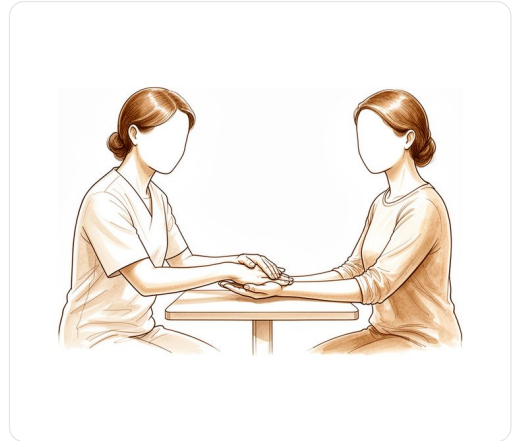


腕管松解术

腕管：手腕处的一个狭窄空间，正中神经在此与九条屈肌腱一起走行，位于一条紧绷的韧带下方。腕管松解术通过切断该韧带以减轻对神经的压力。

Kieran Hirpara © ⓘ ⓘ 4.0



本页面由机器翻译，尚未经临床医生审核。**英文版本**为权威版本。

为何建议进行此手术

您的外科医生建议您进行腕管松解术，因为您可能患有腕管综合征，这是一种由于腕部神经受压导致疼痛和麻木的疾病。当夹板固定或注射等非手术治疗未能提供足够缓解时，通常会建议进行此手术。这是缓解正中神经受压的标准治疗方法，正中神经穿过腕部一个狭窄的通道。

此手术的主要目标是缓解您的症状并改善手部功能。证据表明，97% 的患者在该手术后获得完全或部分缓解。虽然完全康复平均需要近 6 个月，但大多数人会看到疼痛减轻和手部功能显著改善。此手术非常有效，极少需要再次进行，为导致您不适的压力提供持久的解决方案。

手术前

您需要在手术前禁食，并安排人员驾车送您回家。请在就诊时携带您目前服用的所有药物清单。您的外科医生可能会安排X光、MRI或血液检查等测试，以评估您的健康状况并规划手术。这些测试有助于确保您已为手术做好准备。手术当天，您应穿着舒适的衣物。您的外科医生将提供关于在手术日期前停用某些药物的具体指示。这种开放手术将在您的手腕处做一个切口，以释放对神经的压力。

手术当天

您将抵达医院，并与麻醉医生会面，讨论手术过程中您是保持睡眠状态还是清醒状态。该手术可在局部麻醉（仅对手术区域进行注射以产生麻木感，您保持清醒）或全身麻醉（完全睡眠）下进行。大多数人选择局部麻醉：恢复更快，且术后不久即可回家。如果您更倾向于全身麻醉，这也是一个合理的选择；请与您的外科医生和麻醉医生讨论。

随后，您将进入手术室，外科医生将在手腕处做一个单一切口，以释放对您神经的压力。术后，您将在复苏室醒来，手上会覆盖轻薄的敷料并佩戴夹板。通常您可以在术后两到三天在家轻轻清洗敷料覆盖区域。缝线将在 10 至 14 天后拆除，您可能为了舒适继续佩戴夹板 14 至 21 天。

手术过程

您的外科医生将在手腕掌侧做一个切口。该切口呈斜向尺侧方向，以避免切断神经的一个细小感觉支。如果该分支被切断，可能在瘢痕处形成一个疼痛的肿块，日后可能需要切除。外科医生会切开坚韧的皮肤层，以找到压迫您神经的致密组织带。

在内部，外科医生会切断这一组织带，即腕横韧带或屈肌支持带。此举可将被困在组织隧道中的正中神经释放出来。外科医生会确保将该紧张带的所有部分完全切断，以彻底解除压迫。释放完成后，切口会用缝线缝合，缝线将在 10 至 14 天后拆除。您将携带轻度加压敷料和夹板以减轻不适。

术后

您将在恢复室苏醒，疼痛将通过标准药物进行管理。您的手部将包裹轻度加压敷料并佩戴掌侧夹板以提供舒适感。术后应尽早开始轻柔地活动手指和手部。本手术为日间手术，您将在当天回家。术后 24 小时内必须有专人陪同。通常可在术后 2 至 3 天在家轻柔清洗时拆除敷料。缝线在术后 10 至 14 天拆除。为舒适起见，夹板可继续佩戴 14 至 21 天。

恢复

手术后，您的手和手腕可能会感到疼痛和肿胀。这是身体愈合过程中的正常现象。您的外科医生可能会建议佩戴轻度加压敷料和夹板，以保持手腕舒适。通常几天后，您可以在家中去除敷料，轻轻清洗手部。

随着肿胀消退，您将开始重新活动手指和手腕。您的外科医生会指导您在无痛情况下何时可以安全地抓握物体。在手掌恢复力量的几周内，您可能需要佩戴夹板以获得额外的舒适感。大多数人发现，主要神经分布区域以外的症状也显著改善。

完全恢复需要时间，您可能需要几个月才能完全恢复正常。您的恢复时间取决于您的工作类型以及身体的反应。您的外科医生和物理治疗师将帮助您应对这些变化，并指导您逐步回归日常活动。

可能出现的并发症

大多数患者恢复良好，但偶尔也会出现一些问题。您的外科医生和医疗团队会密切监测您，以便尽早发现任何问题。

您可能会注意到症状并未完全消失。部分患者在术后近 6 个月内仍感觉未完全康复。如果在此之后您的疼痛或麻木感保持不变或加重，请告知您的外科医生。

此类手术需要再次进行的情况极为罕见。即使需要再次手术，通常效果也不佳。但是，如果您手部静脉出现血栓，您可能会感到突然肿胀和压痛。如果出现这种情况，请立即寻求医疗帮助，以便迅速治疗。

您可能会担心年龄或工作状况会影响您的恢复。虽然老年患者在短期内可能面临更大的困难，但大多数人仍会在手部功能和疼痛方面看到显著改善。如果您正在领取工伤赔偿，您可能会发现您的恢复过程比其他人的更漫长或更困难。

长期结果通常良好。大多数人可获得症状的完全或部分缓解。然而，少数患者可能会发现症状复发或保持不变。如果您感觉手部没有好转，或出现新的疼痛，请在下次复诊时提出。

本页的并发症表格列出了典型的发生率，如果您需要了解具体情况，可参考该表格。

何时联系我们

如果您出现发热、切口处红肿加重或渗出，请立即联系我们。若感到突发剧烈疼痛、小腿肿胀或呼吸困难，请前往急诊。如果您手部感觉丧失或无法活动手指，请立即联系您的主刀医生。大多数患者在三周内会感觉好转，但完全恢复需要近六个月。如果症状未改善或复发，请告知我们。