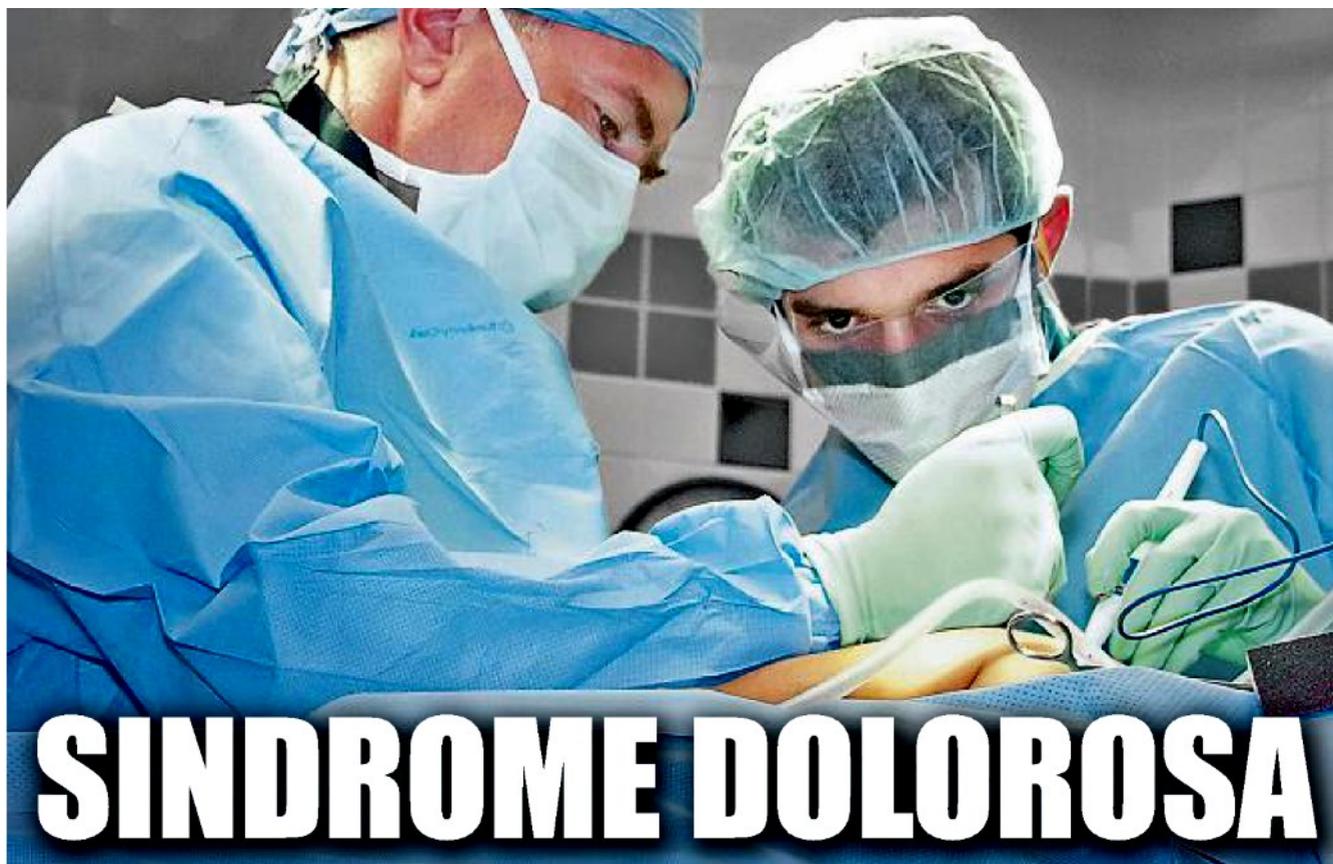


# La salute in tasca



## SINDROME DOLOROSA

### «Disagi quotidiani? Ecco come curare il tunnel carpale»

*Due modi per trattare la patologia*



di CARMELA FALCONE\*

#### Cosa è la sindrome del tunnel carpale?

«La sindrome del tunnel carpale è una patologia compressiva nervosa canalicolare, determinata dalla compressione del nervo mediano all'interno di un canale, il tunnel carpale, che si trova subito distalmente alla piega di flessione del polso. Questo canale è formato nel-

la parte più profonda dalle ossa del carpo e nella parte più superficiale da una struttura legamentosa chiamata legamento trasverso del carpo ed al suo interno scorrono, insieme al nervo mediano, i tendini flessori delle dita. E' una patologia molto diffusa che si manifesta a partire dai 25- 30 anni con un'alta frequenza dopo i 60, spesso bilaterale, colpisce prevalentemente il sesso femminile con un'incidenza fino a nove volte superiore rispetto a quello maschile in particolar modo in età post-menopausale e durante la gravidanza.

**Quali sono i sintomi e quali le cau-**

**se?**

«La sintomatologia clinica è multifforme e dipende dalla gravità della patologia. Nelle fasi iniziali il paziente può av-



vertire formicolio, intorpidimento, sensazione di bruciore e dolore al palmo e alle prime tre dita della mano, disturbi che possono essere avvertiti anche fino al gomito, più raramente al braccio. I sintomi si manifestano prevalentemente durante il riposo notturno che viene interrotto per la necessità di scuotere la mano o metterla sotto il getto dell'acqua per ridurre il fastidio. Nelle fasi più avanzate si manifesta una perdita progressiva della sensibilità nel territorio cutaneo già descritto ed una riduzione della forza nei movimenti di pinza pollice-indice. Le cause sono tuttora sconosciute. Molte condizioni possono aumentare la pressione all'interno del tunnel carpale, la più frequente è l'ispessimento delle guaine sinoviali che ricoprono i tendini flessori per cause infiammatorie-degenerative chiamate tenosinoviti. Inoltre è spesso presente un'associazione con diabete, patologie tiroidee e artriti di natura reumatica».

#### **Come fare la diagnosi?**

«La diagnosi si basa sostanzialmente sull'anamnesi e l'esame obiettivo avvalendosi di test clinici e valutazione della sensibilità e della forza muscolare della mano».

#### **Quali sono i movimenti che scatenano il dolore?**

«Durante il giorno parestesie e dolori possono comparire durante semplici attività quotidiane come guidare l'automobile, la bici o il ciclomotore, sostenendo il cellulare o utilizzando il mouse o in concomitanza di attività lavorative che richiedono movimenti ripetuti di prensione».

#### **Qual è la terapia più appropriata?**

«Nella prima fase, quando la sintomatologia è modesta ed insorta da poco tempo è indicato il trattamento conservativo che si avvale di integratori neurotrofici, antiinfiammatori, cortisonici, per via orale o per infiltrazione locale, utilizzo di tutore notturno, fisioterapia».

#### **Quando invece è necessario ricorrere all'intervento chirurgico?**

«Quando la sintomatologia non migliora con il trattamento conservativo o quando la diagnosi viene posta in fasi avanzate il trattamento chirurgico risulta necessario. Dopo l'intervento il polso viene immobilizzato in un bendaggio o una stecca gessata per 12-14 giorni. La ripresa delle attività manuali leggere è possibile nel giro di pochi giorni mentre per quelle pesanti bisogna attendere circa 4 settimane».

#### **Ci sono persone più a rischio per questo tipo di patologia? Si può ritenere una malattia professionale?**

«In alcuni casi la sindrome del tunnel carpale può essere ritenuta una malattia professionale. Da segnalare che gli studi scientifici più recenti hanno escluso una correlazione con l'uso del mouse».

**\* chirurgia della mano  
ospedale Santo Stefano**