



casa di cura
SALUS

STRUTTURA POLISPECIALISTICA

Accreditata con il Servizio Sanitario Nazionale

Dir. Sanitario Dott. Pasquale Strippoli

72100 BRINDISI - Via Appia, 366 - Tel. 0831 581505 r.a.

U.O. MEDICINA FISICA E RIABILITATIVA

Resp. Dott. **Massimo MARZULLO**

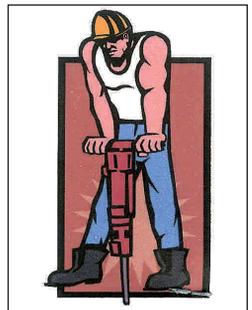
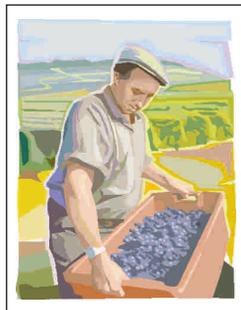
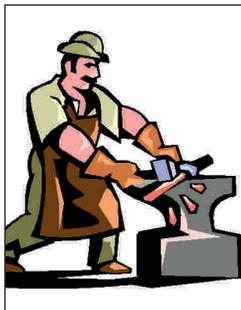
il Tunnel Carpale

Consigli per chi é affetto da Sindrome del Tunnel Carpale



La sindrome del tunnel carpale si manifesta quando il nervo mediano, che attraversa una specie di “tunnel” tra le ossa del polso e il legamento trasverso del carpo, viene compresso tra queste e i tendini dei muscoli che fanno flettere le dita. Il tunnel carpale è piuttosto frequente e colpisce prevalentemente le donne e chi svolge un’attività manuale specie se ripetitiva (sarti, operai, lucidatori di mobili, domestiche, macellai, musicisti, dattilografi, ecc.).

È colpito poi chi usa la tastiera del computer per molte ore al giorno, ma soprattutto casalinghe, contadini, muratori e chi usa attrezzi vibranti come i martelli pneumatici.

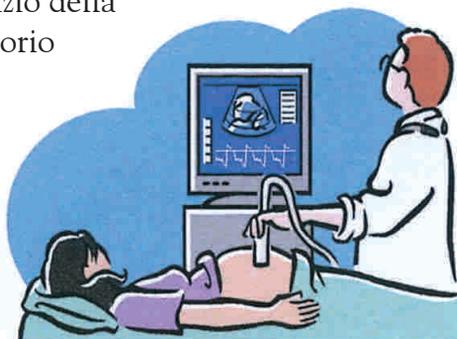




Causa principale è l'abitudine di fare movimenti ripetitivi del polso con una certa forza e tenendolo piegato, tipo potare, tagliare, lavorare ai ferri; sono importanti anche altri fattori come predisposizione familiare, il diabete, l'artrite reumatoide, l'ipotiroidismo e i fattori ormonali.

L'uso della pillola, la gravidanza e l'inizio della menopausa possono causare un transitorio peggioramento dei disturbi,

La diagnosi viene suggerita dalla presenza di intorpidimento, formicolio e dolore nella zona del nervo mediano che comprende il pollice, l'indice, il medio e parte dell'anulare; nei casi avanzati si nota una debolezza (cadono gli oggetti dalle mani) ed una atrofia dei piccoli muscoli della mano.



Il dolore molto spesso peggiora di notte e può anche estendersi all'avambraccio ed al braccio.

Ci si sveglia più volte nella notte e, per riuscire a riprendere il sonno, si deve scuotere a lungo la mano che è dolente e intorpidita.

Comunque non tutti coloro che hanno disturbi con formicolii, debolezza, dolori a mani e polsi hanno la sindrome del tunnel carpale.



Per una maggior precisione si può ricorrere alla **Elettromiografia** un test con piccole scosse elettriche, che dura circa 20 minuti, con cui riusciamo a fare una diagnosi esatta in oltre il 90% dei casi.

Il trattamento può essere preventivo rieducativo, medico o chirurgico. Per la maggior parte dei pazienti, che presentano sintomi lievi, basta un trattamento semplice usando polsini o piccole stecche per bloccare il polso in posizione di riposo, oppure utilizzando farmaci antinfiammatori sia per bocca che attraverso delle iniezioni nel polso, (le infiltrazioni con cortisone). Soprattutto vanno evitati i movimenti ripetuti del polso.



Spesso consigliamo di controllare, la glicemia, per escludere il diabete, e di dimagrire, se in sovrappeso.

Nei lavori ripetitivi o a catena è necessario fare periodicamente delle interruzioni e scuotere le mani rilasciando ripetutamente la presa. Il trattamento chirurgico viene consigliato quando il paziente non abbia ottenuto risultati dopo altre cure, l'esame elettromiografico confermi la gravità della lesione e i sintomi interferiscano con le capacità lavorative.

L'intervento chirurgico è molto semplice, viene effettuato in anestesia locale, in genere in regime di day-surgery (ricovero diurno), e dura 20 - 30 minuti.

Dopo l'intervento chi non fa lavori manuali può riprendere l'attività entro una settimana, mentre chi usa la mano con la forza deve aspettare due settimane.

Il servizio di Neurofisiologia
della Casa di Cura Salus
(**Dott. M. Marzullo**)
è a disposizione
per qualsiasi chiarimento.



Per prenotazioni chiamare
il numero verde
del **CUP: 800 10 21 21**
gratuito anche da cellulare
ed attivo dal lunedì al venerdì
dalle 09.00 alle 16.00
ed il sabato dalle 08.00 alle 12.00

A cura del **Dott. Massimo Marzullo**
Specialista Neurologo