

Kribbeln und Taubheit in der Hand?

Ob Jung, ob Alt – mittlerweile daddelt jeder gerne auf seinem Smartphone herum. Nervenquetschungen in der Hand können die Folge sein, warnen Experten.

Die intensive Nutzung von Smartphones fördert vermutlich einen Nerven-Engpass im Handgelenk mit schmerzhaften Taubheitsgefühlen, das sogenannte Karpaltunnelsyndrom (KTS). Das belegen aktuelle Studienergebnisse aus Asien.

Seit langem wissen Mediziner, dass Karpaltunnel-Beschwerden durch intensive Handarbeit entstehen können. „Bei Fleischern etwa gilt das KTS als Berufskrankheit“, berichtet Professor Dr. med. Helmut Buchner von der Deutschen Gesellschaft für Klinische Neurophysiologie und Funktionelle Bildgebung (DGKN). „Die drehenden Bewegungen im Handgelenk mit dem Mes-



Im Internet surfen oder Nachrichten eintippen: Millionen Menschen machen tagtäglich immergleiche Handbewegungen am Handy. Das kann unangenehme Folgen haben.

Foto: AdobeStock / Rawpixel.com

ser fördern den Nerven-Engpass.“ Das gilt gleichermaßen für intensives Stricken oder Reinigungskräfte, die unablässig Lappen auswringen. „Insofern ist es plausibel, dass der dramatische Mehrgebrauch von Smartphones und Computertastaturen ein KTS auslösen kann, auch wenn dies bisher nur Studien aus Asien belegen“, führt der Neurologe aus. „Ich kann keinen Grund er-

kennen, warum es bei uns anders sein sollte.“

Nerven unter Druck

Beim Karpaltunnel-Syndrom gerät der Nervus medianus unter Druck, der an einer Engstelle durch das Handgelenk führt. Ursache ist meist eine Schwellung, die durch belastende Bewegungen entsteht, ferner durch nächtliches

Schlafen mit abgeknickten Handgelenken, starke Gewichtszunahme oder hormonelle Einflüsse wie Schwangerschaft und Wechseljahre.

„Frauen sind drei bis vier Mal häufiger als Männer betroffen“, erläutert Buchner.

„Schon aufgrund ihres Monatszyklus können Schwellungen leichter entstehen.“ Die Schwellung führt häufig zu Entzündungen, die wiederum

Was steckt hinter Taubheit und Kribbeln in den Fingern?

Dr. med. Tiberius Sova
Facharzt für
Neurochirurgie
Chefarzt der Bandscheibenklinik Gensingen



Foto: LOEFFLER

Sensibilitätsstörungen beziehungsweise Gefühls- oder Empfindungsstörungen sind keine seltene Erscheinung. Kribbeln und Taubheitsgefühle, vor allem an Händen, Fingern, Zehen und Füßen, zählen zu den Symptomen. Hauptgrund für die Empfindungsstörungen ist meistens eine mangelnde Durchblutung, die jedoch medizinisch unbedenklich ist. In manchen Fällen können aber auch ernste Erkrankungen und Nervenstörungen dahinterstecken. Zum Beispiel Nerven-

kompressionssyndrome. Hierbei handelt es sich um eine chronische Irritation und Druckläsion von Nerven innerhalb anatomischer Engpässe. Solche Schädigungen peripherer Nerven können durch Fehlbelastungen, Überlastung, Unfälle, Entzündungen oder Stoffwechselerkrankungen entstehen.

Betroffene Patienten klagen typischerweise über kribbelartige Missempfindungen, sensible und oder motorische Ausfälle sowie Schmerzen im Areal des betroffenen Nervs.

Eines der häufigsten Kompressionssyndrome eines peripheren Nervs ist das Karpaltunnelsyndrom. Es entsteht durch die Einengung des Mittelnervs (Nervus medianus), eines der drei Hauptnerven der Hand, im Bereich der Beugeseite des Handgelenks. Greifen konservative Maßnahmen, wie Schonung und Handschienen, nicht, kann der Neurochirurg helfen. Er ist unter anderem auf die operative Behandlung von Nervenkompressionssyndromen spezialisiert.