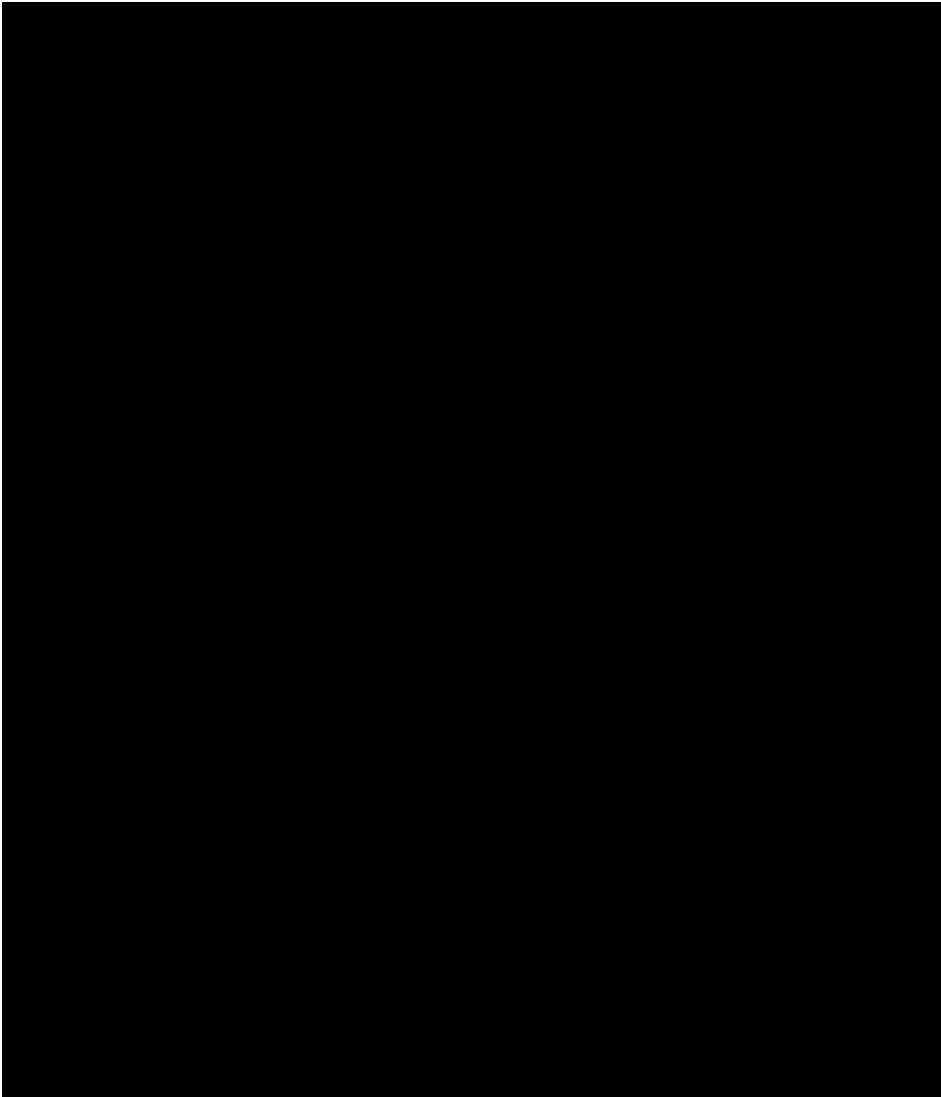


## **Il tunnel carpale**

**Categoria : RUBRICA MEDICA**

**Publicato da [Dott. Giuseppe Arno](#) in 13/3/2009**

**Il tunnel carpale** è una particolare zona anatomica situata a livello del palmo della mano. In questa zona scorre il nervo mediano responsabile della sensibilità a livello delle prime tre dita della mano. In seguito a numerose cause, questo tunnel si può "restringere", comprimendo il nervo mediano: è la sindrome del tunnel carpale.



■

Tutto ciò conduce inevitabilmente ai classici sintomi della sindrome del tunnel carpale ovvero formicolii (specialmente la notte) che si manifestano per lo più all'estremità delle tre dita (pollice, indice e medio ed in parte all'anulare) o dolori che possono rimontare dal polso fino alla spalla. Spesso il paziente, svegliato di notte dal formicolio alle dita, è costretto a muovere, scuotere energicamente la mano ed il polso per far passare questa spiacevole sensazione. Si ritiene che la notte, il polso rimanga in flessione, questo aumenta la "pressione" a livello del tunnel carpale ed i sintomi legati alla compressione del nervo mediano si manifestano nel risveglio del paziente o subito dopo il risveglio. Una delle terapie conservative consiste nell'immobilizzare il polso in estensione durante la notte.

La diagnosi clinica è confermata dall'elettromiografia. Il trattamento del tunnel carpale è chirurgico: si "libera" il nervo mediano (neurolisi) attraverso la sezione del legamento trasverso del carpo ("parete" superiore del tunnel carpale). L'intervento può essere eseguito attraverso una piccola incisione o in endoscopia.

Nella maggior parte dei casi si procederà ad un intervento chirurgico per risolvere il problema. Si utilizzano 2 tecniche d'intervento (endoscopico o a cielo aperto). L'intervento dura generalmente 15/25 minuti ed è svolto in anestesia locale.

La fase successiva all'intervento è molto importante: nei soggetti che svolgono attività lavorative manuali, muratori, parrucchieri etc necessitano di un periodo di riposo maggiore (fino a 2-3 mesi) abbinato ad un programma di recupero funzionale della mano, che prevede esercizi di flessibilità, propriocezione e rinforzo muscolare.