

复杂性区域疼痛综合征（CRPS）

在复杂性区域疼痛综合征（CRPS）中，肢体可能出现剧烈疼痛、肿胀和敏感，其程度远超原始损伤。

Kieran Hirpara © ① ③ 4.0



本页面由机器翻译，尚未经临床医生审核。**英文版本**为权威版本。

您的感受

您可能会注意到疼痛感与普通的酸痛不同。疼痛通常始于单侧的手、手臂、脚或腿。疼痛可能表现为烧灼感、搏动性疼痛或刺痛感。您可能对触觉或温度变化敏感。即使是轻触衣物或微风拂过，也会感到不适。这是因为您的神经向大脑发送了混合信号。

疼痛常在夜间加重。白天活动后也可能出现疼痛加剧。刚醒来时，您的肢体可能感到僵硬或肿胀。这种僵硬会使简单的日常活动变得困难。您可能难以将手伸到背后扣上胸罩。塞衬衫或扣夹克也会感到别扭和疼痛。提举物体或抓握物品可能变得困难。

通常无法在患侧侧卧睡眠。您可能会频繁变换姿势以寻求缓解。这种不适会干扰您的日常活动和休息。虽然早期治疗有助于降低永久性功能丧失的风险，但部分患者仍会经历持续性的改变。您的外科医生将与您合作管理这些症状。了解您的感受是迈向更好治疗的第一步。

实际发生了什么

复杂性区域疼痛综合征（CRPS）是一种复杂的疾病，您的身体疼痛信号持续处于“开启”状态。它不仅仅是一次简单的损伤，而是涉及神经系统、免疫系统甚至遗传因素的多因素问题。您的外科医生会根据您的病史和体格检查来诊断此病，寻找特定体征以判断组织内部出现了何种异常。

可以将您的神经比作发生短路的电线。检测结果显示，与没有此疾病的人相比，您感知疼痛的方式发生了根本性改变。您的大脑和神经将正常信号误读为剧烈疼痛。这就是为什么单纯依靠常规止痛药往往效果不佳的原因。

由于问题涉及多个不同的系统，因此没有单一的解决方案。早期识别至关重要。如果我们能早期发现，就可以通过积极治疗降低其发展为长期问题的风险。然而，即使及时接受治疗，部分患者仍可能出现肢体功能的永久性改变。

您所感受到的症状——如肿胀、颜色改变或极度敏感——都是这种神经功能紊乱的结果。您的身体正在对并不存在的威胁做出反应。这就是为什么我们使用汉密尔顿量表（Hamilton Inventory）来追踪您的疼痛情况，以及疼痛如何影响您的日常生活和心理健康。

虽然确切病因仍在研究中，但我们知道忽视它可能导致永久性功能丧失。这就是为什么我们采取全面的治疗方案。我们可能会使用氯胺酮（ketamine）或泼尼松龙（prednisolone）等药物来抑制神经兴奋。我们也可能使用高强度激光疗法直接在患处减轻疼痛。这些治疗旨在打破疼痛循环，防止其转变为永久性状态。

预期情况

您的外科医生将根据您的病史和体格检查来诊断此疾病。早期识别和及时治疗对于最大限度地减少永久性功能丧失至关重要。然而，即使经过精心治疗，您仍可能经历永久性损伤和残疾。该疾病是多因素的，意味着涉及多种因素，研究人员仍在研究其确切的发展机制。

若不予处理，预后不确定。积极的干预措施似乎可降低发展为该综合征最常见类型的风险。对于已经患有慢性或难治性症状的患者，应充分考虑使用氯胺酮。其他选择包括泼尼松龙，在缺乏专科干预措施的情况下可使用该药。高强度激光疗法也提供了确凿的镇痛证据，甚至在第三次治疗 session 后即可显现效果。

每个人的恢复感受各不相同。您可能在开始激光治疗等疗法后几周内就会注意到疼痛的变化。定量感觉测试显示，与健康对照组相比，您的疼痛机制发生了改变，这有助于解释为何标准测试可能无法完全反映您的体验。汉密尔顿量表（Hamilton Inventory）等工具可帮助追踪您的症状、功能限制以及该疾病对您日常生活的影响。

部分病例可自行缓解，而其他病例则持续存在。单纯肘管手术后发生此综合征的发病率极低，一年总体发病率约为 0.33%。对于腕部骨折，据报道在四个月内发生的发病率因诊断标准和骨折处理方式的不同而有所差异。由于上肢病例非药物治疗的方法学质量通常较差，您的外科医生将根据对您有效的方案制定个性化计划。请如实反馈您的进展。合理的期望有助于您在没有虚假承诺的情况下管理该疾病。