

Μουδιασμένα και επώδυνα χέρια Σύνδρομο καρπιαίου σωλήνα

Γράφει: **Φραγκίσκος Νικ. Ξυψητός**, MD, MSc, PhD. Ορθοπεδικός Χειρουργός

Ορισμός. Το σύνδρομο του καρπιαίου σωλήνα (ΣΚΣ) αποτελεί μια προοδευτικά επώδυνη κατάσταση των χεριών που οφείλεται στη συμπίεση του μέσου νεύρου στον καρπό σας.

Συμπτώματα. Τα συνήθη συμπτώματα του ΣΚΣ είναι:

- Μουδιάσματα ή αίσθημα βελονών στο χέρι ή στα δάκτυλα του χεριού σας, ιδιαίτερα στον αντίχειρα και δεικτή, μέσο ή παράμεσο, όχι όμως στο μικρό. Όσο εξελίσσεται η πάθηση, το μούδιασμα μπορεί να γίνει μόνιμο.
- Πόνος που αντανακλά από τον καρπό σας είτε προς τα πάνω έως τον ώμο σας ή προς τα κάτω στην παλάμη ή/και στα δάκτυλά σας. Συνήθως εμφανίζεται στην παλαμιαία επιφάνεια του χεριού σας.
- Αίσθημα αδυναμίας στα χέρια σας και μια τάση να σας πέφτουν τα αντικείμενα.

Αιτίες. Το ΣΚΣ εμφανίζεται ως αποτέλεσμα πίεσης του μέσου νεύρου. Το μέσο νεύρο κατέρχεται από το αντιβράχιο στον καρπό μέσω ενός σωλήνα, μεγέθους περίπου όσο ο αντίχειράς σας, που καθορίζεται από οστά και συνδέσμους και βρίσκεται στη παλαμιαία πλευρά του καρπού σας.

Σε γενικές γραμμές, οτιδήποτε προκαλεί συμφύρση, ερεθισμό ή συμπίεση του μέσου νεύρου στον καρπιαίο σωλήνα μπορεί να προκαλέσει ΣΚΣ.

Παράγοντες κινδύνου. Μια σειρά από παράγοντες έχουν συσχετισθεί με το ΣΚΣ. Σε αυτούς περιλαμβάνονται:

- Ανατομικοί παράγοντες. Ένα κάταγμα ή ένα εξάρθρωμα που μεταβάλλει το χώρο εντός του καρπιαίου σωλήνα είναι δυνατόν να προκαλέσει αύξηση της πίεσης στο μέσο νεύρο. Επίσης, το ΣΚΣ είναι συχνότερο στις γυναίκες.
- Χρόνιες παθήσεις που προκαλούν νευρική βλάβη, όπως ο σακχαρώδης διαβήτης και ο αλκοολισμός.
- Φλεγμονώδεις παθήσεις, όπως η ρευματοειδής αρθρίτιδα ή μια λοίμωξη.

• Καταστάσεις όπως η εγκυμοσύνη, η εμμηνόπαυση, η παχυσαρκία, οι διαταραχές του θυρεοειδούς αδένα, η νεφρική ανεπάρκεια κ.α μπορούν να προκαλέσουν κατακράτηση υγρών και να αυξήσουν την πίεση εντός του καρπιαίου σωλήνα, ερεθίζοντας το μέσο νεύρο.

Το ΣΚΣ που συνδέεται με την εγκυμοσύνη, συνήθως υφείται μόνο του μετά την ολοκλήρωσή της.

• Παράγοντες σχετιζόμενοι με την εργασία. Η χρήση εργαλείων που δονούνται ή η επαναλαμβανόμενη κάμψη του καρπού μπορεί να προκαλέσει πίεση επί του μέσου νεύρου.

Εξετάσεις και διάγνωση. Ο ορθοπεδικός θα προχωρήσει στις ακόλουθες εξετάσεις ώστε να καθορίσει εάν πάσχετε από ΣΚΣ:

- Λήψη ιστορικού. Το μοτίβο των συμπτωμάτων και συμπτωμάτων θα προσφέρει στον ορθοπεδικό σημαντικά στοιχεία.
- Κλινική εξέταση. Ο ορθοπεδικός θα εξετάσει την αισθητικότητα στα δάκτυλά σας και τη δύναμη των μυών του χεριού σας, αφού αυτά μπορεί να έχουν επηρεασθεί από το ΣΚΣ. Η εφαρμογή πίεσης στο μέσο νεύρο στον καρπό μπορεί να προκαλέσει σε πολλούς ασθενείς την εμφάνιση των συμπτωμάτων.
- Απλές ακτινογραφίες. Η ακτινολογική εξέταση του προσβεβλημένου καρπού θα αποκλείσει άλλες αιτίες που προκαλούν πόνο στον καρπό, όπως η αρθρίτιδα ή ένα κάταγμα.
- Ηλεκτρομυογράφημα. Κατά το ηλεκτρομυογράφημα καταγράφονται οι μικρές ηλεκτρικές εκκενώσεις που παράγονται από τους μυς και ελέγχουμε εάν έχει προκύψει μυϊκή βλάβη.
- Δοκιμασία νευρικής αγωγιμότητας. Αποτελεί μια παραλλαγή του ηλεκτρομυογραφήματος. Ένα μικρό ρεύμα διέρχεται μέσα από το μέσο νεύρο ώστε να διαπιστωθεί εάν ηλεκτρικά κύματα εμφανίζονται μέσα στον καρπιαίο σωλήνα.

Συντηρητική αντιμετώπιση. Εάν το ΣΚΣ διαγνωσθεί έγκαιρα, η εφαρμογή συντηρητικών μεθόδων μπορεί να βελτιώσει τα συμπτώματα. Στις μεθόδους αυτές περιλαμβάνονται: Χρήση νάρθηκα καρπού. Μη στεροειδή αντιφλεγμονώδη φάρμακα (ΜΣΑΦ).

Χειρουργική αντιμετώπιση. Εάν τα συμπτώματά σας είναι έντονα ή επιμένουν παρά τη συντηρητική αντιμετώπιση, η χειρουργική θεραπεία είναι η καλύτερη επιλογή.