

**Karpaltunnelsyndrom:  
Ursachen und  
Behandlungsmöglichkeiten**

**Allgemeinverständliche Version:  
Hintergrundinformation zum Rapid Report V09-01A**

# Impressum

**Herausgeber:**

Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen

**Thema:**

Karpaltunnelsyndrom: Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten

**Gutachter:**

Priv.-Doz. Dr. Stefan Sauerland

Institut für Forschung in der operativen Medizin,

Universität Witten/Herdecke, Köln

**Hintergrundinformation zum Rapid Report:**

V09-01A (<http://www.iqwig.de/index.853.html>)

**Anschrift des Herausgebers:**

Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen

Dillenburger Str. 27

51105 Köln

Tel.: +49 221 35685-0

Fax: +49 221 35685-1

Berichte@iqwig.de

www.iqwig.de

## **Karpaltunnelsyndrom**

Ein Karpaltunnelsyndrom tritt auf, wenn ein Nerv im Bereich des Handgelenks durch das umgebende Gewebe eingeengt wird. Dies führt zu Schmerzen und Empfindungsstörungen wie Taubheitsgefühlen und Kribbeln in der betroffenen Hand. Oft kann man die Hand auch schlechter bewegen. Ein erstes, sehr typisches Anzeichen ist es, wenn nachts die Hände einschlafen. Die Empfindungsstörungen und Schmerzen können die Handfläche und alle Finger außer dem kleinen Finger betreffen. Der Schmerz kann bis in den Arm ausstrahlen. Wenn die Erkrankung fortschreitet, kann es zunehmend auch zu Funktionseinschränkungen der Hand bis hin zu einem Muskelschwund (Muskelatrophie) kommen.

### **Anatomie**

Der Karpaltunnel ist eine Engstelle auf der Innenseite des Handgelenks, durch die ein Nerv und mehrere Sehnen verlaufen.

### **Wodurch entsteht die Erkrankung?**

Oft lassen sich keine äußeren Ursachen für ein Karpaltunnelsyndrom finden. Teilweise kann ein sehr schmales Handgelenk für die Erkrankung mitverantwortlich sein. Ansonsten kommen für die Entstehung eines Karpaltunnelsyndroms verschiedene Faktoren in Frage: zum Beispiel eine Über- oder Dauerbelastung des Handgelenks, aber auch rheumatoide, hormonelle oder Stoffwechsel-Erkrankungen. Aber auch andere Faktoren, zum Beispiel ein Bruch der Speiche nahe dem Handgelenk (Radiusfraktur) oder eine Gelenkverletzung (Handwurzelluxation), können dafür verantwortlich sein.

### **Wie viele Menschen sind betroffen?**

Für Deutschland gibt es keine Zahlen zur Häufigkeit des Karpaltunnelsyndroms. In einer schwedischen Untersuchung mit 3000 Personen im Alter von 25 bis 74 Jahren aus dem Jahr 1997 hatten 14,4 % der Teilnehmenden erste Anzeichen eines Karpaltunnelsyndroms (Taubheitsgefühl, Schmerzen und Empfindungsstörungen). 3,8 % hatten Beschwerden, die einer Behandlung bedurften. Dieselbe Studiengruppe schätzte im Jahr 2003, dass 7 von 1000 (0,7 %) Menschen ein schweres Karpaltunnelsyndrom haben.

Das Karpaltunnelsyndrom tritt vor allem bei Frauen im mittleren und höheren Alter auf. Männer sind deutlich seltener betroffen. Oft kommt die Erkrankung gleichzeitig an beiden Händen vor.

### **Wie wird ein Karpaltunnelsyndrom festgestellt?**

Nach einem Gespräch mit einer Ärztin oder einem Arzt und einer körperlichen Untersuchung werden zur Diagnosesicherung die Elektroneurografie und manchmal auch die Elektromyografie eingesetzt. Das sind Verfahren, die die Funktion des Nervs messen. Da Veränderungen an der Halswirbelsäule die Nervenwurzeln irritieren oder andere

Erkrankungen des Nervensystems (zum Beispiel Polyneuropathien) ähnliche Beschwerden verursachen können, sollten diese Ursachen von der Ärztin oder dem Arzt auch in Erwägung gezogen und abgeklärt werden.

### **Was für Behandlungsmöglichkeiten gibt es?**

Nur wenn die typischen Beschwerden auftreten, ist es sinnvoll, mit einer Therapie zu beginnen – nicht jedoch dann, wenn Untersuchungen zwar eine Einengung des Karpaltunnels zeigen, man aber keine Symptome hat. Hat man Beschwerden, kann es auch ausreichen, das Handgelenk einige Zeit zu schonen, damit sie verschwinden. Sinnvoll kann es auch sein, einige Veränderungen am Arbeitsplatz vorzunehmen.

Es gibt verschiedene Maßnahmen, die zur Behandlung eingesetzt werden können. Die klassischen sind eine nachts zu tragende Handgelenksschiene, Injektionen kortisonhaltiger Medikamente im Bereich des Karpaltunnels, die Behandlung mit kortisonhaltigen Tabletten oder mit schmerzlindernden und entzündungshemmenden Medikamenten.

Wenn nichts davon eine deutliche Besserung bringt und man dennoch die Hand schlecht bewegen kann und / oder die Empfindungsstörungen weiter auftreten, kommt eine Operation infrage. Dabei sind offene oder endoskopische Eingriffe möglich. Bei der offenen Operation können verschiedene Techniken zum Einsatz kommen, die sich unter anderem in der Schnittführung und der Anzahl der Schnitte unterscheiden. Der endoskopische Eingriff kann über einen oder zwei kleine Schnitte erfolgen. Ziel jeder Operation ist es, den Druck auf die Nerven zu vermindern, indem das Gewebsband, das den Karpaltunnel begrenzt (das sogenannte Retinaculum flexorum), gespalten wird. Unter Umständen wird während des Eingriffs der Druck auf den Nerv noch mit anderen Maßnahmen gesenkt, zum Beispiel indem vorhandenes Narbengewebe entfernt wird. Nach der Operation kommen auch Rehabilitationsmaßnahmen infrage.

Hierzu passende, allgemeinverständliche Gesundheitsinformationen des IQWiG:

<http://www.gesundheitsinformation.de/karpaltunnelsyndrom-sind-kortison-injektionen-wirksam.346.287.de.html>