

سندروم تونل کارپال به دلیل تحت فشار قرار گرفتن عصب مدین در مچ دست ایجاد می‌شود. این وضعیت شایع‌ترین نوع نوروپاتی در اندام‌های فوقانی است. **تونل کارپال** یک گذرگاه ظریف است که با استخوان‌ها و رباط‌ها در کف دست احاطه شده است. وقتی فشار بر روی این عصب افزایش می‌یابد، می‌تواند باعث بروز علائمی مانند **گزگز**، **بی‌حسی** و **ضعف** در بازو و دست شود.

در صورت ابتلا به این سندرم، علائم ممکن است به مرور زمان تشدید شوند و فعالیت‌های روزمره فرد را مختل کنند. علائم معمولاً با حرکات مکرر و **استفاده مداوم از دست** و مچ بدتر می‌شوند. تشخیص و درمان به موقع می‌تواند از پیشرفت بیماری و ایجاد آسیب‌های دائمی جلوگیری کند. روش‌های درمانی شامل تغییرات در فعالیت‌های روزانه، **فیزیوتراپی**، **استفاده از مچ‌بند** و در موارد شدیدتر، جراحی است. بهبود کیفیت زندگی افراد مبتلا به سندرم تونل کارپال با توجه به علائم و درمان مناسب ممکن است.

علائم سندروم تونل کارپال

سندروم تونل کارپال مجموعه‌ای از علائم است که به دلیل تحت فشار قرار گرفتن عصب مدین در مچ دست ایجاد می‌شود. علائم این بیماری شامل **بی‌حسی**، **گزگز** و **مورمور شدن در انگشتان شست**، **سبابه**، **بلند** و **نیمه خارجی انگشت حلقه** است. نشانه‌های این بیماری به ویژه در فعالیت‌هایی که مچ دست در حالت ثابت قرار می‌گیرد، مانند کتاب یا روزنامه خواندن، **رانندگی**، **صحبت کردن با تلفن** و استفاده از **کیبورد کامپیوتر** تشدید می‌شوند. برخی از مبتلایان گزارش می‌دهند که انگشتان دست آنها بی‌حس و متورم به نظر می‌رسد، حتی اگر ورم کمی وجود داشته باشد.

علائم این بیماری در هنگام شب بیشتر می‌شوند و ممکن است در مراحل پیشرفته بیماری موجب بیدار شدن فرد از خواب شوند. بعضی بیماران به دلیل ضعف دست و **لاغری عضلات کف دست** به پزشک مراجعه می‌کنند. هرچه علائم بدتر شود، **احساس گزگز شدن دست** در طول روز نیز بیشتر شده و انجام کارهای دستی را برای افراد دشوار می‌کند.

در موارد مزمن یا درمان نشده، ممکن است **ماهچه‌های پایه انگشت شست** از بین بروند. برخی افراد حتی قادر به تشخیص بین گرما و سرما از طریق لمس کردن نیستند. **تونل کارپال** یک **گذرگاه باریک در مچ** است که عرض آن تقریباً **حدود ۲.۵ سانتی‌متر** است و فشار به این ناحیه می‌تواند مشکلات جدی برای عملکرد دست ایجاد کند.

[caption id="attachment_9235" align="aligncenter" width="600"]

علائم سندروم تونل کارپال [caption]

دلایل ایجاد سندروم تونل کارپال

تونل کارپال غالباً به دلیل عواملی به وجود می‌آید که باعث کاهش فضای موجود در عصب مدین در داخل تونل کارپال می‌شود. این عوامل شامل موارد زیر است:

تروما یا آسیب‌دیدگی به مچ دست: هر گونه ضربه یا آسیب به مچ که باعث تورم شود، مانند شکستگی.

بیماری‌های غده: غده هیپوفیز بیش‌فعال یا غده تیروئید کم‌کار می‌توانند با تغییرات هورمونی و متابولیکی باعث بروز این سندرم شوند.

بیماری‌های التهابی: آرتريت روماتوئید و دیگر شرایط التهابی می‌توانند باعث تورم و تغییرات در مچ دست شوند.

مشکلات مربوط به مفاصل مچ دست: هر گونه مشکل ساختاری یا عملکردی در مفاصل مچ دست می‌تواند به کاهش فضای تونل کارپال منجر شود.

استرس کار و حرکات تکراری: کارهای مکرر مانند تایپ کردن، استفاده طولانی‌مدت از موس کامپیوتر، یا هر حرکتی که مکرراً با مچ دست انجام می‌شود، می‌توانند فشار زیادی بر عصب مدین وارد کنند.

[بیشتر بخوانید: بدن درد نشانه چیست؟](#)

ایجاد کیست یا تومور در کانال: کیست‌ها یا تومورهایی که در کانال کارپال تشکیل می‌شوند، می‌توانند فضای موجود برای عصب مدین را کاهش دهند.

در مجموع تنها یک علت برای بروز سندرم تونل کارپال وجود ندارد و ترکیبی از عوامل مختلف می‌تواند در ایجاد آن نقش داشته باشد.

درمان سندرم تونل کارپال با تزریق پی آر پی

درمان سندرم تونل کارپال از طریق تزریق پلاسمای غنی از پلاکت (PRP) یکی از روش‌های نوین و کم‌تهاجمی است که به منظور کاهش درد و بهبود عملکرد عصب مدین در مچ دست استفاده می‌شود. این روش درمانی به دلیل ویژگی‌های طبیعی و ترمیمی پلاکت‌ها و فاکتورهای رشد موجود در پلاسما، به عنوان یک جایگزین یا مکمل مؤثر برای درمان‌های سنتی مطرح است.

[caption id="attachment_9234" align="aligncenter" width="600"]

درمان سندرم تونل کارپال با تزریق پی آر پی[/caption]


مزایای استفاده از PRP برای درمان سندرم تونل کارپال

تسریع فرآیند ترمیم: پلاکت‌ها حاوی فاکتورهای رشد هستند که به ترمیم بافت‌های آسیب‌دیده کمک کرده و فرآیند بهبود را تسریع می‌کنند.

کاهش التهاب: تزریق PRP می‌تواند به کاهش التهاب در ناحیه تونل کارپال کمک کند و در نتیجه درد و ناراحتی را کاهش دهد.

غیرتهاجمی بودن: این روش نیاز به جراحی ندارد و خطرات و عوارض جانبی مرتبط با جراحی را کاهش می‌دهد.

استفاده از مواد طبیعی: در روش پی آر پی چون از خون خود بیمار استفاده می‌شود، خطرات مرتبط با واکنش‌های آلرژیک یا عفونت‌های ناشی از مواد خارجی به حداقل می‌رسد.

 با توجه تخصص و تجربه پزشکان **کلینیک دکتر ناصح یوسفی**، این روش به‌طور دقیق و با استفاده از هدایت سونوگرافی انجام می‌شود. پزشکان این مرکز درمانی با استفاده از تجهیزات مدرن، در چند جلسه به فرایند درمان شما و **کاهش التهابات شما** کمک می‌کنند. در نتیجه بهبودی قابل توجهی در علائم و عملکرد دست بیمار مشاهده خواهد شد.

خلاصه مطالب

سندرم تونل کارپال یک اختلال شایع عصبی است که با علائمی مانند بی‌حسی، گزگز و درد در دست و مچ بروز می‌کند و می‌تواند تأثیر منفی بر کیفیت زندگی و توانایی انجام کارهای روزمره بگذارد. این علائم معمولاً به دلیل فشردگی عصب مدین در تونل کارپال ایجاد می‌شوند و عواملی مانند حرکات تکراری، آسیب‌های مچ دست، و برخی بیماری‌های سیستمیک می‌توانند به بروز آن کمک کنند. در مراحل پیشرفته، این بیماری می‌تواند منجر به ضعف و آتروفی عضلات دست شود.

درمان سندرم تونل کارپال شامل روش‌های مختلفی است که براساس شدت بیماری و شرایط فردی بیمار متفاوت است. یکی از روش‌های نوین و مؤثر در درمان این بیماری، تزریق پی آر پی است که به بهبود بافت‌ها و کاهش التهاب کمک می‌کند. در این روش از خون خود بیمار استفاده می‌شود و با تزریق فاکتورهای رشد به ناحیه آسیب‌دیده، فرآیندهای طبیعی ترمیم و بازسازی بدن را تحریک خواهد شد. در کلینیک دکتر ناصح یوسفی، این روش با دقت و تخصص بالا و با استفاده از هدایت سونوگرافی انجام می‌شود که می‌تواند نتایج قابل توجهی در بهبود علائم و بهبود کیفیت زندگی بیماران داشته باشد.

برای دانلود پی دی اف مقاله کلیک کنید .

