

03. Januar 2024

## Radiobeitrag als Text

# Karpaltunnelsyndrom: Ein Nerv unter Druck

### Anmoderation:

Eingeschlafene Hände und Taubheitsgefühl in den Fingern – das können Anzeichen für das sogenannte Karpaltunnelsyndrom sein. Das Syndrom tritt meist im Alter von 40 bis 70 Jahren auf. Pro Jahr erkranken etwa drei von 1.000 Menschen daran. Was genau dahintersteckt und was man dagegen tun kann, darüber hat sich Kristin Sporbeck bei Anja Debrodt informiert. Sie ist Ärztin im AOK-Bundesverband.

Länge: 1.38 Minuten

### Interview mit Anja Debrodt:

#### Anja Debrodt:

**Bei einem Karpaltunnelsyndrom ist der Medianus-Nerv im Bereich der Handwurzelknochen – dem sogenannten Karpaltunnel – eingeeengt. Der Nerv versorgt die Innenseiten von Daumen, Zeige-, Mittel- und einen Teil des Ringfingers. Genauer sorgt dieser Nerv für das Empfinden von beispielsweise Schmerz, Temperatur oder Druckgefühl.**

#### Text:

Betroffene klagen über eingeschlafene Hände und Kribbeln sowie Taubheitsgefühle in den Fingern, wie Anja Debrodt weiter erklärt. Sie ist

Ärztin im AOK-Bundesverband. Vor allem nachts und in den frühen Morgenstunden treten die Beschwerden auf.

**Anja Debrodt:**

**Denn viele Menschen schlafen mit angewinkelten Handgelenken und das schränkt die Durchblutung ein. Dann kann es zu einem Taubheitsgefühl in den Fingern und Schmerzen in der Hand sowie am Handgelenk bis hin zum Ellenbogen kommen. Anfangs sind die Schmerzen nur vorübergehend. Je länger der Nerv aber unter Druck steht, desto stärker werden die Schmerzen. Im Extremfall kann sogar die Muskulatur des Daumenballens nachlassen.**

**Text:**

Mögliche Ursachen können Überlastungen im Job, frühere Verletzungen oder Erkrankungen wie Diabetes oder Rheuma sein. Bei der Behandlung gibt es verschiedene Möglichkeiten, so Debrodt:

**Anja Debrodt:**

**Bei leichten bis mittelschweren Beschwerden wird zunächst konservativ behandelt – in der Regel mit einer Unterarmschiene. Die Schiene wird nachts getragen und soll verhindern, dass das Handgelenk abknickt. Patienten sollten außerdem Belastungen vermeiden. Hilft das nicht, können Kortisonspritzen zum Einsatz kommen. Bessern sich die Beschwerden dann immer noch nicht oder kommen wieder, kann eine Operation in Frage kommen, um dem Nerven und den Sehnen wieder mehr Platz zu verschaffen und vom Druck zu entlasten.**