



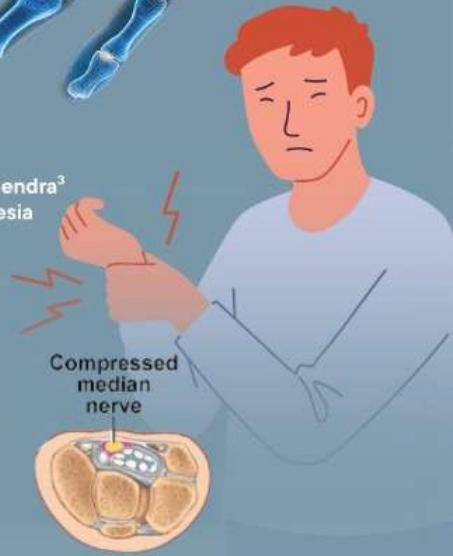
CARPAL TUNNEL SYNDROME

WASPADA CEDERA TANGAN AKIBAT PEKERJAAN BERULANG

Juni Chudri¹, Verawati Sudarma², Fransisca Chondro¹, Astri Handayani¹, Fitriati Silmi Kaffati³, Muhammad Bagas Danendra³
1. Departemen Fisiologi, Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Trisakti, Jakarta, Indonesia
2. Departemen Gizi, Program Studi Profesi Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Trisakti, Jakarta, Indonesia
3. Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Trisakti, Jakarta, Indonesia

Apa itu Carpal Tunnel Syndrome (CTS) ?

Carpal Tunnel Syndrome (CTS) adalah gangguan akibat penekanan saraf medianus di pergelangan tangan yang menyebabkan kesemutan, nyeri, dan kelemahan tangan



Penyebab



Gerakan pergelangan tangan berulang

Penggunaan alat getas

Posisi kerja tidak ergonomis

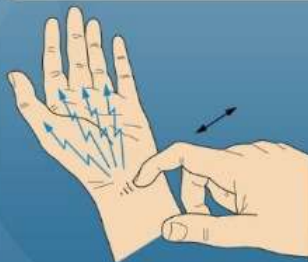
Cara Pemeriksaan

Phalen's Test



menekuk pergelangan tangan maksimal (posisi seperti berdoa terbalik) selama 30-60 detik untuk memeriksa kesemutan dan mati rasa

Tinel's Test



Ketuk bagian dalam pergelangan tangan untuk memeriksa nyeri menjalar atau kesemutan

Jaga Kesehatan Tangan Anda!

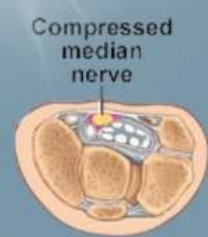


Segera periksakan diri ke dokter bila mengalami gejala



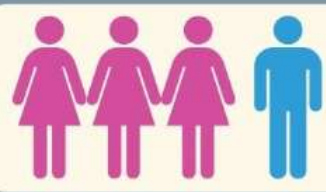
1. Hidayati HB, et al. Current diagnosis and management of carpal tunnel syndrome: a review. *Anaesth Pain Intensive Care*. 2022. doi:10.35975/apic.v26i3.1902.
2. Sevy JO, et al. Carpal tunnel syndrome. *StatPearls*. 2023.
3. Genova A, et al. Carpal tunnel syndrome: a review of literature. *Cureus*. 2020. PMID: 32313774
4. Chammas M, et al. Carpal tunnel syndrome - Part I. *Rev Bras Ortop*. 2014. doi:10.1016/j.rboe.2014.08.001

CARPAL TUNNEL SYNDROME



KENALI GEJALA DAN CEGAH PENYAKITNYA

Juni Chudri¹, Verawati Sudarma², Fransisca Chondro¹, Astri Handayani¹, Fitriati Silmi Kaffati³, Muhammad Bagas Danendra³
 1. Departemen Fisiologi, Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Trisakti, Jakarta, Indonesia
 2. Departemen Gizi, Program Studi Profesi Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Trisakti, Jakarta, Indonesia
 3. Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Trisakti, Jakarta, Indonesia



Usia 40 - 60 tahun, lanjut usia paling rentan



Apa Gejala Carpal Tunnel Syndrome (CTS)?



A



Pencegahan



Jaga Kesehatan Tangan Anda!



TAKE A BREAK



1. Hidayati HB, et al. Current diagnosis and management of carpal tunnel syndrome: a review. *Anaesth Pain Intensive Care*. 2022. doi:10.35975/apic.v26i3.1902.
 2. Sevy JO, et al. Carpal tunnel syndrome. *StatPearls*. 2023.
 3. Genova A, et al. Carpal tunnel syndrome: a review of literature. *Cureus*. 2020. PMID: 32313774
 4. Chammas M, et al. Carpal tunnel syndrome - Part I. *Rev Bras Ortop*. 2014. doi:10.1016/j.rboe.2014.08.001