



Teil 5 der Serie:

Karpaltunnelsyndrom: Wenn die Finger kribbeln

Unser Hand - ein anatomisches Meisterwerk und einzigartiges Präzisionsinstrument. Sie besteht aus 27 Knochen, 36 Gelenken und 39 Muskeln und ist unser komplexester Körperteil. Greifen, schreiben, musizieren: Unsere Hände erlauben uns, die außergewöhnlichsten Tätigkeiten auszuführen. Gleichzeitig sind unsere Hände gleichzeitiges Sinnesorgan. Mit rund 17.000 Tastzellen in den Fingern und Handflächen ertasten wir Rundes, Eckiges, Dünnes, Rauhes, Haariges und mehr. Wie wichtig Hände für unseren Lebensalltag sind, wird uns meist erst bewusst, wenn die Mobilität und Flexibilität beeinträchtigt sind.

Dr. Frank Gruner, Chefarzt der Klinik für Plastische, Ästhetische und Handchirurgie im AMEOS Klinikum St. Clemens Oberhausen behandelt seit über 15 Jahren Patient*innen mit Verletzungen und Erkrankungen der Hände. In diesem Interview berichtet er über Ursachen, Diagnose und Behandlungsmöglichkeiten des Karpaltunnelsyndroms, einer weit verbreiteten Krankheit, die viele betrifft und starke Schmerzen verursacht.

? Was ist das Karpaltunnelsyndrom?

Dr. Frank Gruner: Der Karpaltunnel (bzw. Handwurzelkanal) bildet einen Durchgang zwischen Hand und Unterarm. Wenn dieser verengt ist, wird der Mittelhandnerv, der verschiedene Bereiche der Hand versorgt, eingeklemmt und die Nervenleitung gestört.

? Wie häufig ist das Karpaltunnelsyndrom? Wer ist häufig betroffen?

Dr. Frank Gruner: Das Karpaltunnelsyndrom (KTS) ist das häufigste Kompressionsyndrom eines peripheren Nervens beim Menschen. Rund 10 Prozent der Bevölkerung sind davon betroffen. Allein in Deutschland werden jährlich ca. 300.000 Karpaltunnel-OPs durchgeführt, davon 90 Prozent ambulant. Frauen sind wesentlich häufiger betroffen als Männer. Bei körperlich Tätigen tritt das Karpal-



Kribbeln und Taubheitsgefühle in Fingern und Händen, Schmerzen in der Nacht: Zeit für einen Arztbesuch.

tunnelsyndrom drei- bis siebenmal häufiger auf als bei nicht körperlich Tätigen, vor allem beim Umgang mit handgehaltenen vibrierenden Werkzeugen. Das Erkrankungsalter liegt vorwiegend zwischen dem 40. und 70. Lebensjahr.

? Was sind Ursachen des Karpaltunnelsyndroms?

Dr. Frank Gruner: Voraussetzung für die Entstehung des Krankheitsbildes ist ein Engpass im Karpaltunnel und eine Volumenzunahme des Tunnelinhalts, sodass die Druckerhöhung die Symptome auslöst.

Mögliche Ursachen einer Volumenzunahme können knöcherne Veränderungen, Folgen von Verletzungen, systemische Erkrankungen (z.B. Diabetes mellitus), Schwangerschaft oder Überlastungs- bzw. tätigkeitsbedingte Schwellungen sein.

? Was sind typische Symptome?

Dr. Frank Gruner: Die meisten Patienten klagen über „Kribbeln“ oder Pelzigkeit der Fingerkuppen vor allem nachts. Tagsüber treten diese

Beschwerden bei bestimmten Belastungen wie Fahrradfahren, Telefonieren oder beim Halten eines Buches auf.

Häufig ist nur ein einzelner Finger (mit Ausnahme des Kleinfingers) betroffen. Die Schmerzen strahlen gelegentlich bis zum Ellenbogen und der Schulter aus. Viele Patienten berichten über eine schmerzbedingte Beeinträchtigung der Schlafqualität.

Bei weiterem Fortschreiten des Krankheitsbildes kommt es zu Ausfallserscheinungen mit zunehmenden tauben Fingern und Kraftlosigkeit des Daumens, sodass feine Handarbeiten oder Aufdrehen von Flaschen schwerfallen. Im Spätstadium, meist von dem Patienten nicht bemerkt, findet ein Schwund der Daumenmuskulatur mit folgender schwerer Schwäche des Daumens statt.

? Wie wird das Karpaltunnelsyndrom diagnostiziert?

Dr. Frank Gruner: Zunächst werden die Finger und Hände auf Beweglichkeit und Empfindlichkeit geprüft und Tests durchgeführt, die für das

Krankheitsbild typische Beschwerden auslösen. Zur Sicherung der Diagnose ist eine Untersuchung der elektrischen Leitfähigkeit des Nervens erforderlich. Diese Untersuchungsmethode ist aber unkompliziert und tut nicht weh.

? Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es?

Dr. Frank Gruner: Im Frühstadium der Erkrankung, wenn lediglich Reizsymptome wie z.B. nächtliche Missempfindungen bestehen, werden konservative Behandlungsmaßnahmen eingesetzt.

Zunächst wird das Tragen einer Handgelenkschiene empfohlen, um die Hand ruhigzustellen und so ein Abknicken des Handgelenks zu verhindern. Meist reicht es die Schiene nachts zu tragen und tagsüber eine Überlastung des Handgelenks zu vermeiden. Bei stärkeren Beschwerden kann unterstützend zur Schmerzlinderung eine Therapie mit Kortison infrage kommen.

? Wann muss operiert werden?

Dr. Frank Gruner: Bei anhaltenden sensiblen und/oder motorischen

Ausfallserscheinungen wie Nachlassen der Kraft des Daumens sowie zunehmenden Funktionsstörungen, Taubheitsgefühlen und schmerzhaften Missempfindungen sollte eine Operation in Erwägung gezogen werden.

Der Eingriff wird in der Regel ambulant durchgeführt. Ziel des kleinen Eingriffs ist es, den Druck auf den Mittelarmnerv im Karpaltunnel zu verringern, indem das Karpalband durchtrennt wird. Die Beschwerden können so oft dauerhaft beseitigt werden.

? Wie gut ist die Heilungschance?

Dr. Frank Gruner: Die Heilungschance ist bei rechtzeitiger Befunderhebung und korrekter Durchfüh-



Dr. med. Frank Gruner

Chefarzt der Klinik für Plastische, Ästhetische und Handchirurgie

rung des Eingriffs sehr gut. Dies gilt auch für Patient*innen, die älter als 70 Jahre sind sowie bei an Diabetes erkrankten Menschen. Der erhöhte Druck im Karpalkanal sinkt unmittelbar nach der Operation. Auch der nächtliche Schmerz bessert sich sofort, die Sensibilitätsstörung nimmt meist innerhalb einiger Tage bis Wochen deutlich ab.

? Wie lange dauert die Heilung?

Dr. Frank Gruner: Die Heilung und Wiederherstellung der ursprünglichen Bewegungsfunktionen beginnt schon einen Tag nach der Operation mit Bewegungsübungen der Finger. Je früher mit den Übungen begonnen wird, desto schneller sind die Finger wieder beweglich. Grundsätzlich sollte die Hand zwar bewegt, aber die ersten 2-3 Wochen nicht belastet werden. So sollten keine Gegenstände getragen oder gehoben werden, welche schwerer als 3 kg sind. Wird die Hand zu früh zu stark belastet, kann sich das durch Schmerzen und Schwellungen bemerkbar machen.

Klinik für Plastische, Ästhetische und Handchirurgie

Chefarzt Dr. Frank Gruner

Wilhelmstr. 34 · 46145 Oberhausen

Telefon: 0208 695-5761 · **E-Mail:** plastische-chirurgie@ob.ameos.de

Sprechstunden: Mo, Di und Do

Termine nach telefonischer Vereinbarung.

Weitere Informationen: www.ameos.de/oberhausen

AMEOS Einrichtungen Oberhausen

Wir für Euch in Oberhausen!

