

## Anzeichen eines Karpaltunnelsyndroms

Der Karpaltunnel ist eine Engstelle auf der Innenseite des Handgelenks, durch die ein Nerv und mehrere Sehnen verlaufen. Ein Karpaltunnelsyndrom tritt auf, wenn ein Nerv im Bereich des Handgelenks durch das umgebende Gewebe eingeengt wird.

## Welche Beschwerden können auf ein Karpaltunnelsyndrom hindeuten?

Folgende Symptome können auftreten:

- Empfindungsstörungen wie Taubheitsgefühle und Kribbeln (Ameisenlaufen) in der betroffenen Hand: Taubheitsgefühle, und nicht Schmerzen, sind die vorwiegenden Symptome eines Karpaltunnelsyndroms. Ein erstes, sehr typisches Anzeichen ist es, wenn nachts eine Hand einschläft.
- Schmerzen, die bis in den Arm ausstrahlen können.
- Empfindungsstörungen und Schmerzen, die die Handfläche und alle Finger außer dem kleinen Finger betreffen.
- Schwierigkeiten, die Hand zu bewegen und sie zu öffnen und zu schließen. Es fällt zunehmend schwerer, zuzufassen.
- Funktionseinschränkungen der Hand bis hin zum Muskelschwund, wenn die Erkrankung fortschreitet.

Die Beschwerden können gering ausgeprägt sein und über Jahre bestehen. Auch können sie verschwinden und wieder auftreten. Bei etwa einem von fünf Betroffenen bessern sich die Symptome innerhalb eines Jahres auch ohne Behandlung wieder. Die Beschwerden können allerdings so belastend sein, dass die Betroffenen eine Behandlung wünschen.

## Was sind mögliche Ursachen?

Häufig lassen sich keine äußeren Ursachen für ein Karpaltunnelsyndrom finden. Teilweise kann ein sehr schmales Handgelenk für die Erkrankung mitverantwortlich sein. Ansonsten kommen für die Entstehung eines Karpaltunnelsyndroms verschiedene Faktoren in Frage: zum Beispiel eine Über- oder Dauerbelastung des Handgelenks sowie rheumatoide, hormonelle oder Stoffwechsel-Erkrankungen. Aber auch andere Faktoren, zum Beispiel ein Bruch der Speiche nahe dem Handgelenk (Radiusfraktur) oder eine Gelenkverletzung (Handwurzelluxation), können dafür verantwortlich sein. Ein Karpaltunnelsyndrom tritt vor allem bei Frauen im

mittleren und höheren Alter auf. Männer sind deutlich seltener betroffen. Oft kommt die Erkrankung gleichzeitig an beiden Händen vor.

## Wie wird ein Karpaltunnelsyndrom festgestellt?

Einige der oben genannten Beschwerden können auch durch Über- oder Fehlbelastungen der Hände auftreten, beispielsweise bei bestimmten Sportarten wie Tennis. Auch kann die Hand nachts einschlafen, weil man falsch liegt. Bevor man sich allzu starke Sorgen macht, ist es wichtig – gegebenenfalls gemeinsam mit einer Ärztin oder einem Arzt – solche Ursachen auszuschließen.

Neben einer körperlichen Untersuchung setzen Ärztinnen und Ärzte die sogenannte Elektroneurografie und manchmal auch die Elektromyografie ein, um die Diagnose zu stellen. Die Elektroneurografie misst, wie gut Nerven elektrische Impulse weiterleiten. Die Elektromyografie registriert, wie gut Muskeln auf elektrische Reize reagieren. Diese Untersuchungen können Hinweise auf Funktionseinschränkungen der Nerven geben. Zur Diagnosestellung allein reichen sie jedoch nicht aus, da sie nicht genau genug sind. Sie müssen immer im Zusammenhang mit den Beschwerden, der körperlichen Untersuchung, den Lebensumständen und der Krankheitsgeschichte betrachtet werden. Es ist auch wichtig, dass Ärztinnen und Ärzte andere Krankheitsursachen ausschließen. Beispielsweise können Veränderungen an der Halswirbelsäule die Nervenwurzeln irritieren. Auch andere Erkrankungen des Nervensystems (zum Beispiel Polyneuropathien) können ähnliche Beschwerden verursachen.

Es gibt verschiedene Therapiemöglichkeiten für Menschen mit Karpaltunnelsyndrom. Mehr über eine Behandlungsoption erfahren Sie hier (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de/index.287.de.html>)

Näheres zum Thema Karpaltunnelsyndrom: **hier** (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de/karpaltunnelsyndrom.34>)

*Autor: Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)*

## Glossar

### Diagnose

Mit dem Begriff Diagnose (von „diagnosi“, griechisch: Erkenntnis, Urteil) ist das Feststellen und Benennen einer Erkrankung gemeint. Die Diagnose sollte unter anderem anhand der Vorgeschichte, der vorhandenen Beschwerden und der Untersuchungsergebnisse gestellt werden. Zu den Untersuchungen gehören sowohl eine eingehende körperliche Untersuchung als auch beispielsweise die Bestimmung von Blutwerten oder apparative Untersuchungen wie Ultraschall oder Röntgen.

## Quellen

Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG). *Karpaltunnelsyndrom: Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten. Allgemeinverständliche Version: Hintergrundinformation zum Rapid Report V09-01A*. Köln: IQWiG. Juli 2009. [Volltext (URL: [http://www.iqwig.de/download/V09-01A\\_Allgemeinverstaendliche\\_Version\\_Hintergrundinfo\\_Karpaltunnelsyndrom.html](http://www.iqwig.de/download/V09-01A_Allgemeinverstaendliche_Version_Hintergrundinfo_Karpaltunnelsyndrom.html)) ]

Hughes R, Feldman EL, Bland JDP. Peripheral nerve disorders. In: Hughes R et al (Editors). Evidence-based neurology: management of neurological disorders. London: BMJ Books. 2007: 244-257.

## Das Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)

Dem Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) obliegt von Gesetzes wegen die wissenschaftliche Bewertung des Nutzens, der Qualität und der Wirtschaftlichkeit von medizinischen Leistungen. Dazu gehören auch die Nutzenbewertung von Arzneimitteln sowie die Herausgabe von Gesundheitsinformationen für Bürger und Patienten.

## Wissenschaftliche Basis dieser Gesundheitsinformation

Unsere Informationen basieren primär auf so genannten systematischen Übersichten. Um ein objektives Bild über eine medizinische Maßnahme zu erhalten, ist eine systematische Übersicht notwendig. Hierzu werden zunächst die relevanten Fragestellungen formuliert. Zu diesen Fragen werden Forscher dann alle Studien zu diesem Thema suchen und auswerten.

Eine Liste der berücksichtigten wissenschaftlichen Literatur dieser Gesundheitsinformation finden Sie unter [www.gesundheitsinformation.de](http://www.gesundheitsinformation.de).

## Hinweis für die Nutzer:

Diese Gesundheitsinformationen wurden vom Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) erstellt und veröffentlicht. Sie basieren auf der Bewertung der zum Zeitpunkt der Erstellung verfügbaren wissenschaftlichen Literatur und anderer Informationsquellen.

Gesundheitsinformationen des IQWiG werden ausschließlich für Patienten in Deutschland zur Verfügung gestellt. Die Informationen sollten nicht für die Erstellung eigenständiger Diagnosen verwendet werden, da sie eine Beratung zwischen Ärztin/Arzt und Patientin/Patient nicht ersetzen können und nicht ersetzen sollen.