Terapi CTS

1. Terapi konservatif
   - istirahatkan pergelangan tangan
   - Pemasangan bidal / splint
   - Obat anti inflamasi non steroid (OAINS)
   - Vitamin B6
   - Terapi alat modalitas
   - Exercise / latihan
   - Injeksi

2. Terapi operatif
   Terapi operasi pada CTS dilakukan pada kasus yang tidak mengalami perbaikan dengan terapi konservatif.



Pencegahan CTS

- Usahakan agar pergelangan tangan selalu dalam posisi netral.
- Perbaiki cara memegang atau menggenggam alat benda.
- Gunakanlah seluruh tangan dan jari-jari untuk menggenggam sebuah benda, jangan hanya menggunakan ibu jari dan telunjuk.
- Batasi gerakan repetitif / berulang.
- Istriahatkan tangan secara periodik.
- Kurangi kecepatan dan kekuatan tangan saat melakukan aktivitas dengan pergelangan tangan.
- Latih otot-otot tangan dan lengan bawah dengan peregangan secara teratur.





Carpal Tunnel Syndrome

RUMKIT TK III DR. REKSODIWIRYO PADANG

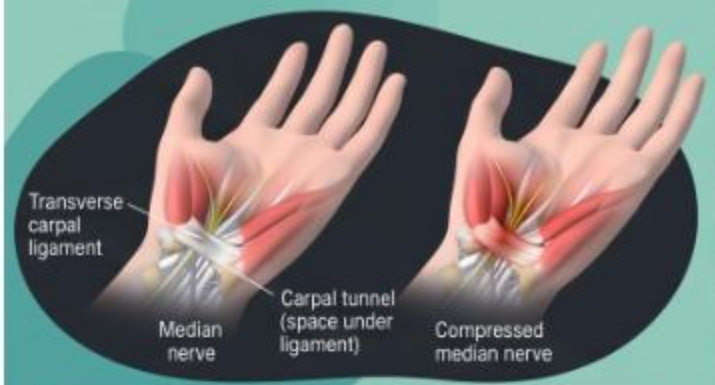
JL. DR. WAHIDIN NO.1, GANTING PARAK GADANG, KEC. PADANG TIMUR KOTA PADANG, SUMATERA BARAT

More Information? Follow us at:

WA : 085364238118

Instagram : rumkit.reksodiwiryo





Apa Itu Carpal Tunnel Syndrome (CTS)?

Carpal Tunnel Syndrome adalah kumpulan gejala yang disebabkan akibat kompresi saraf medianus pada saat melewait terowongan karpal pergelangan tangan.

Angka kejadian carpal tunnel syndrome (CTS) global bervariasi, mulal dan 1-4% pada populasi umum, dengan prevalensi lebih linggi pada kelompok pekerja dengan gerakan tangan berulung seperti pekerja garmen (20,3% di Jakarta) dan pengendara ojek, dan hampir 3-5 % kali lebill banyak pada wanita dibandingkan pria.

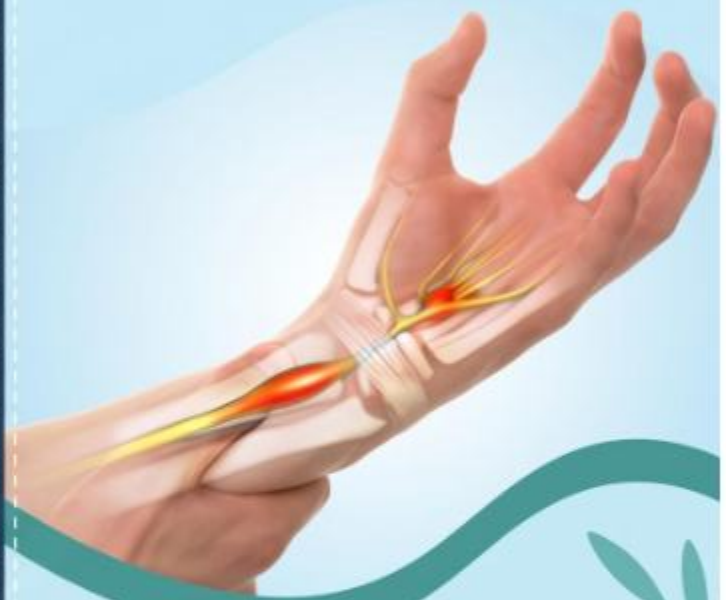
Apa Penyebab CTS?

Carpal tunnel syndrome atau sindrom terowongan karpal saat ini diketahul bersitat idlopatik. Disebabkan katena kombinasi berbagal taktor penyebati yang mengakibatkan peningkatan tekanan pada saraf medianus dan tendon di terowongan carpal. Beberapa faktor penyebab lalnnya adalah.

- Trauma
  Akibat gerakan pergelangan tangan dengan kekuatan yang cukup seperti pada pekerjaan tertentu yang banyak menggunakan kekuatan pergelangan tangan.
- Posisi pergelangan tangan
  Misainya posisi menekuk saat tidur atau posisi menekuk yang lama.
- Tumor atau benjolan
  Lokasi benjolan menekan carpal tunnel seperti ganglion, kista, lipoma.
- Edema
  Terjadi akibat infeksi stau peradangan, arthiitis rematoid, tenosinovitis, dan pada kehamilan (hormonal).
- Osteofit sendi carpal
  Akibat proses degenerasi.
- Kelainan Sistematik
  Seperti obesitas, diabetes melitus, disfungsi tiroid, amiloidosis, penyakit raynaud.
- Over use
  Gerakan yang menggunakan pergelangan tangan secara berulang-ulang (memeras, memegang kuat, mengangkat).

Gejala Klinis CTS

- Gejala awal berupa kesemutan, rasa tebal seperti terkena aliran listrik pada jari 1, 2, 3, dan setengah sisi luar jari 4 walaupan kadang-kadang dirasakan mengenal seluruh jari.
- Gejala lainnya adalah nyan tangan yang dirasakan lebih berat pada malam hari.
- Bila penyakit berlanjut, rasa nyeri dapat bertambah berat dengan trekuensi serangan yang semakin sering bahkan menetap.
- Dapat pula dijumpai rasa lemah, kaku, atau kram pada jari-jari, tangan, dan pergelangan tangan.



Diagnosa CTS

Diagnosa dilakukan melalui beberapa pemerikssan, yaitu :

1. Pemeriksaan Fisik
2. Pemeriksaan fisik dan tes provokasi yang dapat membantu menegakkan diagnosis.
3. Pemeriksaan neorofisiologi (elektrodiagnostik, pemeriksaan EMG, dan kecepatan hantar saraf / KHS)
4. Pemeriksaan radiologi.
4. Tes darah untuk mengetahui penyebab CTS sekunder.