

بیمارستان شهدای هفتم تیر

مراقبت بعد از جراحی بیمار سندرم تونل کارپال



تهیه و تنظیم: واحد آموزش ارتقای سلامت
بیمارستان شهدای هفتم تیر

لازم بذکرست واحد آموزش ارتقای سلامت در ایام
عادی هفته از ۸:۳۰-۱۳ صبح و واحد پرستار پیگیر در
ایام عادی هفته از ۸-۱۳:۳۰ و روزهای شنبه و سه
شنبه از ساعت ۱۵-۱۸ پاسخگوی سوالات آموزش خود
مراقبتی از بدو ورود به بیمارستان - بدو ورود به بخش
-حین بستری و ترخیص و بعد از ترخیص شما میباشد.
-۵۵۲۳۷۲۶۰

۹۴- ۵۵۲۲۸۵۹۳-داخلی ۳۳۱
سوپروایزر آموزش ارتقای سلامت: خانم کا هه

سایت بیمارستان:

WWW.HOSPHT.IUMS.AC.IR

شماره های تماس:

۴- ۵۵۲۲۸۵۸۱

تاریخ تهیه: فروردین ۹۶

تاریخ بازنگری: شهریور ۱۴۰۳

فرد تأیید کننده: دکتر کیایی

کد: Pa-HPT-31

۱۳- در شرایطی که بلا فاصله بعد از جراحی بیمار کار
خود را شروع کند احتمال برگشت علائم زیاد است.
پس از عمل بیمار باید حداقل یک ماه استراحت داشته
باشد.
که البته این مدت استراحت به شدت بیماری و نوع عمل
(جراحی باز یا اندوسکوپی) بستگی دارد
۱۴- بلافاصله بعد از عمل بیمار احساس کاهش قدرت در
مشت کردن دست و احساس شل بودن دست را دارد که
زمان بهبود آن متفاوت است
۱۵- محل عمل ممکن است تا یکسال دردناک باشد
۱۶- رسیدن به حداکثر بهبودی تا ده ماه بطول می انجامد
۱۷- شما میتوانید ۶-۱۲ ماه بعد از عمل ورزش هایی که
باعث تقویت مچ دست میشود را شروع کنید
۱۸- توصیه به انجام فیزیوتراپی

عوارض بعد از عمل

پس از عمل جراحی عوارض زیر میتواند ایجاد شود
۱- صدمات عصب بصورت گزگز بی حسی که اغلب
موقتی است
۲- درد محل عمل
۳- عفونت محل عمل
۴- سفتی عضلات
۵- کاهش قدرت مچ دست که بسیار شایع بوده و ۱۰-۲۰
در صد بیماران را گرفتار میکند
بیمارانی که جراحی باز میکنند بیشتر از بیمارانی که
تحت عمل آندوسکوپی قرار میگیرند احتیاج به عمل مجدد
پیدا میکنند.
جهت پیشگیری از عوارض بعد از عمل جراحی
فیزیوتراپی توصیه میشود.

سندروم تونل کارپال چیست؟

سندروم تونل کارپال به حالتی گفته میشود که عصب میانی دست در ناحیه مچ دست در محل غلاف مانند که از استخوان ها و رباط ها ی مچ دست ساخته شده و تونل کارپال نام دارد تحت فشار قرار میگیرد. این عصب مسئول حس کف دست و سطح داخلی انگشتان به جز انگشت کوچک و همچنین مسئول حرکت انگشت شست میباشد.

شیوع این بیماری در خانم های خانه دار میانسال. کاربران کامپیوتر. نجاران. تصویرگران. کارگران. قصابها. و مکانیک های خودرو و رانندگان ماشین های سنگین بیشتر است



علل بیماری:

شکستگی ها- کیست های مچ دست- دیابت- والکلیسم- و حرکات تکراری مچ و انگشتان بویژه کارگران دریل کار و کاربران کامپیوتر را شامل میشود

علائم:

بیمار کرختی درد. گزگز در محل توزیع عصب میانی در سطح مچ دست را که هنگام زدن ضربه به مچ دست درد تیر کشنده و سوزشی رخ میدهد مطرح میکند و نیز تهیه نوار عصبی عضلانی در تشخیص کار برد دارد. این علائم درد و گزگز و... شب ها تشدید شده و با حرکات تکراری و قوی دست بدتر میشود در بعضی موارد صاف کردن یا تکان دادن دست باعث بهبودی علائم میشود. گاهی عدم توان انجام حرکات دقیق انگشتان مانند سوزن دوزی و ضعف حرکتی دیده میشود.

درمان

درمان با توجه به شدت درگیری عصب در مرحله اولیه - متوسط و نهانی متغیر است

مرحله اولیه: ۲-۳ ماه اول که فرد در فاز حاد مراجعه میکند. بهترین زمان برای درمان نگهدارنده شامل:

- ۱- بستن آتل در وضعیتی که مچ دست کمی به سمت عقب است ۲- استفاده از ضد درد غیر استروئیدی مثل اسپرین بعد از غذا - برای کاهش ادم و التهاب اطراف عصب و درد ۳- انجام فیزیوتراپی و تمرینات ورزشی . ۴- در صورت امکان تغییر در محیط و شرایط کار میباشد. این اقدامات در نیمی از موارد باعث تخفیف علائم میشود.

۵- مصرف ویتامین ب۶ (۵۰ میلیگرم) سه بار در روز نیز توصیه میشود.

مرحله میانی: بیمار کرختی و از دست دادن حس را گزارش میکند و اغلب درمان چراحی برای برداشتن فشار از عصب صورت میگیرد.

مرحله نهایی: یا شدید این افراد علائم را طولانی مدت داشته اند و به دلیل آسیب دائمی عصب حتی بعد از برداشتن فشار ممکن است برای همیشه آسیب حسی و ضعف عضلانی باقی بماند

مراقبت های بعد از جراحی

- ۱- حداقل تا ۲۴ ساعت باید دست جراحی شده بالا قرار گیرد. مثلاً زیر دست بالش قرار داده شود.
- ۲- در صورتی که بعد از عمل احساس درد یا بی حسی افزایش یافت پزشک خود را در جریان بگذارید
- ۳- پس از عمل دست باید حدود دو هفته با آتل حمایت شده و در وضعیت کمی به عقب قرار گیرد.
- ۴- باید محل زخم را خشک نگه داشت.
- ۵- از ۷-۱۴ روز بعد از عمل به دستور پزشک میتوانید برای کشیدن بخیه مراجعه کنید.
- ۶- برای کاهش درد و تورم دست تا ۲۴ ساعت پس از عمل از کیف یخ روی محل جراحی استفاده کرده و به دست استراحت دهید. عضو عمل شده را تا ۵ روز بالا نگه دارید
- ۷- از ۲۴ بعد از جراحی بایستی انگشتان را حرکت داد تا از چسبندگی جلوگیری شود. این حرکات باید حداقل تا ۳ هفته و طوری انجام گیرد که مفصل مچ و انگشتان خم نشده در محدوده حرکات طبیعی مفصل باشد.
- ۸- باید مفاصل شانه و رانج را هم حرکت داد و از بی حرکت نگه داشتن آنها جلوگیری کرد.
- ۹- چند روز پس از عمل به دستور پزشک میتوان پانسمان را باز کرد و از بانداژ ساده استفاده کرد. در مدت زمانی که بانداژ باید روی زخم باشد حین حمام موضع را با نایلون بپوشانید.

۱۰- حداقل به مدت ۴-۶ هفته از انجام کارهای سنگین خودداری شود و در تمام طول شب از آتل استفاده شود

۱۱- به مدت ۲-۳ هفته بعد از جراحی ویتامین ب۶ سه بار در روز استفاده نمایید.

۱۲- اگر بیماری هر دو دست را عمل کرده باشد تا دو هفته قادر به کار کردن نبوده و حتماً نیاز دارد که فردی در کارها به او کمک کند.