

Túnel Carpiano

Escanea AQUÍ



Origen Causal

- Estrés - nerviosismo: más importante en paciente joven.
- Estrés - cansancio: cobra más importancia con la edad.
- Nutrición: más importante cuanto más edad.



Disfunción Vesícula Biliar + Sistema Circulatorio + Riñón (más implicación del riñón cuanto más edad)



Bloque Charnela Cervicodorsal



Irritación neural + aumento del tono de la cadena de antepulsión - flexión - pronación del brazo



Estrechamiento del Túnel Carpiano

Otras Patologías Asociadas

- Rigidez cervical
- Tendinopatía de hombro
- Epicondilitis

Túnel Carpiano

1 - Variantes posibles de recetas de Plantas Medicinales

T. Carpiano Derecho

CARP1 Túnel carpiano derecho en paciente joven (menor de 45-50 años)

CARP2 Túnel carpiano derecho en paciente mayor (más de 50 años)

CARP3 Túnel carpiano derecho en paciente mayor con hipertensión arterial (más de 50 años)

T. Carpiano Izquierdo

CARP4 Túnel carpiano izquierdo en paciente joven (menor de 45-50 años)

CARP5 Túnel carpiano izquierdo en paciente mayor (más de 50 años)

CARP6 Túnel carpiano izquierdo en paciente mayor con hipertensión arterial (más de 50 años)

T. Carpiano Bilateral

CARP7 Túnel carpiano bilateral

CARP8 Túnel carpiano bilateral con hipertensión arterial

2 - Preguntas sobre el estrés o alteración emocional

- ¿Estrés - ansiedad? Especialmente a paciente joven
- ¿Estrés crónico y cansancio? Especialmente a paciente mayor

3 - Preguntas a tener en cuenta

- ¿Aumento de peso? ¿Mala alimentación?
- ¿Mano derecha, izquierda o bilateral?
- ¿Paciente joven con estrés? ¿Paciente mayor con retención de líquidos?
- ¿Hipertensión arterial?

4 - Recomendaciones nutricionales

- Cuidado con los antiinflamatorios

Dieta antiinflamatoria:

- **¿Café?, Cacao**
- Dulces - azúcar (bollería, bebidas, etc.)
- **Embutidos y carnes procesadas**
- **Carne roja**
- **Mariscos, crustáceos**
- Aceites procesados y reutilizados (bollería, procesados, etc.)
- Tomate frito
- **Reducir o eliminar lácteos**
- **Procesados con sal (snacks, patatas fritas de bolsa etc)**
- **Espárragos, pimiento, tomate natural**
- **Disminuir sal de mesa**
- **Encurtidos**
- **Enlatados**

5 - Recetas posibles de plantas medicinales para el Túnel Carpiano

5.A - Túnel Carpiano Derecho

CARP1 Túnel carpiano derecho en paciente joven (menor de 45-50 años):

Tomar 3 infusiones al día de esta mezcla de hierbas

- Ortiga verde, cola de caballo, alcachofera, ginkgo biloba, pasiflora, tila y diente de león.
- Holopai 3 - H (10 gotas en cada infusión).
- Extracto de abedul (10 gotas en cada infusión).

CARP2 Túnel carpiano derecho en paciente mayor (más de 50 años):

Tomar 3 infusiones al día de esta mezcla de hierbas

- Ortiga verde, cola de caballo, alcachofera, diente de león y ortosifón.
- Holopai 2 (10 gotas en cada infusión).
- Extracto de abedul (10 gotas en cada infusión).

CARP3 Túnel carpiano derecho en paciente mayor con hipertensión arterial (más de 50 años):

Tomar 3 infusiones al día de esta mezcla de hierbas

- Ortiga verde, cola de caballo, alcachofera, diente de león y ortosifón.
- Holopai 2 (10 gotas en cada infusión).
- Compositor 9 (10 gotas en cada infusión).

5.B - Túnel Carpiano Izquierdo

CARP4 Túnel carpiano izquierdo en paciente joven (menor de 45-50 años):

Tomar 3 infusiones al día de esta mezcla de hierbas

- Ortiga verde, cola de caballo, alcachofera, ginkgo biloba, pasiflora, tila, menta y espino blanco.
- Extracto de fumaria (10 gotas en cada infusión).
- Extracto de abedul (10 gotas en cada infusión).

CARP5 Túnel carpiano izquierdo en paciente mayor (más de 50 años):

Tomar 3 infusiones al día de esta mezcla de hierbas

- Ortiga verde, cola de caballo, alcachofera, espino blanco, menta, tila, ortosifón y diente de león.
- Extracto de fumaria (10 gotas en cada infusión).
- Holopai 2 (10 gotas en cada infusión).

CARP6 Túnel carpiano izquierdo en paciente mayor con hipertensión arterial (más de 50 años):

Tomar 3 infusiones al día de esta mezcla de hierbas

- Ortiga verde, cola de caballo, alcachofera, espino blanco, menta, tila, ortosifón y diente de león.
- Extracto de fumaria (10 gotas en cada infusión).
- Compositor 9 (10 gotas en cada infusión).

5.C - Túnel Carpiano Bilateral

CARP7 Túnel carpiano bilateral:

Tomar 3 infusiones al día de esta mezcla de hierbas

- Ortiga verde, cola de caballo, alcachofera, diente de león, ortosifón, fumaria, ginkgo-biloba.
- Holopai 2 (20 gotas en cada infusión).

CARP8 Túnel carpiano bilateral con hipertensión arterial:

Tomar 3 infusiones al día de esta mezcla de hierbas

- Ortiga verde, cola de caballo, alcachofera, diente de león, ortosifón, fumaria, ginkgo biloba.
- Compositor 9 (10 gotas en cada infusión).
- Holopai 2 (20 gotas en cada infusión).

6 - Propuesta temporal de tratamiento

Cada paciente y cada proceso es diferente, eso todos lo tenemos claro. Ya sea en función de la edad, de la antigüedad del problema, características de la patología, etc pero en general podemos aconsejar al paciente una cadencia en las sesiones de una duración aproximada del tratamiento. Son valores aproximados, evidentemente las indicaciones que te doy a continuación son para la fase inicial, habrá casos donde la evolución sea muy buena y se le dé el alta y otros donde requiera espaciar más las sesiones pero manteniéndolas durante más tiempo. Todo a buen criterio de cada profesional.

Una sesión semanal durante 3 - 5 semanas aproximadamente.

