



WENN DIE FINGER STÄNDIG EINSCHLAFEN

«Frauen sind doppelt so häufig betroffen»

Durch den Karpaltunnel in unserer Hand verlaufen Sehnen und der Mittelnerv, der die Bewegung der Finger steuert. Schwillt das Gewebe an, wird dieser Nerv eingeklemmt. Ein Experte erklärt das Karpaltunnelsyndrom.

Andreas Schweizer, etwa jede 15. Person erkrankt an einem Karpaltunnelsyndrom.

Warum leiden immer mehr Menschen daran?

Es ist in der Tat eine sehr häufige Krankheit, und deren operative Behandlung gehört weltweit zu den häufigsten Eingriffen. Ob das Karpaltunnelsyndrom öfter auftritt, ist schwierig zu beantworten. Der Eindruck könnte damit erklärt werden, dass die Lebenserwartung und damit die aktive Zeit, in der gearbeitet wird und das Handgelenk belastet ist, tendenziell länger wird.

Warum sind Frauen häufiger betroffen?

Die veränderte Hormonkonstellation nach der Menopause könnte der Grund dafür sein. Frauen erkranken zudem nicht nur doppelt so häufig

wie Männer daran, sondern im Schnitt auch ein bis zwei Jahrzehnte früher. Nämlich im Alter von 45 bis 55 Jahren.

Wie macht sich ein Karpaltunnelsyndrom bei Betroffenen bemerkbar?

Die Beschwerden treten meist nachts auf. Erste Symptome sind einschlafende Finger. Dabei sind Daumen, Zeigfinger, Mittelfinger und die zum Mittelfinger angrenzende Hälfte des Ringfingers betroffen. In einem späteren Stadium treten diese Symptome auch tagsüber oder permanent auf. Es kommt zusätzlich zu einer Gefühlsminderung in den entsprechenden Fingern. Dazu können Schmerzen in der Hand mit Ausstrahlung bis in die Schultern auftreten. Im Spätstadium können sich fein- und grobmotorische Schwierigkeiten entwickeln, beispielsweise beim Heben kleiner Gegenstände oder beim Halten eines Glases.

**Prof. Dr. med.
Andreas Schweizer,
Chefarzt Hand-
chirurgie, Universi-
tätsklinik Balgrist.**



Was sind die möglichen Ursachen?



Mittelschwere und schwere manuelle Tätigkeiten, insbesondere wenn sie mit einem stark gebeugten oder gestreckten Handgelenk durchgeführt werden müssen, und auch Tätigkeiten mit Vibration sowie repetitive Arbeiten. Besonders gefährdet sind Berufsgruppen wie Waldarbeiter, Tätigkeiten in der Fleisch- und Verpackungsindustrie, im Baugewerbe oder bestimmte Berufe im Gesundheitswesen.

Wie behandeln Sie dieses Syndrom?

Im Anfangsstadium tragen Betroffene nachts eine Handgelenkmanschette, die verhindert, dass das Handgelenk für längere Zeit in einer starken Beuge- oder Streckstellung gehalten wird. Diese Positionen verengen den Karpaltunnel und können die Symptome auslösen. Medikamentöse Therapien wie Entzündungshemmer oder eine Infiltration mit Kortison im Karpaltunnel können wirksam sein, halten aber nur für einige Wochen an.

Wann ist eine Operation ein Muss?

Sobald die Beschwerden auch tagsüber auftreten, eine permanente Gefühlsverminderung in den Fingern und ein Kraftverlust im Daumen hinzukommen, muss eine OP in Betracht gezogen werden. Dabei wird das quere Band, das den Karpaltunnel oberflächlich begrenzt, durchtrennt.



Was passiert, wenn nicht gehandelt wird?

Bei einem fortgeschrittenen, schweren Karpaltunnelsyndrom kommt es zunehmend zu einer Gefühllosigkeit des Daumens, des Zeig-, Mittel- und teilweise des Ringfingers und zu einer Rückbildung von Anteilen der Daumenballenmuskulatur. Je länger man wartet, desto schlechter sind die Prognose und die Regenerationsfähigkeit des Nervs. Dann kann mit einer Operation allenfalls nur noch der Schmerz gelindert werden. **KIV**