

Νευροπαθητικός πόνος: Αιτίες και τρόποι διαχείρισης



Γράφει η Μαρία Λυσάνδρου, δημοσιογράφος υγείας

Ο νευροπαθητικός πόνος μπορεί να είναι ήπιος ή σοβαρός και να επηρεάζει οποιαδήποτε περιοχή του σώματος. Τι τον προκαλεί, όμως; Και με ποιους τρόπους αντιμετωπίζεται;

Νευροπαθητικός ονομάζεται ο νευρικός πόνος, ο οποίος μπορεί να προκύψει εάν παρουσιαστεί δυσλειτουργία ή βλάβη στο νευρικό σύστημα. Ουσιαστικά, λοιπόν, στον νευροπαθητικό πόνο οι δυσλειτουργικές ή κατεστραμμένες νευρικές ίνες στέλνουν λανθασμένα σήματα στα κέντρα πόνου στο σώμα.

Ο νευροπαθητικός πόνος τείνει να επιδεινώνεται με την πάροδο του χρόνου και να έχει σοβαρό αρνητικό αντίκτυπο στην ποιότητα ζωής των ανθρώπων.

Συμπτώματα

Ένα άτομο που βιώνει νευροπαθητικό πόνο, ενδέχεται να παρουσιάζει ένα ή περισσότερα από τα ακόλουθα συμπτώματα:

- Αρχικό αυθόρμητο πόνο, δηλαδή πόνο που προκύπτει χωρίς προφανή λόγο. Το είδος αυτό του πόνου μπορεί να θυμίζει αίσθημα καψίματος, τσιμπήματος ή να μοιάζει με ηλεκτροπληξία και μυρμήγκιασμα.
- Αλλοδυνία: Αυτό το σύμπτωμα εκδηλώνεται όταν φυσιολογικά ανώδυνα ερεθίσματα, όπως το κρύο, η πίεση ή το βούρτσισμα των μαλλιών, προκαλούν πόνο στο άτομο. Στην ουσία, πρόκειται για μια αυξημένη και οδυνηρή ευαισθησία στο άγγιγμα.
- Υπεραλγησία: Στην υπεραλγησία, επώδυνα ερεθίσματα, όπως η θερμότητα ή τα τσιμπήματα, προκαλούν μια ακραία ή αυξημένη αίσθηση πόνου.
- Υποαλγησία: Αντιθέτως, στην υποαλγησία, ένα κανονικά επίπονο ερέθισμα οδηγεί σε μειωμένη απόκριση στον πόνο. Για παράδειγμα, ένα τσίμπημα δεν πονάει, ενώ θα έπρεπε.
- Δυσαισθησία, κατά την οποία οποιεσδήποτε αισθήσεις βιώνονται ως δυσάρεστες.
- Άλλα συμπτώματα: Ο νευροπαθητικός πόνος μπορεί, επίσης, να συνοδεύεται από διαταραχές στον ύπνο και, επομένως, κόπωση και στρες.

Οι αιτίες του νευροπαθητικού πόνου

Οι πιο κοινές αιτίες του νευροπαθητικού πόνου μπορούν να κατηγοριοποιηθούν ως εξής:

- **Παθήσεις.** Ο νευροπαθητικός πόνος μπορεί να είναι σύμπτωμα ή επιπλοκή πολλών παθήσεων, όπως η σκλήρυνση κατά πλάκας και ο σακχαρώδης διαβήτης. Τα άτομα με διαβήτη εμφανίζουν συχνά απώλεια αίσθησης και μούδιασμα, ακολουθούμενα από πόνο, κάψιμο και τσούξιμο στα άκρα και τα δάχτυλά τους.

Επίσης, οι χημειοθεραπείες και οι ακτινοβολίες για την αντιμετώπιση του καρκίνου μπορούν να επηρεάσουν το νευρικό σύστημα, προκαλώντας ασυνήθιστα σήματα πόνου.

- **Τραυματισμοί.** Οι τραυματισμοί της πλάτης, των ποδιών και των ισχίων ενδέχεται να προκαλέσουν μόνιμη βλάβη στα νεύρα. Και, ενώ ο τραυματισμός επουλώνεται, η βλάβη στο νευρικό σύστημα παραμένει, με αποτέλεσμα τα άτομα να βιώνουν επίμονο πόνο για πολλά χρόνια μετά τον τραυματισμό.

- **Λοιμώξεις.** Οι λοιμώξεις σπάνια προκαλούν νευροπαθητικό πόνο. Ωστόσο, μια τέτοια περίπτωση αποτελεί η μεθερπητική νευραλγία, μια σπάνια επιπλοκή του έρπητα ζωστήρα, η οποία επιφέρει επίμονο νευροπαθητικό πόνο.

- **Άλλες αιτίες.** Μια ασυνήθιστη μορφή νευροπαθητικού πόνου μπορεί να προκύψει όταν ένα άκρο έχει ακρωτηριαστεί, καθώς τα νεύρα κοντά στο ακρωτηριασμένο μέλος αποστέλλουν λανθασμένα σήματα πόνου στον εγκέφαλο.

Παράλληλα, και η ανεπάρκεια βιταμίνης Β, το σύνδρομο καρπιαίου σωλήνα, τα προβλήματα του θυρεοειδούς αδένος και η αρθρίτιδα στη σπονδυλική στήλη μπορεί να σχετίζονται με τον νευροπαθητικό πόνο.

Διαχείριση και θεραπεία

Η θεραπεία του νευροπαθητικού πόνου εξαρτάται από την υποκείμενη αιτία και προσαρμόζεται στα μοναδικά συμπτώματα κάθε ασθενούς.

Στις περισσότερες περιπτώσεις, για την αντιμετώπισή του απαιτείται μια πολύπλευρη προσέγγιση, αποτελούμενη από συνδυασμό φαρμάκων, φυσικοθεραπείας, ψυχολογικής υποστήριξης, ακόμη και χειρουργικής επέμβασης:

- **Φάρμακα.** Μη συνταγογραφούμενα αναλγητικά, αντιεπιληπτικά και αντικαταθλιπτικά φάρμακα θεωρούνται ικανά να ανακουφίσουν τον νευροπαθητικό πόνο, καθώς και τα συμπτώματα άγχους και κατάθλιψης. Ένας γιατρός είναι πιθανό να προτείνει τοπικές θεραπείες (όπως με λιδοκαΐνη ή καψαϊκίνη), οι οποίες μπορεί να προσφέρουν προσωρινή ανακούφιση από τον πόνο.

- **Φυσικοθεραπεία.** Αυτή η προσέγγιση βοηθά στη διαχείριση του πόνου, αλλά και της δυσκαμψίας και δυσφορίας που προκύπτει από αυτόν. Μπορεί, επίσης, να ενθαρρύνει το σώμα να παράγει περισσότερες φυσικές χημικές ουσίες ανακούφισης του πόνου.

- **Χειρουργική επέμβαση.** Σε ορισμένες περιπτώσεις, συστήνεται η χειρουργική επέμβαση. Ο χειρουργός μπορεί να επιδιορθώσει βλάβες σε νεύρα ή ακόμα και να αφαιρέσει ορισμένα νεύρα, προκειμένου να μειώσει ή να εξαλείψει τον πόνο.

- **Ψυχολογική συμβουλευτική.** Συμπληρωματικά προς τις παραπάνω μεθόδους, οι ασθενείς επωφελούνται και από την ψυχολογική συμβουλευτική, δεδομένου ότι τους βοηθά να αντιμετωπίσουν το συναισθηματικό στρες του νευροπαθητικού πόνου.

Πηγές

<https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/15833-neuropathic-pain> last accessed 3/2025

<https://www.healthline.com/health/neuropathic-pain> last accessed 3/2025

Αυτές οι πληροφορίες προορίζονται για γενική πληροφόρηση και ενημέρωση του κοινού και σε καμία περίπτωση δεν μπορούν να υποκαταστήσουν τη συμβουλή ιατρού ή άλλου αρμοδίου επαγγελματία υγείας.

GR-NON-2025-00092-MAR25