

# Síndrome di Tùnel Karpiano

## General

Síndrome di Tùnel Karpiano (CTS) ta un kondishon den kua un nèrvio den e pòls ta keda pegá. Esaki ta keda okashoná dor di hinchamentu di e tehido rondó di e peesnan flèksibel. Den e pòls tin un tùnel ku yama e tùnel karpiano. Pa medio di e tùnel aki, e nèrvionan den e man i e nuebe peesnan flèksibel ta kore di e brasa pa e man.

## Kousa

Posibel kousa di síndrome di tùnel karpiano por inkluí:

- Hasi e mesun moveshon (demas) pa un periodo largu
- Un tendinitis; e kapa di e tendon di múskulo ta hincha i komo konsekuensia di esaki e preshon riba e nèrvio den e tùnel karpiano ta oumentá
- Kiebro di wesu, infekshon (artritis) ets tambe por kondusí na un hanchamentu di e tùnel
- Esaki ta sosodé regularmente serka pashèntnan di reuma, diabétis òf ku un glándula tiroide ku ta fushoná poko poko
- Embaraso: un hende muhé na barika hopi bia ta retené vògt. Dor di esaki por bini un hinchamentu den e tùnel ku e kehonan konserní. Den e kaso aki e síndrome di tùnel karpiano mayoria bia ta disparsé despues di e embaraso.

E síntomanan usualmente ta surgi anochi. Sierto aktividat pa kua ta hasi uso di e man den sierto posishon – manera por ehèmpel kore outo, kore baikel òf lesa korant – tambe por kousa kehonan.

## Kehonan

Esaki por varia pa persona. Por ta asina ku por ehèmpel bo ta sufri di:

- Un sensashon di lam den un òf tur dos man, spesialmente den bo planta di man, dùim, dede índise, dede meimei i dede di renchi; nunca den e dede chikitu.
- Pèrdida di forsa den bo man i disturbio sensóriko na punta di bo dedenan. Dor di esaki ta bira fásil pa laga kos kai.
- Si bo tabata sufri di e kondishon pa un tempu largu i pa e motibu ei e preshon riba e nèrvio ta prolongá, e man lo funshoná ménos bon pero e doló lo ta ménos. Den e pió kaso, por surgi pèrdida permanente di sensashon i e múskulonan di e man ta krem di e dùim.

## Eksaminashon

Pa hasi e diagnósis korekto ta importante ku bo ta informá bo dòkter bon. Por ehèmpel bo dòkter lo ke sa mas tokante uso di bo man, bo profeshon, heridanan anterior na bo man òf pòls i tokante bo kehonan.

Tin bia eksaminashon mas profundo ta nesario. Esaki por inkluí:

- Un eksaminashon di kondukshon di nèrvio i un eksaminashon di funshon di múskulo pa garantisá ku e nèrvio no ta pegá otro kaminda. E eksaminashon aki ta keda kondusí pa e neurólogo pa kua bo ta keda referí dor di bo dòkter.
- Un rayo-X pa eliminá otro kousa, manera por ehèmpel frakturashon di wesu òf inflamashon di skarnir.
- Un tèst di sanger si bo dòkter ta sospechá ku ta trata di un otro malesa (por ehèmpel reuma) ku ta hunga un ròl den desaroyo di e síndrome di tùnel karpiano.

## Preparashon

Si bo ta tuma remedi pa hasi sanger delegá (por ehèmpel marcoumar, aspirin, sintrom(itis), ascal, clopidogel) bo mester mèldu esaki durante e kombersashon. Bo mester para uso di e remedinan aki un siman promé ku e operashon. Si bo ta bou di tratamentu otro kaminda òf si bo ta alérgiko pa sierto supstansia òf remedi, tambe bo mester mèldu esaki.

## E tratamentu

Dependé e kousa, bo dòkter lo rekomendá un òf mas opshon pa tratamentu. Esaki por ta:

- Ahustá sierto aktividat, dirigí riba redusí e preshon riba bo man i pòls. E nèrvio ta haña mas espasio asina.
- Tene e pòls règt; e hinchamentu por bira ménos i e nèrvio ta haña mas espasio asina.
- Bisti un spalki na bo pòls durante anochi por redusí bo síntomanan i mehorá bo soño.
- Un operashon pa aliviá e nèrvio.

Den kaso di un operashon, e meta di e prosedura ta pa hancha e túnel pa asina e nèrvio por haña mas espasio. Posiblemente ta kombiná esaki ku limpiesa di e kapa di e tendon di múskulo. Usualmente e prosedura no ta dura mas ku mei ora. Bo ta haña anestesia lokal den bo planta di man, pòls òf man. Ora ta trata di anestesia na hinter e man, ta buta un banchi na e brasa pa korto tempu pa asina monitoriá e preshon di sanger. Ta kòrta den e planta di man kaminda tin e tendon a asina hasi e túnel mas hanchu i e nèrvio ta haña mas espasio.

## Despues di e tratamentu

Bo ta haña un banchi pa midi preshon na bo man. Tene no man na haltura. Bo mester bisti un mitèla pa vários dia. Ora di drumi, posishoná e man riba un kusinchi pa asina bo pòls ta mas haltu ku bo èlebog. E doló komo resultado di e prosedura usualmente ta disminuí rápidamente. Sinembargo, e área di e sikatris por keda sensitivo te ku 6 luna. Spesifikamente, bo por eksperensíá doló kaminda tin e sikatris. Esaki por dura te ku 3 luna si tin preshon na e lugá di e sikatris.

E sentido di kishikí ku bo por eksperensíá anochi tambe ta disminuí rápidamente. Regreso di e sentido tin bia por dura lunas. Tambe por dura hopi tempu promé ku bo ta haña forsa normal bèk den bo man i pòls. Tin bia e kehonan ta keda despues di e prosedura. Si tin hopi preshon riba e pòls muchu lihé despues di e prosedura, e CTS por bini bèk. Ta dura mas o ménos 6 siman pa e reparashon tuma lugá. Durante e tempu aki bo no mester buta muchu preshon riba e man. Hopi bia bo ta haña un spalki durante e promé kòntrol. No hasi sierto moveshon ku bo man, manera por ehèmpel habri bleki òf bòter. E momentu ku bo por bai trabou bèk, ta dependé di bo trabou; trabou di kas, ofisina ets.

Duna masashi ku krema por hasi e sikatris mas flèksibel mas lihé, pero bo mester hasi esaki solamente despues ku bo a laga kita e puntanan i ora e herida a kura kompletamente. Miéntras ku e herida ta kòrá ta konsehabel pa protehá esaki ku sunblock. Tene konsiderashon ku e echo ku ta tuma por lo ménos 6 luna pa sikatris kura kompletamente.

## Posibel komplikashon i riesgo

Komplikashon ku tratamentu di CTS no ta komun. Posibel komplikashon por ta sangramentu i infekshon. Si bo tin hopi doló òf si e herida sigui sangra, bo mester tuma kontakto ku e spesialisista mesora. Tin bia durante e prosedura por hasi daño na un nèrvio chikitu. Usualmente bo lo no ripará esaki, pero tin bia e moveshon di bo dùim por haña un disturbio. Si bo tin doló grave ku hinchamentu òf si tin deskolorisashon na bo man, bo mester tuma kontakto ku e spesialisista mesora.

## Teksto di hustifikashon



E teksto aki ta destiná pa komplementá e kombersashon ku bo dòkter. E informashon general aki no por hustifiká kada situashon individual tur bia. Si bo tin kualke pregunta despues di lesa e informashon aki, e siruhano plástiko lo ta kontentu di papia ku bo durante ora di konsulta. Por ta útil pa skibi bo preguntanan adelantá.