

سندرم تونل میچ دستی

سندرم تونل کارپ شایع ترین نوروپاتی به دام افتادن عصب می باشد که در نتیجه فشردگی عصب میانی در ناحیه میچ دست ایجاد می شود.

علائم و نشانه ها:

بیمار معمولاً با کرختی (Numbness) , درد و گزگز (پارستزی) در محل توزیع عصب مدین (انگشتان شست، اشاره ، میانی) مراجعه می کند، این علائم اغلب شب ها تشدید شده و با حرکات تکراری و قوی دست بدتر می شود.

در برخی موارد صاف کردن یا تکان دادن دست باعث بهبودی علائم می شود .گاه عدم توان انجام حرکات دقیق انگشتان (مانند سوزن دوزی)و ضعف حرکتی نیز دیده می شود.



روش های تشخیصی:

- 1-گرفتن شرح حال از بیمار
- 2-انجام معاینات فیزیکی توسط پزشک معالج
- 3-گرفتن نوار عصب -عضله

درمان:

۱-درمان حمایتی شامل:

- *محدود کردن استفاده از دست یا تغییر شیوه استفاده از آن
- *استفاده از یک وسیله ی بیحرکت کننده (آتل)
- *ورزش

۲-درمان دارویی

۳-درمان جراحی

توصیه های لازم در درمان حمایتی:

- ۱- از تکرار اعمالی که باعث شروع درد می شود خودداری نمائید در صورتی که امکان توقف فعالیت ها وجود ندارد، فعالیت های خود را کاهش دهید یا به نحوی تغییر دهید که میچ دست تحت فشار نباشد.
- ۲- در صورت استفاده از آتل باید روش صحیح پوشیدن آن را یاد بگیرید.
- ۳- توجه داشته باشید که آتل حرکات را محدود می کند و درابتدا باعث بیشتر شدن درد می شود ولی با استفاده مداوم، متوجه اثرگذاری و کم شدن درد می شوید.
- ۴- از انجام حرکات تشدید کننده درد بپرهیزید.

- ۵- پیروی از برنامه های فیزیوتراپی از سفتی و سختی مفاصل و اختلال در عملکرد عضلات مربوط به مفصل و ارگان های اطراف آن پیشگیری می کند.
- ۶- از خم کردن میچ دست بپرهیزید.

درمان جراحی:

در صورتی که با اقدامات غیر جراحی مشکل برطرف نشود، نیاز به جراحی جهت برداشتن فشار از روی عصب مطرح می شود .

اقدامات قبل از عمل جراحی:

- 1-گرفتن شرح حال دقیق از بیمار در زمینه علائم بیماری و بیماری های زمینه ای قبلی و سابقه مصرف سیگار و مخدرها و حساسیت های غذایی و دارویی
- 2-نوار قلب و آزمایشات روتین خونی(طبق صلاح دید پزشک)
- 4-اخذ رضایت عمل از بیمار و خانواده
- 5-آموزش به بیمار در خصوص فرآیند عمل جراحی



دانشگاه علوم پزشکی خدمات بهداشتی درمانی خراسان شمالی



سندرم تونل کارپال

تهیه کننده: فاطمه گلستانی

سوپروایزر آموزشی سلامت

(مرکز آموزشی پژوهشی و درمانی امام علی ع)

زیر نظر: دکتر سیدیدالله حسینی (جراح مغز و اعصاب)

وستون فقرات

تابستان ۱۴۰۳



بیمارستان امام علی(ع)

بجنورد، خیابان شهریار، مقابل دانشگاه آزاد

در صورت هر گونه سوال می توانید در ساعات اداری با شماره تلفنهای زیر

تماس بگیرید:

تلفن: ۱۲-۰۵۸۳۲۲۹۷۰۱۰ داخلی ۱۱۸۶

۰۹۱۵۴۴۱۵۴۴۶

جهت دریافت این فایل آموزشی به سایت بیمارستان به آدرس زیر

مراجعه کنید:

WWW.NKUMS.ac.ir

اقدامات بعد از عمل جراحی:

- ۱- چک علائم حیاتی
- ۲- اجرای دستورات آنتی بیوتیک درمانی و تزریق مسکن جهت تسکین درد (طبق صلاحدید پزشک)
- ۳- پس از هوشیاری کامل ابتدا شروع مایعات و در صورت تحمل رژیم معمولی شروع شود.
- ۴- چک محل عمل از نظر خونریزی .
- ۵- معمولاً ۴۸ ساعت بعد از عمل ، پانسمان تعویض می شود.
- ۶- در صورت درد، از ضد دردهای تجویز شده توسط پزشک معالج استفاده کنید.

خودمراقبتی در سندرم تونل کارپال :

- ۱- برای استحمام کردن، مراقب باشد که به پانسمان و محل عمل آب نخورد و در صورت امکان با نایلون روی دست خود را بپوشانید. یا پانسمان ضد آب استفاده کنید
- ۲- تعویض پانسمان پس از ترخیص طبق دستور پزشک در مرکز درمانی، درمانگاه و یا خانه بهداشت انجام شود.
- ۳- در صورت مشاهده علائم عفونت شامل: التهاب، قرمزی، ترشح زودتر به پزشک معالج مراجعه نمایید.
- ۴- در صورت نداشتن مشکل ۷ تا ۱۰ روز بعد از تاریخ ترخیص، جهت ویزیت مجدد به پزشک معالج مراجعه کنید.