

Νευροπαθητικός πόνος: Πώς επηρεάζει την ψυχική υγεία των ασθενών



Γράφει η Μαρία Λυσάνδρου, δημοσιογράφος Υγείας

Οι άνθρωποι που ζουν με νευροπαθητικό πόνο αντιμετωπίζουν μια καθημερινή πρόκληση, καθώς καλούνται να αντιμετωπίσουν, εκτός από τον σωματικό πόνο, και τις επιπτώσεις του στην ψυχική τους υγεία.

Η σχέση του νευροπαθητικού πόνου με την ψυχική υγεία

Στον νευροπαθητικό πόνο, βλάβες ή ασθένειες στο νευρικό σύστημα μπορεί να οδηγήσουν σε αλλοιωμένη μετάδοση των σημάτων του πόνου στον νωτιαίο μυελό και τον εγκέφαλο.

Όταν ο νευροπαθητικός πόνος παραμένει και καθίσταται χρόνιος, επηρεάζει και την ψυχική υγεία ενός ατόμου. Αυτό συμβαίνει επειδή η επεξεργασία του πόνου στον εγκέφαλο είναι πολύπλοκη και μπορεί να ενεργοποιήσει συνδέσεις που σχετίζονται με διάφορες ψυχιατρικές εκδηλώσεις, όπως ο φόβος, το στρες, το άγχος και η κατάθλιψη. Μάλιστα, σε μακροχρόνιες επώδυνες καταστάσεις, ο αντίκτυπος στην ψυχική υγεία αναφέρεται ως «δευτερογενής επίδραση του πόνου».

Ωστόσο, δεν επηρεάζει μόνο ο νευροπαθητικός πόνος την ψυχική υγεία, αλλά και το αντίστροφο. Μεταξύ των δύο καταστάσεων παρατηρείται αλληλεπίδραση, η οποία μπορεί να επιβεβαιωθεί αν εξεταστεί η συννοσηρότητα της νευροπάθειας και των ψυχιατρικών διαταραχών.

Στην πραγματικότητα, γίνεται όλο και πιο εμφανές ότι οι δυσκολίες στη θεραπεία του νευροπαθητικού πόνου οφείλονται εν μέρει σε ψυχιατρικές συννοσηρότητες που επηρεάζουν κυρίως την ποιότητα ζωής. Τέτοιες συννοσηρότητες (συμπεριλαμβανομένης της κατάθλιψης, του άγχους και των διαταραχών που σχετίζονται με το στρες) συνδέονται επίσης συχνά με χαμηλότερη απόκριση στη θεραπεία του νευροπαθητικού πόνου.

Πιο συγκεκριμένα:

- **Νευροπαθητικός πόνος και κατάθλιψη**

Ο νευροπαθητικός πόνος έχει αναφερθεί ότι σχετίζεται με την κατάθλιψη.

Πολλοί από τους ασθενείς με χρόνια πόνο παρουσιάζουν καταθλιπτικές διαταραχές, ενώ και οι ασθενείς που βιώνουν κατάθλιψη έχουν περισσότερες πιθανότητες να αναπτύξουν νευροπαθητικό πόνο.

- **Νευροπαθητικός πόνος και άγχος**

Το άγχος, ως γενικός όρος, περιλαμβάνει μια ομάδα διαταραχών, όπως η διαταραχή άγχους αποχωρισμού, η επιλεκτική αλαλία, οι ειδικές φοβίες, η διαταραχή κοινωνικού άγχους, η διαταραχή πανικού, η αγοραφοβία κ.ά.. Αυτή η ομάδα διαταραχών μοιράζεται ένα κοινό χαρακτηριστικό: τον υπερβολικό φόβο και την ανησυχία.

Επιπλέον, ορισμένες αγχώδεις διαταραχές είναι γνωστές για την ανάπτυξη συμπεριφοράς αποφυγής, στην οποία βασικό γνώρισμα είναι η άρνηση των ατόμων να βιώνουν αγχωτικές καταστάσεις, όπως είναι π.χ. η καθημερινότητα με τον νευροπαθητικό πόνο.

- **Νευροπαθητικός πόνος και στρες**

Η συννοσηρότητα μεταξύ των διαταραχών που σχετίζονται με το στρες και τον πόνο έχει κερδίσει την προσοχή των ειδικών τα τελευταία χρόνια.

Μια σημαντική πτυχή που πρέπει να ληφθεί υπ' όψιν είναι ότι τόσο η αντίληψη, όσο και η απόκριση στο στρες και τον πόνο, επηρεάζονται άμεσα από ψυχολογικούς παράγοντες, όπως το ψυχιατρικό ιστορικό του ατόμου, οι φόβοι, οι πεποιθήσεις και οι στόχοι που έχει.

Για την ακρίβεια, το στρες φαίνεται να συσχετίζεται σε μεγάλο βαθμό με την ένταση του πόνου, καθώς ο φόβος γι' αυτή την οδυνηρή αίσθηση μπορεί να προκαλέσει άγχος, ευερεθιστότητα και κοινωνική απόσυρση.

Συνοψίζοντας, η σχέση μεταξύ νευροπαθητικού πόνου, κατάθλιψης, άγχους και στρες είναι πολύπλοκη και πολύπλευρη. Η επιστημονική έρευνα έχει παράσχει στοιχεία που πιστοποιούν την αμφίδρομη αλληλεπίδραση και τους κοινούς υποκείμενους μηχανισμούς μεταξύ αυτών των συνθηκών.

Πηγές

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

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

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0149763424001428> last accessed April 2025

<https://www.painmanagespecialists.com/blog/living-with-neuropathy-and-what-you-can-do-about-it> last accessed April 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.

