



**HAND &
MICROSURGERY**

SUNWAY
MEDICAL CENTRE®
Sunway City Kuala Lumpur

SINDROM CARPAL TUNNEL

APAKAH ITU SINDROM CARPAL TUNNEL?

Sindrom Carpal Tunnel merupakan penyakit yang menyebabkan kesakitan tangan akibat tekanan saraf median yang melalui pergelangan tangan di bahagian terowong Carpal.

Apakah tanda-tanda sindrom Carpal Tunnel (CTS)?

- Rasa kebas, semut-semut dan sakit di ibu jari, jari telunjuk, jari tengah dan separuh jari manis.
- Kesakitan dan rasa pedih yang menyebar ke bahagian atas lengan.
- Kesakitan di bahagian pergelangan tangan.
- Kesakitan di bahagian leher.
- Kesakitan pada waktu malam. Tanda-tanda adalah lebih ketara pada waktu malam dan boleh menyebabkan gangguan tidur.
- Kelemahan otot tangan.

Apakah faktor risiko untuk CTS?

- Kehamilan.
- Penyusuan anak.
- Umur lebih dari 50 tahun ke atas.
- Putus haid dan peringkat pra-putus haid.
- Pergerakan pergelangan tangan yang berulang-ulang.
- Pekerja pejabat.
- Penyakit kronik misalnya gout, kencing manis, penyakit buah pinggang kronik dan sebagainya.



Adakah rawatan CTS melibatkan pembedahan?

- Tidak semua pesakit CTS memerlukan pembedahan.
- Pada peringkat awal, rawatan merangkumi belat dan terapi dengan atau tanpa suntikan steroid.
- Untuk kes CTS kronik yang tidak menunjukkan respons terhadap rawatan konservatif, pembedahan perlu dijalankan.
- Pembedahan boleh dilakukan dengan bius setempat dan sebagai pembedahan harian.



Apakah rawatan untuk CTS?

- Belat dan latihan median *nerve gliding* dengan pengubahsuaian aktiviti harian.
- Suntikan steroid.
- Pembedahan
 - Pelepasan terowong Carpal terbuka
 - Pelepasan terowong Carpal endoskopik

Bagaimanakah suntikan steroid dapat membantu CTS?

Suntikan steroid akan mengurangkan keradangan dan ini akan membantu mengurangkan simptom untuk sementara waktu.

Bolehkah suntikan steroid menyebabkan kesan sampingan?

- Penggunaan steroid untuk jangka masa yang panjang boleh meningkatkan risiko osteoporosis, kenaikan berat badan, tekanan darah tinggi, katarak, glaukoma dan penyakit kanser tertentu.
- Walau bagaimanapun, risiko-risiko ini amat rendah dengan suntikan steroid tunggal dalam sindrom Carpal Tunnel.
- Suntikan steroid untuk CTS juga selamat untuk wanita hamil dan ibu yang menyusui.

Apakah kesan CTS yang tidak dirawat?

- Jika tidak dirawat, CTS boleh menyebabkan kelemahan dan masalah koordinasi jari-jari dan ibu jari serta pengecutan otot thenar.



**Pengecutan Otot
Thenar**

Apakah itu Carpal Tunnel Release (CTR)?

- CTR atau pelepasan terowong karpal merupakan prosedur di mana ligamen karpal melintang dilepaskan untuk melegakan tekanan pada saraf median.
- Prosedur ini boleh dilakukan sama ada melalui pelepasan terowong karpal secara terbuka atau endoskopik.

Berapakah tempoh masa untuk sembuh?

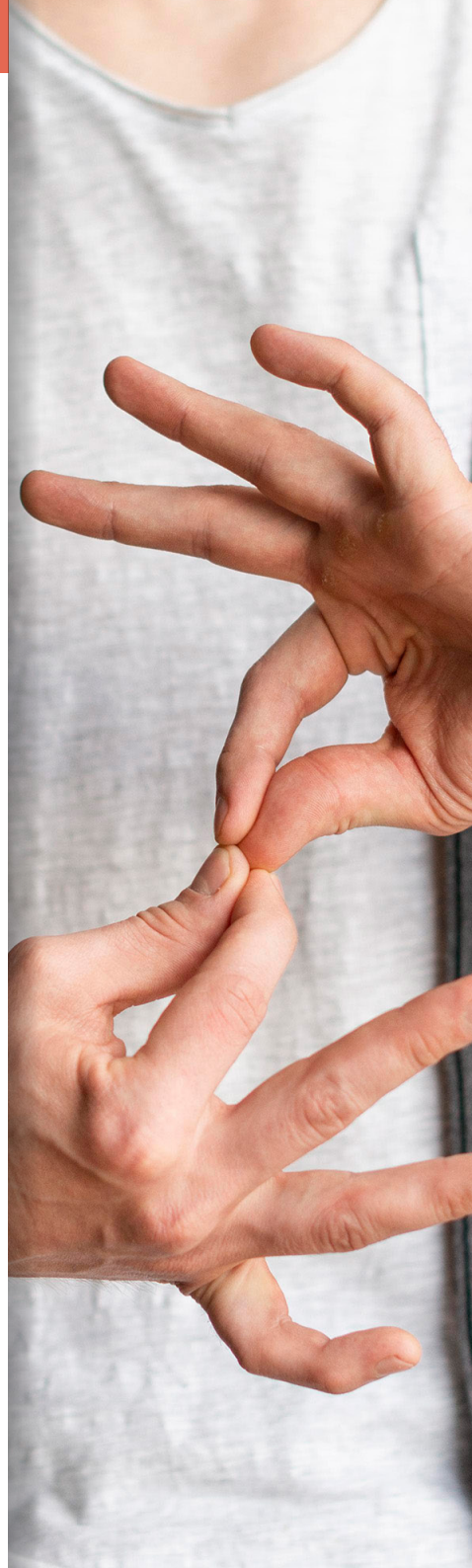
- Kesakitan pada waktu malam atau semasa melakukan aktiviti biasanya akan berkurangan dalam minggu pertama selepas pembedahan.
- Kadangkala, kebebasan di hujung jari mungkin akan berlanjutan untuk tempoh masa yang lebih lama.

Bolehkah CTS berulang selepas pembedahan?

- Biasanya pembedahan pelepasan terowong karpal merupakan penawar CTS. Namun, sesetengah pesakit mungkin mengalami gejala berulang beberapa tahun kemudian (10-20 tahun) disebabkan oleh parut saraf.

Apakah faedah memilih pembedahan pelepasan terowong karpal ENDOSKOPIK?

- Pembedahan kecil di pergelangan tangan dan bukannya pembedahan besar di telapak tangan.
- Tempoh masa sembuh yang lebih pendek.



Hubungi kami untuk maklumat lanjut:

 **+603-7491 1182**

**Pusat Tangan dan Mikrosurgeri kami
berada di Tingkat 2, Menara B**

Waktu Operasi

Isnin - Jumaat: 8.30pagi - 5.00petang

Sabtu 8.30pagi - 1.00petang

Cuti Umum dan Ahad Tutup

Sunway Medical Centre Sdn Bhd

(341855-x)

No. 5, Jalan Lagoon Selatan, Bandar Sunway,
47500 Subang Jaya, Selangor, Malaysia



SUNWAYMEDICAL

+603-7491 9191

 **sunwaymedical.com**

FEB2024

