

# Hội chứng Đau Vùng Phức hợp (CRPS)

Trong CRPS, một chi có thể trở nên đau dữ dội, sưng và nhạy cảm quá mức so với tổn thương ban đầu.

Kieran Hirpara © ⓘ ⓘ 4.0



Trang này được dịch bằng máy và chưa được bác sĩ kiểm tra. **Bản tiếng Anh** là bản chính thức.

## Những gì bạn đang cảm nhận

Bạn có thể nhận thấy cơn đau khác với cảm giác đau nhức thông thường. Cơn đau thường bắt đầu ở một bàn tay, cánh tay, bàn chân hoặc cẳng chân. Cơn đau có thể có cảm giác như bỏng rát, đập thình thịch hoặc đâm nhói. Bạn có thể cảm thấy nhạy cảm hơn với việc chạm vào hoặc thay đổi nhiệt độ. Ngay cả quần áo nhẹ hoặc một luồng gió nhẹ cũng có thể gây khó chịu. Điều này xảy ra do các dây thần kinh của bạn gửi các tín hiệu hỗn loạn lên não.

Cơn đau thường trở nên nghiêm trọng hơn vào ban đêm. Cơn đau cũng có thể bùng phát sau khi bạn đã vận động trong ngày. Khi vừa thức dậy, chi của bạn có thể cảm thấy cứng hoặc sưng. Tình trạng cứng này có thể khiến các hoạt động đơn giản trở nên khó khăn. Bạn có thể gặp khó khăn khi với tay ra sau lưng để cài móc áo bra. Việc nhét áo vào quần hoặc cài khuy áo khoác có thể cảm thấy bất tiện và gây đau. Việc nâng vật hoặc cầm nắm đồ vật có thể trở nên khó khăn.

Ngủ nghiêng về phía bị ảnh hưởng thường là không thể. Bạn có thể thấy mình phải thay đổi tư thế thường xuyên để tìm sự thoải mái. Sự khó chịu này có thể cản trở sinh hoạt hàng ngày và giấc ngủ của bạn. Trong khi điều trị sớm giúp giảm nguy cơ mất chức năng vĩnh viễn, một số người vẫn gặp phải những thay đổi kéo dài. Bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ làm việc cùng bạn để quản lý các triệu chứng này. Hiểu rõ những gì bạn đang cảm nhận là bước đầu tiên hướng tới việc chăm sóc tốt hơn.

# Những gì thực sự đang xảy ra

---

CRPS là một tình trạng phức tạp trong đó các tín hiệu đau của cơ thể bạn bị mắc kẹt ở trạng thái “bật”. Đây không chỉ là một vết thương đơn giản. Thay vào đó, đó là một vấn đề đa yếu tố liên quan đến dây thần kinh, hệ miễn dịch và thậm chí cả di truyền của bạn. Bác sĩ phẫu thuật của bạn chẩn đoán tình trạng này dựa trên tiền sử bệnh và khám thực thể, tìm kiếm các dấu hiệu cụ thể cho biết những gì đang xảy ra sai lệch trong các mô của bạn.

Hãy tưởng tượng dây thần kinh của bạn như những dây điện bị chập mạch. Các xét nghiệm cho thấy cách bạn cảm nhận đau bị thay đổi cơ bản so với những người không mắc tình trạng này. Não và dây thần kinh của bạn đang diễn giải sai các tín hiệu bình thường thành cơn đau dữ dội. Đây là lý do tại sao các loại thuốc giảm đau thông thường thường không đủ hiệu quả khi sử dụng đơn độc.

Bởi vì vấn đề liên quan đến nhiều hệ thống khác nhau, nên không có một giải pháp duy nhất. Việc nhận biết sớm là rất quan trọng. Nếu chúng ta phát hiện sớm, chúng ta có thể sử dụng các phương pháp điều trị tích cực để giảm nguy cơ trở thành vấn đề lâu dài. Tuy nhiên, ngay cả với việc chăm sóc kịp thời, một số bệnh nhân vẫn có thể trải qua những thay đổi vĩnh viễn về cách chi của họ hoạt động.

Các triệu chứng bạn cảm thấy—như sưng, thay đổi màu sắc hoặc nhạy cảm cực độ—là kết quả của sự nhầm lẫn thần kinh này. Cơ thể bạn đang phản ứng với một mối đe dọa được cảm nhận là không tồn tại. Đây là lý do tại sao chúng ta sử dụng các công cụ như Bảng điểm Hamilton để theo dõi không chỉ cơn đau của bạn, mà còn cả cách nó ảnh hưởng đến cuộc sống hàng ngày và sức khỏe tinh thần của bạn.

Mặc dù nguyên nhân chính xác vẫn đang được nghiên cứu, nhưng chúng ta biết rằng việc bỏ qua nó có thể dẫn đến mất chức năng vĩnh viễn. Đó là lý do tại sao chúng ta áp dụng cách tiếp cận toàn diện. Chúng ta có thể sử dụng các loại thuốc như ketamine hoặc prednisolone để làm dịu dây thần kinh. Chúng ta cũng có thể sử dụng liệu pháp laser cường độ cao để giảm đau trực tiếp tại vị trí tổn thương. Những phương pháp điều trị này nhằm mục đích phá vỡ chu kỳ đau trước khi nó trở nên vĩnh viễn.

## Những điều cần biết

---

Bác sĩ phẫu thuật sẽ chẩn đoán tình trạng này dựa trên tiền sử bệnh và khám lâm sàng. Việc nhận biết sớm và điều trị kịp thời là rất quan trọng để giảm thiểu mất chức năng vĩnh viễn. Tuy nhiên, ngay cả khi được chăm sóc y tế, bạn vẫn có thể gặp phải tình trạng suy giảm chức năng và tàn tật vĩnh viễn. Tình trạng này có nhiều yếu tố liên quan, nghĩa là có nhiều yếu tố tham gia vào quá trình phát triển bệnh, và các nhà nghiên cứu vẫn đang nghiên cứu chính xác cách thức nó phát triển.

Nếu không được điều trị, tiên lượng là không chắc chắn. Một phương pháp tiếp cận điều trị tích cực dường như làm giảm nguy cơ phát triển dạng phổ biến nhất của hội chứng này. Đối với những người đã có các triệu chứng mạn tính hoặc khó điều trị, nên xem xét nghiêm túc việc sử dụng ketamine. Các lựa chọn khác bao gồm prednisolone, có thể được sử dụng trong các trường hợp không có sẵn các can thiệp chuyên biệt. Liệu pháp

laser cường độ cao cũng cung cấp bằng chứng thuyết phục về việc giảm đau, ngay cả chỉ sau phiên trị liệu thứ ba.

Quá trình hồi phục cảm thấy khác nhau ở mỗi người. Bạn có thể nhận thấy sự thay đổi về mức độ đau trong vòng vài tuần sau khi bắt đầu các liệu pháp như điều trị bằng laser. Kiểm tra cảm giác định lượng cho thấy các cơ chế đau của bạn bị thay đổi so với nhóm đối chứng khỏe mạnh, điều này giúp giải thích tại sao các xét nghiệm tiêu chuẩn có thể không nắm bắt đầy đủ trải nghiệm của bạn. Các công cụ như Bảng câu hỏi Hamilton giúp theo dõi các triệu chứng, giới hạn chức năng và cách tình trạng này ảnh hưởng đến cuộc sống hàng ngày của bạn.

Mặc dù một số trường hợp tự khỏi, những trường hợp khác lại kéo dài. Tỷ lệ mắc hội chứng này sau phẫu thuật đơn thuần kênh khuỷu là cực kỳ hiếm, với tỷ lệ mắc trong một năm khoảng 0,33%. Đối với gãy xương cổ tay, tỷ lệ mắc được báo cáo trong vòng bốn tháng thay đổi tùy thuộc vào tiêu chuẩn chẩn đoán và cách thức quản lý gãy xương. Vì chất lượng phương pháp luận của các điều trị không dùng thuốc cho các trường hợp chỉ trên thương kém, bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ điều chỉnh kế hoạch dựa trên những gì hiệu quả với bạn. Hãy trung thực về tiến triển của bạn. Những kỳ vọng thực tế giúp bạn quản lý tình trạng này mà không có những hứa hẹn sai lầm.