

# Moderne Bandage statt OP

Beim Karpaltunnelsyndrom kommt es zu Lähmungserscheinungen an der Hand. Doch nun gibt es für Patienten eine schonende Behandlungsmöglichkeit

**G**arantiert hatte jeder von uns schon mal „eingeschlafene“ Hände – oder ist in der Nacht mit einem tauben Gefühl in der Hand aufgewacht. Meist ist es harmlos. Tritt das Gefühl aber häufiger auf, könnte ein Karpaltunnelsyndrom (KTS) dahinterstecken.

Der Grund für das Missempfinden ist ein eingeklemmter Nerv im unteren Teil des Handgelenks, dem Karpaltunnel. Ursache können eine Sehnenscheidenentzündung oder überschüssiges Gewebewasser sein, welches die Enge begünstigt. Häufig strahlen die Schmerzen bis in den Arm hinein aus. Auch Vorerkrankungen wie Rheuma und Diabetes fördern die Erkrankung. Oft bekommen zudem Schwangere

KTS, weil der Körper aufgrund der Hormonveränderungen im letzten Drittel der Schwangerschaft vermehrt Wasser einlagert.

Wer Beschwerden hat, sollte zu einem Neurologen gehen. Er misst die Reizleitung des Nervs im Handgelenk. Liegt eine Schädigung vor, werden die Impulse langsamer übertragen. Bei leichten Beschwerden wird zunächst versucht, mit einer konservativen Therapie die Symptome zu lindern. Dabei hemmen Kortison oder Schmerzmittel die Entzündung. Im Anfangsstadium helfen auch Kühlen oder spezielle Übungen.

Dehn-Bandagen (wie z.B. „Carpa Stretch“, [www.carpastretch.com](http://www.carpastretch.com)) sollen die Beschwerden tragefreundlich beheben können. Durch

die Bandage wird das Karpalband, das sich über den Tunnel spannt, aufgedehnt und so der Nerv entlastet. Die anfängliche Trainingszeit von maximal einer Stunde pro Tag kann ab der zweiten Woche individuell erhöht werden. Eine dazu durchgeführte klinische Studie\* bestätigte die Wirkung.

Wenn konservative Therapien über einen längeren Zeitraum keine Besserung gebracht haben, kann eine OP helfen. Dabei trennt der Chirurg das Karpalband mit ein bis zwei Hautschnitten durch. Es wächst anschließend wieder zusammen, lässt aber dem darunterliegenden Nerv mehr Raum. Der ambulante Eingriff dauert rund 30 Minuten (Kasse zahlt). Weitere Infos: [www.gelenk-klinik.de](http://www.gelenk-klinik.de).

