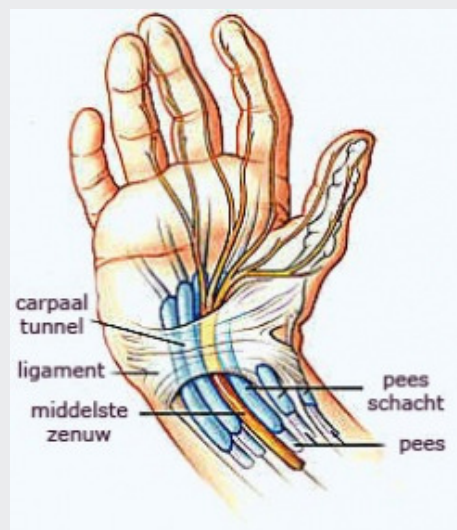


Behandeling met een nachtspalk

Uw neuroloog heeft u een behandeling met nachtspalk geadviseerd in verband met het carpaal tunnel syndroom. In deze folder kunt u hier meer over lezen.

Wat is een carpaal tunnel syndroom?

Een carpaal tunnel syndroom (CTS) ontstaat door het beknedd zitten van de middelste zenuw in de pols. In de handpalm ter hoogte van de pols lopen de buigpezen van de vingers en de zenuw samen door een nauwe ruimte, de zogenaamde carpaal tunnel. Deze ruimte wordt omsloten door het bot van de pols en een stevige bindweefselband.



Wat zijn de klachten?

De klachten bestaan uit tintelingen, pijn en gevoelloosheid in de hand en de vingers (duim, wijsvinger, middelvinger en ringvinger). Bovendien kan krachtverlies optreden. Meestal treden de klachten op tijdens de slaap of 's morgens vroeg. Regelmatig zijn er klachten in beide handen.

Wat is de oorzaak?

Meestal is er geen specifiek onderliggende oorzaak. Mensen met suikerziekte, reumatische aandoeningen of een traag werkende schildklier zouden meer kans hebben op een CTS. Vrouwen hebben vaker CTS dan mannen. Verder worden zich herhalende handbewegingen (bijvoorbeeld computerwerk) in verband gebracht met CTS.

Hoe wordt de diagnose gesteld?

De diagnose wordt gebaseerd op de klachten van de patiënt en een onderzoek naar de handfuncties. De diagnose wordt bevestigd door middel van een zenuwgeleidingsonderzoek (EMG) en soms door een zenuwechografie. Bij een EMG wordt de functie van de zenuwen onderzocht met behulp van kleine stroomstootjes. Dit geeft een prikkelend of kloppend gevoel. Het duurt ongeveer 15 minuten. Dit onderzoek kan lichte pijnklachten geven. Bij een echografie worden met behulp van ultrageluidsgolven beelden gemaakt. Op de huid wordt een zogeheten transducer geplaatst die (onhoorbare) geluidsgolven uitzendt. De teruggekaatste geluidsgolven (echo's) worden op een monitor in beeld gebracht. Dit onderzoek is volledig pijnloos.

Wat is er aan te doen?

Behandeling met een spalk, een injectie met een ontstekingsremmend middel, fysiotherapie of een operatie kunnen de klachten verhelpen.

Als de klachten licht zijn is soms uitleg over de aandoening voldoende en kan de patiënt afwachten om te zien of de klachten vanzelf overgaan. Verder kan bij een licht carpaal tunnel syndroom een spalk verlichting geven. Bij een deel van de patiënten verdwijnen de klachten.

Nachtspalk

Tijdens de slaap ligt de pols gebogen, de druk wordt daardoor verhoogd in de onderarm. Het weefsel rond de zenuw in de pols is al verdikt en neemt 's nachts nog enigermate toe, waardoor u wakker wordt. De nachtspalk zorgt er voor dat de pols niet gebogen kan worden, waardoor er geen verhoging van de druk in de onderarm kan optreden. Door het dragen van de spalk of brace krijgen pols en hand rust. Dit kan het herstel van het CTS bevorderen.

Behandeling met een spalk

Als de neuroloog u een spalk aanraadt, krijgt u hiervoor een afspraak bij de gipskamer. Zij maken voor u een spalk op maat. Deze dient u zes weken 's avonds en 's nachts te dragen. Mocht u de eerste nacht of nachten wakker worden door de spalk, doe deze dan af. U kunt de spalk het beste de volgende avond pas weer omdoen.

Meer informatie

Als u vragen heeft over de nachtspalk, kunt u via de receptie contact opnemen met de Gipskamer op telefoonnummer 0485-84 50 00. De Gipskamer is van maandag tot en met vrijdag bereikbaar van 08.30-16.30 uur.