

NEUE BANDAGE STATT SKALPELL

Karpaltunnel-Syndrom ohne OP behandeln

Vor allem nachts macht sich das Leiden bemerkbar: Die Hand kribbelt und fühlt sich taub an. Auch tagsüber fehlt einfach die Kraft im Arm. Besonders häufig sind Frauen von einem schmerzhaften Karpaltunnel-Syndrom betroffen.

Ursache. Dabei kommt es zu einer Einengung des Nervus medianus (Mittelarm-Nerv) an der Innenseite des Handgelenks. Auslöser sind einseitige Belastungen. Sie lassen nämlich die Sehnen im sogenannten Karpaltunnel anschwellen.



Ist der Karpaltunnel verengt, klemmt dies einen Nerv ein

Behandeln. Um die Beschwerden zu beheben, muss diese Röhre wieder erweitert werden. Ein Verfahren dazu ist eine kleine OP, bei welcher der Karpalka-

nal geöffnet wird (Kasse zahlt). Aber auch ein Versuch ohne Eingriff lohnt sich. Mit einer neuen Bandage namens Carpa Stretch (ca. 78 Euro) sollen sich die Beschwerden allein durch Dehnung beheben lassen (www.carpastretch.com)

Getestet. Dabei wird das Karpalband, das sich über den gleichnamigen Tunnel spannt, aufgedehnt, der Nerv entlastet. Eine Studie* zeigte, dass sich bei Tragezeiten von 4–5 Stunden täglich bereits nach 4 Wochen eine Verbesserung der Symptome einstellte. Da die Bandage sehr elastisch ist, schränkt sie beim Tragen im Alltag nicht so stark ein wie herkömmliche Schienen. ■



ENTLASTUNG
Regelmäßige
Dehnen hält das
Handgelenk
lange beweglich