

Orsak och symtom

Vid karpaltunnelsyndrom ligger en av handens huvudnerv (medianusnerven) klämd i den kanal på handledens insida där den löper tillsammans med fingrarnas böjsenor. Av olika anledningar kan det bli trångt i kanalen och nerven som är den mjukaste vävnaden kläms ihop.

Symtomen är domning, pirrning eller stickande känsla i tummen, pek-, lång- och halva ringfingret. Ibland är det bara något eller några av dessa fingrar som drabbas. Smärtor i handen kan också förekomma. Särskilt vanligt är att domningarna uppträder nattetid och gör att man vaknar, ibland flera gånger per natt. Oftast försvinner besvären efter att man skakat igång handen.

Fingrarna kan också domna vid vissa aktiviteter, t.ex. när man håller en telefonlur eller tidning, vid cykling, bilkörning och handarbete. I svårare fall är känseln nedsatt ständigt i ett eller flera fingrar. Man känner sig fumlig och har svårt att plocka småsaker.

Karpaltunnelsyndrom uppstår lättare vid graviditet och i klimakteriet. Vid vissa sjukdomstillstånd som diabetes, ledinflammationer och efter handledsbrott är risken också större.

Diagnosen är i allmänhet lätt eftersom besvären är så typiska. I tveksamma fall görs en nervsignalmätning.

Behandling

Patienter med lindriga och periodiska symtom, som exempelvis vid graviditet, kan i första hand behandlas med en skena (ortos) som håller handleden rak nattetid. Om besvären är påtagliga rekommenderas operation.

Operationen

Operationen utförs dagkirurgiskt med lokalbedövning i armen. Ett cirka fem centimeter långt snitt läggs över handleden och in i handflatan. Bindvävsplattan, som utgör ”taket” i karpaltunneln, delas för att ge mer plats åt nerven och huden sys ihop. Efter operationen läggs ett tjockt förband som ofta skyddas med en gipsskena.

Efter operationen

Handen bör hållas i högläge de första dagarna och för att motverka svullnad bör omedelbar rörelseträning av fingrarna inledas.

Vid dusch måste förbandet täckas med plast så att inte gipset och bandaget blöts ned.

Stygnen och gipsskenan tas bort hos distriktssköterskan efter 10–14 dagar.

De första dagarna kan du behöva ta vanliga värktabletter eller medskickade mediciner mot smärtan.

Om du får tilltagande värk, svullnad eller feber efter flera dagar bör du kontakta akutmottagningen.

Det brukar ta 3–6 veckor innan handen kan användas relativt normalt igen. Behovet av sjukskrivning varierar och beror på vilka arbetsuppgifter du har.

Återbesök brukar inte behövas, men om du har frågor eller besvär som du upplever oroande kan du kontakta ortopedmottagningen.

Domningskänslan försvinner eller minskar påtagligt hos de flesta redan första dygnet efter operationen. I enstaka fall med mångåriga besvär kan en del känselstörningar kvarstå som tecken på att nerven tagit varaktig skada. Om besvären försvinner är det däremot ytterst ovanligt att de kommer tillbaka.

Trötthetsvärk ut i tummen kan förekomma första veckorna och operationsåret kan vara rodnat och hårt under 3–6 månader efter operationen innan det ”mognar” och blir ljusare och mjukare.