
De verpleegkundige geeft u een ontslagbrief mee. Daarin staan de leefregels en waar de hechtingen worden verwijderd.
U krijgt ook een kaart met de datum van de controle op de polikliniek.

### Wat zijn de risico's?

Bij elke operatie kunnen complicaties optreden. Deze komen echter bijna nooit voor. Eventuele complicaties bij een operatie van het carpale tunnelsyndroom kunnen zijn:

- Nabloedingen en infecties;.
- Soms kan een klein zenuwtakje beschadigd raken, dat naar een aantal spiertjes inde duimmuis loopt. Meestal merkt u dit niet, maar soms kunnen de duim bewegingen wat gestoord raken.
- Een ernstige, maar zeer zeldzame complicatie die na de operatie kan optreden is de zogenaamde CRPS (dystrofie) van de hand. Er ontstaat dan een gezwollen, pijnlijke hand. De kleur van de hand varieert van rood tot blauw. Uw hand kan heel koud of juist heel warm aanvoelen. Het is belangrijk dat u als u deze klachten krijgt contact opneemt met uw arts, zodat deze maatregelen kan nemen.

## Thuis

Waar moet u thuis op letten?

### Ontslag en herstel thuis

Na de operatie heeft u last van de wond. De wond zit namelijk op een plaats die u vaak beweegt en waar u zich ook gemakkelijk stoot. Daar tegenover staat dat de pijn die u voor de operatie had, in de meeste gevallen vrijwel direct na de operatie is verdwenen. Het kan maanden duren voordat de zenuw is hersteld en u het gevoel in uw vingers weer goed terug heeft.

Ook kunt u soms nog een tijd last houden van prikkels en tintelingen in de vingertoppen of van pijnscheuten door uw hand en/of

arm. Het litteken in uw handpalm kan enkele maanden gevoelig blijven. Ook kan het nog langer duren voordat de kracht in uw hand weer normaal is. Heel af en toe blijkt dat de operatie niet geholpen heeft. Dan kan het zijn dat u opnieuw geopereerd moet worden.

## Leefregels en advies voor thuis

- Na de operatie houdt u uw hand hoog tegen de borst, boven het hart.
- Enkele uren na de operatie is de verdoving uitgewerkt. Wanneer u thuis pijn krijgt, mag u een pijnstiller nemen. Wij adviseren u hiervoor Paracetamol 500 mg te gebruiken, tot 4 keer per dag 1000 mg.
- Als u bloedverdunners gebruikt mag u die 24 uur na de operatie weer gaan gebruiken of volgens voorschriften van de trombosedienst.
- Het drukverband mag u 2 dagen (48 uur) na de operatie eraf halen. Uw behandelend arts vertelt u wanneer de pleister eraf mag. Zolang de pleister erop zit moet u deze droog houden.
- Na 2 dagen mag u de wond kort afspoelen en daarna droog deppen. U moet dan de pleister vervangen.
- U mag 2 weken geen nat en vies werk doen.
- Naast de oefeningen, mag u uw hand en vingers gewoon gebruiken. Zorg wel dat uw handpalm wat rust krijgt.
- U mag 4 weken niet zwaar tillen, geen kracht zetten en wringende bewegingen maken. Deze rust is nodig voor de wondgenezing.

## Autorijden na een behandeling

Autorijden, maar ook het besturen van andere vervoersmiddelen mag alleen als u weer goed bent hersteld. Dit zegt de wet. Uw arts kan en mag niet beoordelen of u in staat bent om een auto te besturen. U moet dus zelf een inschatting maken of het veilig en verantwoord is om te rijden na een behandeling. Autorijden doet u altijd op eigen risico. Wij adviseren u om uw autoverzekeringspolis te bekijken omdat ook uw verzekeraar bepaalde eisen kan stellen aan het rijden na een behandeling.

## Oefeningen na ontslag

Oefeningen die u zelf kunt doen zijn:

- Buig en strek uw vingers volledig ieder uur, 5 minuten lang.
- Beweeg ook uw pols goed door.
- Naast deze oefeningen mag u uw hand en vingers gewoon gebruiken.

Leg of houd uw hand in rust omhoog en laat uw hand niet afhangen langs uw lichaam. Dit om zwelling te voorkomen. Na de operatie is fysiotherapie in principe niet nodig. Wilt u toch fysiotherapie dan kunt u daar zelf een afspraak voor maken. Kijk voor de vergoeding van fysiotherapie in uw zorgpolis of neem contact op met uw zorgverzekeraar.

## Vragen of problemen na ontslag?

Het is belangrijk dat u contact opneemt met het ziekenhuis als de pijn erger wordt, bij een nabloeding, bij ontstekingen en bij zwellingen. Hebben uw vingers 2 uur na de operatie hun normale kleur nog niet terug? Dan zit het verband mogelijk te strak. U kunt dan zelf het verband eraf halen en opnieuw aanleggen.

Lukt het aanleggen van het verband niet? Dan kunt u dit door uw huisarts laten doen. Of eventueel na telefonisch overleg op de afdeling Spoedeisende Hulp.

Krijgen uw vingers daarna nog niet de normale kleur? Neemt u dan contact op met uw behandeld arts via de polikliniek. In dringende gevallen kunt u ook contact opnemen met uw huisarts of met de afdeling Spoedeisende Hulp.

## Hechtingen verwijderen

U kunt kiezen of u de hechtingen laat verwijderen bij de polikliniek of bij uw huisarts.

Laat u ze bij de polikliniek verwijderen? Dan krijgt u na 2 weken een afspraak en verder is geen controle nodig bij normaal herstel.

Laat u ze bij de huisarts verwijderen? Dan krijgt u na 2 weken een afspraak bij de doktersassistent en wordt u gebeld door de doktersassistent na 2 en 6 weken.

## Controle

Wanneer komt u op controle?

## Wanneer komt u op controle?

Na 6 weken heeft u een telefonische afspraak. U bespreekt dan met de arts hoe het met u gaat.

# Praktische tips

### Wat neemt u mee?

Bij iedere afspraak in het ziekenhuis neemt u mee:

- een geldig identiteitsbewijs
- uw Actueel Medicatie Overzicht (AMO).

Hier vindt u meer informatie (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/wat-neemt-u-mee) over wat u moet meenemen.

Afspraak op onze locatie in 's-Hertogenbosch, Boxtel, Drunen, Rosmalen of Zaltbommel? Meld u eerst digitaal aan. Lees hier (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/aanmelden) hoe dit werkt.

### Opleidingsziekenhuis

In het JBZ leiden we verpleegkundigen, coassistenten, artsen en andere zorgverleners op. Dit betekent dat bij uw afspraak soms meerdere zorgverleners aanwezig zijn. En het kan zijn dat u onderzocht of behandeld wordt door een zorgverlener in opleiding (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/opleidingsziekenhuis-met-wie-heeft-u-een-afspraak). Deze zorgverlener werkt altijd onder supervisie van een gekwalificeerde zorgverlener.

### Bekijk uw zorgverzekering

Controleer zelf vóór een afspraak in het JBZ of uw zorg wordt vergoed:

- Bekijk hier (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/tarieven) met welke zorgverzekeraars het JBZ een contract heeft.
- Het hangt ook af van uw polis of uw zorgverzekeraar alle zorg volledig vergoedt.
- Onze zorg valt voor volwassenen onder het wettelijk eigen risico. Dit betekent dat u ieder jaar eerst een bedrag zelf moet betalen, voordat uw zorgverzekeraar kosten gaat vergoeden.

### MijnJBZ

Via MijnJBZ (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/mijnjbz) kunt u zelf een deel van uw persoonlijke en medische gegevens inzien die in het JBZ over u bekend zijn. Dit is mogelijk door in te loggen via mijnjbz.nl of via de MijnJBZ-app: HiX Patiënt

(https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/mijnjbz/meer-informatie-over-mijnjbz/mijnjbz-app-hix-patient).

### Gegevens delen

Wilt u dat zorgverleners buiten het Jeroen Bosch Ziekenhuis uw medische gegevens kunnen inzien? Dan moet u het JBZ toestemming geven (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/gegevens-delen) om uw gegevens beschikbaar te stellen.

## Betrokken afdelingen

LIJV handencentrum (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/lijv-handencentrum)

Plastische Chirurgie (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/plastische-chirurgie)

Neurologie (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/neurologie)

Carpaal Tunnel Syndroom spreekuur
(https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/carpaal-tunnel-syndroom-spreekuur)

Chirurgie (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/chirurgie)

Code ALG-341a

Copyright 2026 Jeroen Bosch Ziekenhuis