



# Monatlicher Wissenstransfer

## Mai 2019

für

- **zertifizierte Kursabsolventen (Liz.)**
- **Member European Association GolfPhysioTherapy & GolfMedicalTherapy e.V.**

von

**Marc Hohmann**, Head-Instructor Germany  
**Dieter Hochmuth**, Head-Instructor International  
European Association GolfPhysioTherapy & GolfMedicalTherapy  
e.V.



## **Das Karpaltunnelsyndrom Alternative Behandlungsmethode**

### **Definition:**

### **Das Karpaltunnelsyndrom KTS**

Das Karpaltunnelsyndrom KTS ist das häufigste Engpasssyndrom eines peripheren Nervs.

Das Karpaltunnelsyndrom wird meist durch ungünstige Hand- und Handgelenksstellungen verursacht, die über längere Zeit vorliegen. Durch Entzündungen oder Hypertrophie (Größenzunahme) erweiterte Sehnen drücken dann auf den Mediannerv. Ebenso kann ein nicht mehr so flexibles verschlissenes Handgelenk den Karpaltunnelquerschnitt reduzieren. Dies führt zum Anschwellen des Gewebes rund um den Karpaltunnel und kann damit ebenfalls das Karpaltunnelsyndrom auslösen. Diese Beschwerden entwickeln sich schrittweise und beginnen meist mit Symptomen wie Taubheit und Kribbeln im Daumen, dem Zeige- und Mittelfinger und führen zu Kraftlosigkeit und teilweise starken Schmerzen in der Hand.

Schwangerschaft, Diabetes, Fettleibigkeit, Schilddrüsenunterfunktion und Arthritis (Gelenkentzündungen) sind bekannte Risikofaktoren für das Karpaltunnelsyndrom. Es tritt ebenfalls als Folge von Handgelenkverletzungen, wie z. B. Knochenbrüchen auf.

Die Symptome treten gerne bei manuell anspruchsvollen beruflichen und sportlichen Tätigkeiten auf, wie dem Halten von Gegenständen, dem Fahrradfahren und natürlich dem Golfsport.

Als ultimative Maßnahme wird in der Regel - besonders in Deutschland - eine Operation empfohlen, bei der mittels Durchtrennung des Karpalbandes (Retinaculum Flexorum) mehr Platz im Karpaltunnel geschaffen wird.

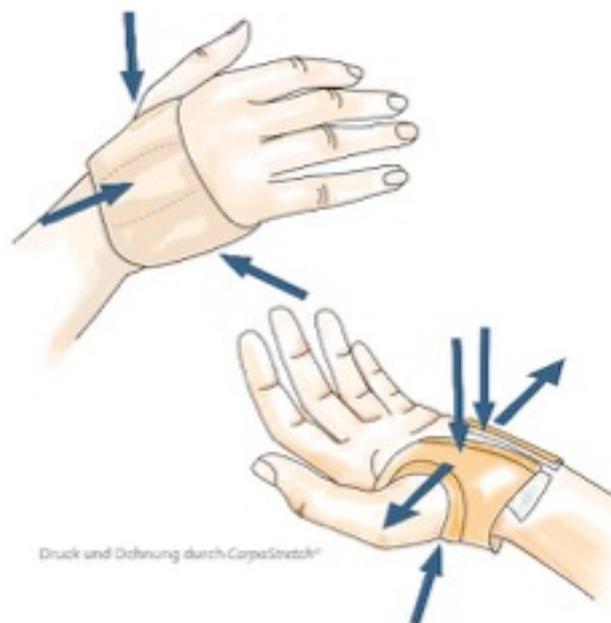
Wie aus dem Sport bekannt, lassen sich Sehnen und Bänder aber auch durch Dehnung verlängern. Die Dehnung des Karpalbandes als Form der Therapie wird inzwischen in vielen Publikationen erwähnt. Hier setzt *CarpaStretch*® mit einer neuartigen Dehnbandage an, für die ein Europäisches Patent erteilt wurde.

## Karpaltunnelsyndrom im Golfsport

Beim Golf kommt es sehr häufig zu Beschwerden in Hand und Handgelenk. Die Energie welche beim Schlag über den gesamten Körper durch den Golfschläger übertragen wird, kommt in letzter Position beim Impact an der Hand an. Bestehen bereits Vorbelastungen, so kann dies bei zunehmender Belastung, bis zum Stillstand im Sport und im Alltag führen. Eine der häufigsten Beschwerdebilder ist das Karpaltunnelsyndrom. Aber muss immer gleich operiert werden ?

## **Neue Methode zur konservativen Behandlung des KTS als Alternative zur Operation**

*CarpaStretch*<sup>®</sup> ist ein neuartiges elastisches Band zur Dehnung des Karpalbandes, das sich über den Karpaltunnel spannt.



Die Dehnung des Karpalbandes als Form der Therapie wird inzwischen in vielen Publikationen erwähnt.

Während viele dieser Dehn-Apparaturen jedoch mit großen Kräften arbeiten und dadurch schmerzhaft und von kurzer Wirkdauer sein können, verfolgt *CarpaStretch*<sup>®</sup> einen anderen Ansatz.

Aus dem Sport ist bekannt, dass mit permanentem und schonendem Dehnen über längere Zeiträume die besten und langfristigen Erfolge zu erzielen sind.

Die über die Dehnbandage wirkenden Kräfte führen zu einer nachhaltigen Dehnung und somit zu einer Erweiterung des Karpaltunnels, wie es sonst nur operativ erzielt werden kann.



Bei *CarpaStretch*<sup>®</sup> wird diese Dehnung erreicht durch seine elastischen Materialien, die sehr tragefreundlich sind und deshalb auch über längere Zeiträume benutzt werden können. Durch den Einsatz der Klebepads kann über den Klettverschluss eine optimale Krafteinleitung erfolgen.

Wie im Sport sollten auch hier die individuellen Trainingseinheiten dem persönlichen Empfinden angepasst werden.

Durch die leicht verstellbaren Klettverschlüsse lässt sich die Intensität individuell anpassen.

Eine anfängliche Trainingszeit von max. 1h/Tag kann ab der zweiten Woche individuell erhöht werden.

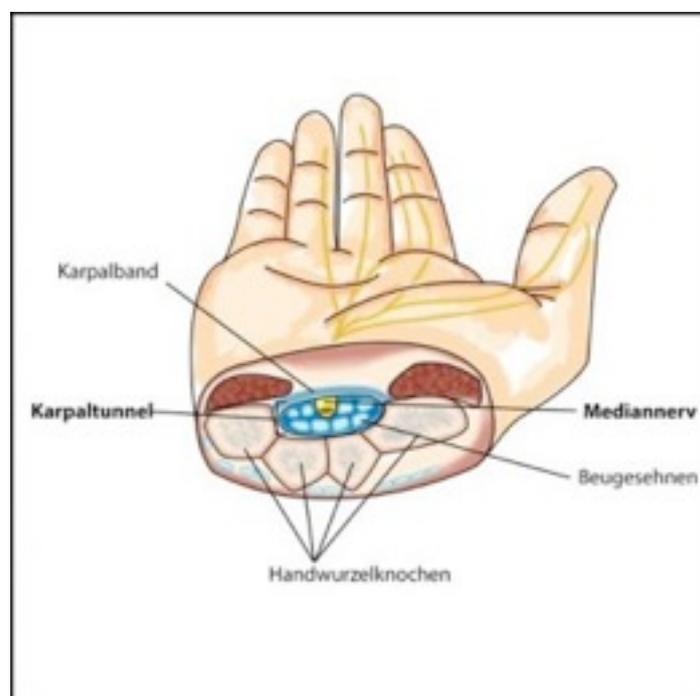
Erste Erfolge stellen sich oft schon nach kurzer Zeit ein. Patienten berichten, dass Sie bereits nach 2-3 Wochen nachts wieder durchschlafen konnten.

Eine durchgeführte klinische Studie bestätigte die erfolgreiche Wirkung der *CarpaStretch*<sup>®</sup> - Dehnbandage. So konnte bei allen Patienten, welche *CarpaStretch*<sup>®</sup> benutzten, eine Operation vermieden werden.

Verbesserungen zeigten sich bei den neurologischen Befunden, wie Erhöhung der Nervenleitgeschwindigkeit sowie Reduzierung der Pressung des Medianerns durch eine signifikante Längung des Karpalbandes. Die vollständigen Ergebnisse der klinischen Studie können unter [www.carpastretch.com](http://www.carpastretch.com) eingesehen werden.

Die Carpastretch-Dehnbandage ist bereits in über 1500 Fällen mit großem Erfolg eingesetzt worden.

Weitere Informationen unter [www.carpastretch.com](http://www.carpastretch.com) .





**Autor:**

**Marc Hohmann**

Rennwiese 1, D 77855 Achern

T: 078 41 / 28 00 33

E: [achern@physio-hohmann.de](mailto:achern@physio-hohmann.de)

**Dieter Hochmuth**

Am Butzenweg 6, D 92245 Küssmingsbrunn

T: 09621 86494

E: [info@sportmed-pro.eu](mailto:info@sportmed-pro.eu)

Literaturnachweise/Fotos:

Firma CarpaStretch

[www.carpastretch.com](http://www.carpastretch.com)05/2019

---