

سندرم تونل کارپال

(جراحی میچ دست و آزاد سازی عصب)

گروه هدف: بیماران محترم

تهیه کننده: واحد آموزش دفتر پرستاری

بیمارستان موقوفه شهید
شهریور ۱۳۹۷

همدان - پل پیشاهنگی ۴-۳-۰۳-۳۸۲۲۴۰۰۳-۰۸۱

تنگی کانال عصب میچ دست را سندرم تونل کارپال می گویند، علائم بیماری زمانی بروز می کند که کانال عصبی که در ناحیه میچ دست قرار دارد تنگ می شود و باعث ایجاد فشار بر روی عصب مدیان میچ دست می شود.

علت ایجاد کننده: استفاده بیش از حد از میچ دست به ویژه در موارد کاری ظریف و تکراری می تواند باعث بروز CTS شود.

علائم:

۱- درد انگشت نشانه و میانی که به سمت ساعد و بازو هم کشیده می شود و در شب ها افزایش می یابد. با افزایش استفاده از دست درد افزایش می یابد . با تکان دادن و فشار به کف همان دست کاهش می یابد.

۲- بی حسی و سوزش در انگشت شست ، نشانه و میانی

۳- احساس فشار در یک یا هر دو دست که گاه به ساعد هم کشیده می شود و در موارد شدیدتر شانه را درگیر می کند.

۴- فلج انگشت شست، اشاره و میانی

۵- عدم توانایی در گرفتن اشیاء و افتادن اشیاء

۶- تغییر شکل ناخنها و خشکی پوست دست و انگشتان

۷- حساسیت به سرما

تشخیص:

۱- گرفتن شرح حال

۲- معاینه فیزیکی

۳- نوار عصب عضله

۴- ام.آر.آی

درمان:

۱- دارویی: استفاده از داروهای ضد التهاب (خوراکی و تزریقی داخل کانال میچ دست) استروئیدی مثل کورتون ها و غیر استروئیدی مثل بروفن، دیکلوفناک و پیروکسی کام

۲- جراحی: در این جراحی رباطی که بر روی عصب مدیان می گذرد برش داده می شود و فشار از روی عصب میچ دست برداشته می شود.

مراقبت قبل از عمل:

- ۱- ۶ تا ۸ ساعت قبل از عمل ناشتا باشید.
- ۲- دستبند شناسایی بیمار را از قسمت پذیرش بیمارستان تحویل بگیرید.
- ۳- در صورت داشتن مو، موهای زائد روی دست و مچ دست زده شود.
- ۴- در صورت داشتن حساسیت دارویی، غذایی و مفصلی و ... به پزشک و پرستاران اطلاع دهید.

مراقبت های پس از عمل:

- ۱- حداقل تا ۲۴ ساعت باید دست جراحی شده بالا قرار گیرد. زیر دست بالش قرار داده شود.
- ۲- در صورتی که بعد از عمل احساس درد یا بی حسی شدت پیدا کرد باید به پزشک اطلاع داده شود.
- ۳- محل زخم خشک نگه داشته شود.
- ۴- ۷ تا ۱۴ روز پس از عمل بخیه ها کشیده می شود.

- ۵- برای کاهش درد و خونریزی از تورم دست تا ۲۴ ساعت پس از عمل کیسه یخ روی محل جراحی قرار داده شود.
- ۶- عضو عمل شده تا ۵ روز بالا نگه داشته شود.
- ۷- ۲۴ ساعت پس از جراحی انگشتان دست حرکت داده شود. این حرکات باید حداقل تا ۳ هفته و طوری انجام گیرد که مفصل مچ و انگشتان خم نشود.
- ۸- مفاصل شانه و آرنج نیز حرکت داده شود.
- ۹- چند روز پس از عمل به دستور پزشک می توان پانسمان را باز و از بانداژ ساده استفاده کرد.

عوارض پس از عمل:

- ۱- صدمات عصب مثل گزگز و بی حسی که موقتی است.
- ۲- درد محل عمل
- ۳- عفونت جای عمل
- ۴- سفتی عضلات

- ۵- کاهش قدرت مچ دست ۱۰٪ تا ۳۰٪ بیماران را درگیر می کند.

ارتقای سلامت:

- ۱- به مدت ۴ تا ۶ هفته از انجام کارهای سنگین خودداری گردد و در تمام طول شب از آتل دست استفاده گردد.
- ۲- به مدت ۲ تا ۳ هفته پس از جراحی ویتامین ب۶ (۵۰ mg) سه بار در روز استفاده شود.
- ۳- اگر هر دو دست جراحی شده باشد حتما یک نفر باید به فرد در انجام کارها کمک کند.
- ۴- بلافاصله پس از عمل نباید کار را شروع کرد و حداقل ۱ ماه باید استراحت داشته باشد.
- ۵- محل عمل تا یکسال ممکن است دردناک باشد.
- ۶- ۶ تا ۱۲ ماه پس از عمل می توان ورزش هایی که باعث تقویت مچ دست می شود را شروع گردد.