

Kompleks na Sindrome ng Rehiyonal na Sakit (CRPS)



Sa CRPS, ang isang limb ay maaaring maging napakasakit, pamamaga, at sensitibo nang hindi katumbas ng orihinal na sugat.

Kieran Hirpara © ⓘ 4.0

Ang pahinang ito ay isinalin ng makina at hindi pa nasusuri ng isang doktor. Ang **bersyong Ingles** ang siyang opisyal.

Ang nararamdaman mo

Maaari mong mapansin ang sakit na may ibang pakiramdam kumpara sa karaniwang pananakit. Karaniwang nagsisimula ito sa isang kamay, braso, paa, o binti. Maaaring magpakita ang sakit bilang pakiramdam ng pagsunog, pagpulso, o tusok. Maaari kang maging sensitibo sa paghawak o sa mga pagbabago ng temperatura. Kahit ang magaan na damit o mahinahong hangin ay maaaring magdulot ng hindi komportableng pakiramdam. Nangyayari ito dahil ang iyong mga nerbiyos ay nagpapadala ng halo-halong mga signal sa iyong utak.

Karaniwang lumalala ang sakit sa gabi. Maaari rin itong magpalakas pagkatapos ng aktibidad sa loob ng araw. Kapag gising ka pa lang, maaaring magpakita ang iyong limbong bilang matigas o pamamaga. Ang katigasan na ito ay maaaring magdulot ng hirap sa mga simpleng gawain. Maaari kang mahirap umabot sa likod upang isara ang bra. Ang pagtatakip ng damit o pagsisiksik ng jacket ay maaaring maging hindi komportable at masakit. Ang pag-angat ng mga bagay o pagkapit ay maaaring maging mahirang gawin.

Karaniwang hindi posible ang pagtulog sa apektadong gilid. Maaari kang magbago ng posisyon nang madalas upang makahanap ng ginhawa. Ang hindi komportableng pakiramdam ay maaaring makagambala sa iyong pang-araw-araw na gawain at pahinga. Habang ang maagang paggamot ay tumutulong upang bawasan ang panganib ng permanenteng pagkawala ng kakayahan, may ilang tao pa rin na nakakaranas ng pangmatagalang pagbabago. Ang iyong surgeon ay magtatrabaho sa iyo upang pamahalaan ang mga sintomas na ito. Ang pag-unawa sa kung ano ang nararamdaman mo ay ang unang hakbang patungo sa mas mahusay na pag-aalaga.

Ano ang nangyayari talaga

Ang CRPS ay isang kumplikadong kondisyon kung saan nakakabit sa posisyong “naka-on” ang mga signal ng sakit ng iyong katawan. Hindi ito simpl sugat lamang. Sa halip, ito ay isang multifactorial na isyu na kinasasangkutan ng iyong mga nerbiyos, immune system, at kahit ang iyong mga gene. Ang iyong surgeon ay nagdi-diagnose nito batay sa iyong history at physical exam, sa paghahanap ng mga partikular na senyales na nagpapakita kung ano ang nagkakamali sa loob ng iyong mga tissue.

Isipin ang iyong mga nerbiyos bilang mga electrical wire na may short-circuit. Ang mga test ay nagpapakita na ang paraan ng iyong pakiramdam ng sakit ay pundamental na nabago kumpara sa mga taong walang kondisyong ito. Ang iyong utak at mga nerbiyos ay maling nag-iinterpret ng mga normal na signal bilang matinding sakit. Ito ang dahilan kung bakit madalas hindi sapat ang epekto ng karaniwang gamot pang-alis ng sakit kapag ginamit mag-isa.

Dahil ang problema ay kinasasangkutan ng maraming iba’t ibang sistema, walang iisang solusyon. Mahalaga ang maagang pagkilala. Kung maagang makakakuha tayo nito, maaari nating gamitin ang mga aktibong paggamot upang bawasan ang risk na maging isyu sa pangmatagalan. Gayunpaman, kahit may mabilisang paggamot, may ilang mga pasyente pa rin na maaaring maranasan ang permanenteng pagbabago sa paraan ng pagganap ng kanilang limb.

Ang mga sintomas na nararamdaman mo—tulad ng pamamaga, pagbabago ng kulay, o sobrang sensitivity—ay resulta ng kalituhan ng mga nerbiyos na ito. Ang iyong katawan ay tumutugon sa isang kinilingang banta na wala naman talaga. Ito ang dahilan kung bakit gumagamit tayo ng mga tool tulad ng Hamilton Inventory upang subaybayan hindi lamang ang iyong sakit, kundi pati na rin kung paano nito naaapektuhan ang iyong pang-araw-araw na buhay at mental na kalusugan.

Habang ang eksaktong sanay ay nananatiling kasalukuyang pinag-aaralan, alam natin na ang pag-iwas dito ay maaaring magdulot ng permanenteng pagkawala ng function. Ito ang dahilan kung bakit gumagamit tayo ng komprehensibong approach. Maaari nating gamitin ang mga gamot tulad ng ketamine o prednisolone upang payain ang mga nerbiyos. Maaari rin nating gamitin ang high-intensity laser therapy upang bawasan ang sakit direkta sa site. Ang mga paggamot na ito ay layuning putulin ang siklo ng sakit bago ito maging permanent.

Ano ang inaasahan

Ang iyong doktor na espesyalista sa buntis (surgeon) ay magdiyagnosis ng kondisyong ito batay sa iyong kasaysayan at isang pisikal na pagsusuri. Mahalaga ang maagang pagkilala at agarang paggamot upang bawasan ang permanenteng pagkawala ng kakayahan. Gayunpaman, kahit may tamang alaga, maaari pa ring maranasan ng iyo ang permanenteng kapansanan at kawalan ng kakayahan. Ang kondisyong ito ay multifactorial, ibig sabihin maraming salik ang kabilang, at patuloy pa ring pinag-aaralan ng mga mananaliksik kung paano ito eksaktong nabubuo.

Kung iiwan itong walang ginagawa, ang tanawin (outlook) ay hindi tiyak. Isang aktibong pamamaraan ng paggamot ang tila nagbabawas ng panganib ng pag-unlad ng pinakakaraniwang anyo ng sindromang ito. Para sa mga mayroon nang kroniko o mahirap gamutin na mga sintomas, malakas na dapat isaalang-alang ang paggamit

ng ketamine. Iba pang mga pagpipilian ay kinabibilangan ng prednisolone, na maaaring gamitin sa mga sitwasyon kung saan wala nang espesyalisadong mga interbensyon. Ang high-intensity laser therapy ay nagbibigay din ng konklusibong ebidensya ng pagbaba ng sakit, kahit pagkatapos lamang ng ikatlong sesyon ng paggamot.

Ang paggaling ay nararamdaman nang iba-iba ng bawat isa. Maaari mong mapansin ang mga pagbabago sa sakit sa loob ng ilang linggo pagkatapos magsimula ng mga terapiya tulad ng laser treatment. Ang quantitative sensory testing ay nagpapakita na ang iyong mga mekanismo ng sakit ay nabago kumpara sa mga healthy controls, na tumutulong sa pagpapaliwanag kung bakit ang mga karaniwang pagsusuri ay maaaring hindi ganap na maipakikita ang iyong karanasan. Ang mga kasangkapan tulad ng Hamilton Inventory ay tumutulong sa pagsubaybay sa iyong mga sintomas, mga limitasyon sa pagganap, at kung paano nakakaaapekto ang kondisyong ito sa iyong pang-araw-araw na buhay.

Habang ang ilang kaso ay nalulutas, ang iba ay nananatili. Ang insidensya ng sindromang ito pagkatapos ng isolated cubital tunnel surgery ay napakababa, na may kabuuang insidensya sa loob ng isang taon na humigit-kumulang 0.33%. Para sa mga fracture ng pulso, ang ulat na insidensya sa loob ng apat na buwan ay nag-iiba-iba depende sa mga pamantayan sa diyagnosis at kung paano pinamahalaan ang fracture. Dahil ang kalidad ng metodolohiya ng mga non-drug treatments para sa mga kaso ng upper limb ay madalas ay mahina, ang iyong doktor na espesyalista sa buntis ay magtatakda ng plano batay sa kung ano ang gumagana para sa iyo. Maging tapat tungkol sa iyong progreso. Ang mga realistickong inaasahan ay tumutulong sa iyo na pamahalaan ang kondisyong ito nang walang maling pangako.