



הדסה מרכז רפואי עולמי בשבילכם . המרכז הרפואי האוניברסיטאי הראשון בישראל

מרפאה אורתופדית הר הצופים

דף מידע בנושא: תסמונת תעלת שורש כף היד (CTS) CARPAL TUNNEL SYNDROME

המידע המופיע בפרסום זה נועד להשכלה בלבד ואינו מהווה חוות דעת רפואית ובכל מקרה, אינו תחליף לייעוץ מקצועי רפואי © כל הזכויות שמורות להדסה אין לצלם, להעתיק ולעשות כל שימוש מסחרי מבלי לקבל אישור בכתב מאת הדסה 2007. ניתן לעיין בדפי מידע נוספים של הדסה באתר האינטרנט: www.hadassah.co.il



מהי תסמונת תעלת כף היד?

תסמונת תעלת כף היד מתבטאת בפגיעה בעצב המדיאני. פגיעה זו נגרמת כתוצאה מלחץ על העצב העובר בתעלה הקרפלית בשורש כף היד. התסמונת נגרמת כאשר נוצר לחץ בתעלה וירידה בזרימת הדם לעצב. כל סיבה שמצירה את התעלה, כגון: דלקת באחד הגידים, עיוות לאחר חבלה וכד' יכולה לגרום לתסמונת. הבעיה נפוצה ופוגעת ב 3% מהאוכלוסייה הבוגרת.

התסמינים

הרדמות ביד ותחושת נימול, בעיקר באצבעות האגודל אצבע ואמה, שעשויה להעיר משינה. בהמשך ההרדמות יכולה להופיע בשעות היום ולהתגבר בפעילות ולעיתים אף הופכת לקבועה. תסמינים נוספים: חולשה, כאב בזמן אחיזה, דקירות וכאב שורף. בשלבים מאוחרים מופיעה חולשה של השרירים בכרית שורש כף היד בבסיס האגודל ולעיתים יש גם דלדול שלהם. מצב מתקדם זה גורם לירידה ביכולת התפקוד של היד, בעיקר בפעילות עדינה.

הגורמים

סיבות רבות עלולות להביא להתפתחות התסמונת, חלק מהסיבות הן: דלקת, שימוש יתר, חבלה, נפיחות, דלקת פרקים, תת פעילות בלוטת התריס, סוכרת, אי ספיקת כליות, לעיתים בהריון - עקב בצקת. במקרים רבים זו תוצאה של ביצוע תנועות ידיים המערבות את שורש כף היד החוזרות על עצמן במשך זמן ארוך כמו הקלדה.

האבחנה

האבחנה נעשית על ידי ראיון רפואי (אנמנזה), בדיקה גופנית ובדיקת הולכה עצבית: NCV / EMG.

האם התסמונת חולפת?

התסמינים יכולים לחלוף לאחר תקופה מסוימת, אך תיתכן גם התקדמות בנזק שנגרם לעצב המדיאני. התסמונת נוטה לחזור לסירוגין במשך השנים, או יכולה להתקדם לשלב בו הנזק לעצב אינו הפיך. בהריון, בדרך כלל המצב חולף מספר שבועות לאחר הלידה.

כיצד ניתן למנוע את התסמונת?

- 🌀 מודעות רבה יותר לשימוש בידיים בפעולות היום-יום.
- 🌀 הורדת העומס.
- 🌀 מנוחה והפוגות רבות בעת ביצוע עבודות עם מאמץ.
- 🌀 טיפול ואיזון מחלות רקע, כגון: סוכרת ואי ספיקת כליות.



הטיפול

ניתן לטפל בבעיה בדרך ניתוחית או בדרך שמרנית (לא ניתוחית). במקרים קלים יש סיכוי טוב להחלמה עם טיפול שמרני.

טיפול שמרני

- Ⓢ סד לשורש היד אותו שמים בלילה.
 - Ⓢ תרופות נוגדות דלקת.
 - Ⓢ לעיתים הזרקת תרופה מסוג סטרואידים לתעלה הקרפלית.
 - Ⓢ הערכת סביבת העבודה במסגרת ריפוי בעיסוק וקבלת הדרכה לצורת עבודה נכונה עם כף היד וטיפול לפי הצורך.
- במקרים של לחץ קל על העצב ואין צורך לנתח, מומלץ לעקוב אחרי מצב הפגיעה על ידי בדיקת רופא ולעיתים יש צורך בבדיקת NCV/ EMG חוזרת.

טיפול ניתוחי

במקרים בהם הלחץ על העצב המדיאני הוא בינוני או יותר ואין שיפור בתסמינים לאחר הטיפול השמרני, מומלץ לנתח. לרוב, הניתוח מתבצע במסגרת אשפוז יום כירורגי, בהרדמה מקומית עם טשטוש. מטרת הניתוח הינה לשחרר את הלחץ סביב העצב המדיאני ולהקל על אספקת הדם לעצב. לצורך כך, דרך חתך בעור, חותכים את הרקמה הקשה (פציה) המהווה את גג התעלה הקרפלית לכל אורכה. לפי הצורך, משחררים את מעטפת העצב. בסיום הניתוח תופרים את שכבת העור בלבד וחובשים חבישה מרופדת עם סד גבס.

ההכנה לקראת הניתוח

יש להיערך ל:

- Ⓢ היעדרות מהעבודה כשבועיים, ואחר כך חזרה הדרגתית.
- Ⓢ עזרה בעבודות בית כשבועיים.
- Ⓢ אין לנהוג כשבועיים לאחר הניתוח.

המהלך לאחר הניתוח

היד חבושה עם סד גבס למשך שבועיים. במהלך השבועיים עד לביקורת במרפאה על היד להיות חבושה ללא החלפת תחבושת, אסור להרטיבה ועליה להיות מורמת במתלה מעל גובה הלב, כדי למנוע נפיחות וכאבים ולעזור בתהליך הריפוי. יש להזיז את האצבעות ולהפעיל את הכתף והמרפק כדי למנוע כאב ודלדול בהמשך. במידה ויהיו כאבים לאחר הניתוח, ניתן להשתמש במשככי כאבים, כגון: אקמול, אדויל ואופטלגין.



הדסה מרכז רפואי עולמי בשבילכם . המרכז הרפואי האוניברסיטאי הראשון בישראל

מתי לפנות לעזרה רפואית?

יש לפנות לרופא המטפל או לחדר מיון אם מופיעים אחד או יותר מהסימנים הבאים:

- Ⓢ חום גבוה
- Ⓢ כאבים חזקים
- Ⓢ דימום
- Ⓢ זיהום

ביקורת במרפאה שבועיים לאחר הניתוח

הביקורת במרפאת החוץ של ביה"ח לבדיקת הרופא המנתח, להורדת חבישה והוצאת תפרים. לאחר מכן ניתן להרטיב את היד ולהתחיל להשתמש בה בהדרגה. לעיתים מופנים לריפוי בעיסוק במסגרת קופת חולים כדי להפעיל את היד בצורה הנכונה והטובה ביותר ולטיפול בצלקת. תקופת החלמה של העצב נמשכת כשנה, ובתקופה זו הגוף עובר תהליך של ריפוי הדרגתי וממושך.

ניתן להזמין תור למרפאת כף יד בבית החולים הדסה

במרכז לזימון תורים, בטלפון: 02-5842111

החוברת נכתבה ונערכה על ידי:

ד"ר מיכאל צ'רנובסקי, יחידת כף יד, מחלקה אורתופדית.
ציפורה שטיינברג, אחות מוסמכת, מרפאה אורתופדית.