

### سندرم تونل مچ دست

شایع ترین سندرم فشردگی اعصاب محیطی می باشد . در این بیماری که نزد زنان شایع تر است عصب مدیان در داخل تونل مچ دستی توسط رباط عرضی مچ دست تحت فشار است . در اکثر موارد بیماری دو طرفه بوده و علت یا عامل فشردگی مشخصی موجود نمی باشد .



### علائم :

علائم شایع این بیماری درد در ناحیه مچ ، دست و انگشتان ، احساس گزگز و سوزن سوزن شدن ، کرختی کم حسی و یا بی حسی می باشد . در درازمدت ، ضعف و تحلیل عضلات کف دست و کاهش قدرت دست نیز مشاهده خواهد شد .

### تشخیص :

تشخیص این بیماری بر اساس علائم بالینی و تأیید آن با انجام تست نوار عصبی می باشد . با انجام این تست ، ضمن تأیید محل فشردگی عصب ، شدت آن نیز ، مشخص

### درمان طبی :

نحوه درمان در موارد خفیف و گذرا ، در ابتدا داروئی و یا طبی شامل تجویز کورتون و داروهای ضد التهابی غیر کورتونی و توصیه به استفاده از اسپلینت (مچ بند طبی) است .

اغلب ، تزریق کورتون در مسیر عصب ، در داخل کانال و یا تزریق عضلانی ، توسط همکاران ، توصیه می گردد . ( ما در اکثر موارد تزریق کورتون را در مسیر عصب توصیه نمی کنیم ، زیرا ممکن است موجب آسیب عصب شود ) .

### درمان جراحی :

در صورتی که درمان فوق مؤثر نباشد و در مواردی که فشردگی شدید است ، با انجام عمل جراحی ، از طریق برش کوچک در مچ دست و باز کردن رباط عرضی مچ دست اقدام به آزاد سازی عصب مدیان در ناحیه مچ دست می گردد .

انجام عمل جراحی به موقع که با بی حسی موضعی و به صورت سرپائی نیز ممکن است . در مواردی که بیماری طول کشیده و آسیب عصبی شدید باشد به علت وجود درجاتی از آسیب های غیر قابل برگشت از قبیل تغییر ایجاد شده در غلاف عصب ممکن است بهبودی پس از عمل جراحی نسبی و یا با تأخیر همراه باشد به همین دلیل تأخیر در درمان و امتناع از جراحی در موارد یاد شده جایز نمی باشد .

انجام عمل جراحی دوطرفه همزمان در موارد لزوم امکان پذیر است مراقبت های بعد از عمل جراحی ساده می باشد . پانسمان ساده و بستن آتل در مچ دست به مدت یک تا دو هفته با محدود نمودن حرکات مچ دست ، درد پس از عمل را کاهش می دهد . حرکات کامل انگشتان توصیه می گردد . دوهفته بعد بخیه ها کشیده می شود . لازم است حداقل یک ماه از انجام فعالیت های سنگین پرهیز گردد . فیزیوتراپی و کاردرمانی در تسریع روند بهبودی و بازیابی عصبی پس از عمل بویژه در موارد شدید و طول کشیده مفید و کمک کننده است .





بیمارستان فوق تخصصی ساسان

## سندرم تونل مچ دست

(ویژه بیماران)



منبع: برونر سودارث

کد سند: SH-PE-Pa/۰۴-۰۱-۰۲/۰۸

تاریخ تهیه: ۱۴۰۲/۸/۲۰

بازنگری: ۱۴۰۵/۸/۲۰



## اقدامات کادر درمانی پس از جراحی:

در عرض ۳ هفته اول پس از جراحی، ورم باید از طریق ماساژ برگشتی و بالا نگهداشتن دست، کنترل شود. تمرینات لغزش تاندون و خم کردن و باز کردن شست و رساندن شست به تک انگشتان، ۳ بار در روز هر بار ۱۰ مرتبه تکرار می شود.

## واحد آموزش به بیمار بیمارستان ساسان

آدرس: تهران - بلوار کشاورز - شماره ۴۳

تلفن: ۸۹-۸۸۹۶۵۱۷۰ داخلی ۷۳۹

[info@sasanhospital.com](mailto:info@sasanhospital.com)