

คู่มือสำหรับผู้ป่วย

อาการปวดเหตุพยาธิสภาพของเส้นประสาทคืออะไร

- Annina B Schmid, PhD, MManipTher, MMACP, MCSP, Nuffield Department of Clinical Neurosciences, Oxford University, UK.
- Eva Sierra-Silvestre, PhD, Nuffield Department of Clinical Neuroscience, University of Oxford, Oxford, UK.
- Fiona Talkington, MSc, MA, D.Litt (Hon), BBC Broadcaster, Writer, Curator.
- Jo Josh, BA, Dip Ed Communications, Consultant & Communications Lead, British HIV Association (BHIVA), UK.
- Whitney Scott, PhD, INPUT Pain Unit, Guy's & St Thomas' NHS Foundation Trust, London, United Kingdom; Health Psychology Section, King's College London, London, UK.
- Giovanni E Ferreira, BPhysio, MSc, PhD, Institute for Musculoskeletal Health, Sydney School of Public Health, Faculty of Medicine and Health, The University of Sydney, Australia.
- Xavier Moisset, MD, PhD, Université Clermont Auvergne, CHU Clermont-Ferrand, Neuro-Dol, Clermont-Ferrand, France.
- Bipin Ghimire, MPT, Kathmandu University School of Medical Sciences/Dhulikhel Hospital, Dhulikhel, Nepal.
- Janneke G J Hoeijmakers, MD, PhD, Department of Neurology, Maastricht University Medical Center+, and Mental Health and Neuroscience Research Institute, Maastricht University, Maastricht, Netherlands.
- Yerlin Natalia Matamoros Sánchez, MD, Pain physician. Universidad de Costa Rica. Caja Costarricense de Seguro Social. San José, Costa Rica.

อาการปวดเหตุพยาธิสภาพของเส้นประสาทคืออะไร

อาการปวดเหตุพยาธิสภาพของเส้นประสาท คือ อาการปวดที่เกิดจากความผิดปกติของเส้นประสาท มีสาเหตุจากการบาดเจ็บหรือโรคของระบบประสาทซึ่งนำสัญญาณกระแสประสาทจากร่างกายไปยังสมอง สามารถอ่านรายละเอียดเพิ่มเติมได้ในเอกสาร "ภาพรวมของอาการปวดเหตุพยาธิสภาพของเส้นประสาทและผลกระทบ (<https://www.iasp-pain.org/resources/fact-sheets/an-overview-of-neuropathic-pain-and-its-impact/>)"

เหตุใดอาการปวดเหตุพยาธิสภาพของเส้นประสาทจึงแตกต่างจากอาการปวดชนิดอื่น

อาการปวดชนิดอื่นมักเกิดจากกล้ามเนื้อ ข้อต่อ หรืออวัยวะภายใน (เช่น อาการปวดท้อง) แต่อาการปวดเหตุพยาธิสภาพของเส้นประสาทเกิดจากความผิดปกติของเส้นประสาทโดยตรง จึงมีลักษณะแตกต่างจากอาการปวดชนิดอื่นอย่างชัดเจน ตัวอย่างเช่น อาการปวดจากกล้ามเนื้อ หรือข้อต่อมักมีลักษณะปวดตื้อหรือปวดเมื่อย

ขณะที่อาการปวดเหตุพหุพยาธิสภาพของเส้นประสาทมักถูกบรรยายว่าเป็นอาการแสบร้อน รู้สึกเสียวซ่า หรือเหมือนไฟฟ้าช็อต และบางครั้งอาจมีอาการคัน ชา หรือรู้สึกเย็นร่วมด้วย แม้อาจมีอาการกล้ามเนื้ออ่อนแรงร่วมด้วยได้ แต่ไม่ได้เกิดขึ้นในทุกคน อาการมักพบที่เท้าหรือมือ แต่ก็อาจเกิดขึ้นที่ส่วนอื่นของร่างกาย เช่น ใบหน้า

ลักษณะที่สร้างความหงุดหงิดรำคาญใจอย่างมากประการหนึ่งของอาการปวดเหตุพหุพยาธิสภาพของเส้นประสาท คือ อาการปวดอาจเกิดขึ้นได้โดยไม่พบสาเหตุที่ชัดเจน อาการปวดอาจเกิดขึ้นอย่างกะทันหัน แม้ในขณะที่กำลังพักผ่อนหรือไม่ได้ทำกิจกรรมใด ๆ ทำให้คาดการณ์หรือควบคุมอาการปวดได้ยาก นอกจากนี้ อาการปวดยังเกิดได้จากสิ่งกระตุ้นที่ปกติไม่ทำให้ปวด เช่น การสัมผัสผิวหนังเบา ๆ หรือเกิดความรู้สึกผิดปกติ เช่น รู้สึกเหมือนมีน้ำไหลผ่านลงมาตามขา แม้ว่าความรู้สึกเหล่านี้จะพบได้บ่อยในผู้ที่มีอาการปวดเหตุพหุพยาธิสภาพของเส้นประสาท แต่สำหรับผู้ที่เพิ่งเริ่มมีอาการเป็นครั้งแรก อาจทำให้รู้สึกวิตกกังวลหรือหวาดกลัวได้ อาการปวดเหตุพหุพยาธิสภาพของเส้นประสาทเป็นทุพพลภาพที่มองไม่เห็น แต่ความรู้สึกปวดนั้นเป็นเรื่องจริง

หากฉันมีอาการปวดเหตุพหุพยาธิสภาพของเส้นประสาท จะเกิดอะไรขึ้น

เส้นประสาทรับความรู้สึกทำหน้าที่ส่งข้อมูลจากร่างกายไปยังสมองในรูปแบบของสัญญาณกระแสประสาท ทำให้เราสามารถรับรู้ความรู้สึกต่าง ๆ ของร่างกาย เช่น การรับรู้ว่าบางสิ่งร้อนหรือเย็น

หากเส้นประสาทรับความรู้สึกได้รับบาดเจ็บ อาจเกิดการตอบสนองได้ 3 ลักษณะ ดังนี้

1. เส้นประสาทส่งสัญญาณกระแสประสาทไม่เพียงพอ ส่งผลให้การรับรู้ความรู้สึกลดลง เช่น การรับสัมผัสลดลง ผู้ที่มีอาการปวดเหตุพหุพยาธิสภาพของเส้นประสาทมักรู้สึกชา คล้ายกับอาการชาหลังได้รับยาชาเฉพาะที่ (เช่น ระหว่างทำฟัน) หรือหลังจากนอนทับแขนเป็นเวลานาน กลไกเกิดจากสัญญาณกระแสประสาทถูกส่งไปยังสมองได้น้อยลง
2. เส้นประสาทส่งสัญญาณกระแสประสาทมากเกินไป เมื่อเกิดขึ้น ผู้ป่วยมักมีอาการเสียวซ่าเหมือนถูกเข็มทิ่ม รู้สึกเหมือนไฟฟ้าช็อต หรือปวดแสบร้อน เมื่อเส้นประสาทส่งสัญญาณกระแสประสาทมากเกินไป ส่งผลให้เกิดอาการปวดได้
3. เส้นประสาทส่งสัญญาณกระแสประสาทมากเกินไปและน้อยเกินไปในเวลาเดียวกัน ในกรณีนี้ ผู้ป่วยมีทั้งอาการชาและอาการปวดร่วมกัน ซึ่งอาจทำให้เกิดความสับสนในการรับรู้ความรู้สึกของตนเอง

อาการปวดเหตุพหุพยาธิสภาพของเส้นประสาทยังส่งผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตโดยรวม ส่งผลให้สุขภาวะทางอารมณ์ลดลง รบกวนการนอนหลับ และการทำกิจวัตรประจำวันเป็นเรื่องยากขึ้น การทำงาน การเข้าสังคม และการทำกิจกรรมต่าง ๆ อาจกลายเป็นเรื่องท้าทาย หากมีอาการปวดเป็นระยะเวลานาน อาการปวดชนิดนี้ส่งผลต่อความรู้สึกที่มีต่อตนเองและความสัมพันธ์กับผู้อื่น

ซึ่งส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตโดยรวมอย่างแท้จริง

จะทราบได้อย่างไรว่าฉันมีอาการปวดเหตุพหุพยาธิสภาพของเส้นประสาทหรือไม่

แพทย์และบุคลากรทางการแพทย์สามารถประเมินได้ว่าคุณมีอาการปวดเหตุพหุพยาธิสภาพของเส้นประสาทหรือไม่ โดย

- ซักประวัติอาการปวดอย่างละเอียด เพื่อประเมินว่าอาการปวดเกิดจากความผิดปกติที่เกี่ยวข้องกับเส้นประสาทหรือไม่ และอาจใช้แบบสอบถามเฉพาะเพื่อช่วยประเมิน
- ตรวจร่างกายอย่างละเอียด ซึ่งอาจรวมถึงการทดสอบและแยกแยะการรับรู้ความรู้สึกของผิวหนังอย่างอ่อนโยน เช่น การสัมผัสเบา ๆ การกด การรับรู้ความแหลมคม ความร้อน ความเย็น หรือการสัมผัสเย็น
- แนะนำการตรวจเพิ่มเติมเพื่อประเมินการทำงานของเส้นประสาท เช่น การตรวจการนำกระแสประสาท การตรวจทางรังสีด้วยคลื่นแม่เหล็กไฟฟ้า หรือในบางกรณีที่พบได้น้อยมาก อาจมีการเก็บตัวอย่างผิวหนังขนาดเล็กเพื่อตรวจเพิ่มเติม

การตรวจเหล่านี้จะช่วยให้แพทย์ประเมินได้ว่า คุณมีโอกาสเป็นอาการปวดเหตุพหุพยาธิสภาพของเส้นประสาทมากน้อยเพียงใด

หากฉันมีอาการปวดเหตุพหุพยาธิสภาพของเส้นประสาท ฉันควรทำอย่างไร

ก่อนเข้าพบแพทย์หรือบุคลากรทางการแพทย์การจดบันทึกอาการปวดและข้อกังวลที่ส่งผลกระทบต่อชีวิตของคุณมากที่สุดอาจเป็นประโยชน์ เช่น อาการปวดแสบร้อนที่เท้าอาจรบกวนการนอนหลับหรือการนอนหลับ

หรือคุณอาจกังวลเกี่ยวกับสาเหตุของอาการปวดและสงสัยว่าอาการปวดนั้นเกี่ยวข้องกับโรคหรือภาวะสุขภาพอื่นหรือไม่

คุณอาจเตรียมคำถามที่จะสอบถามแพทย์ไว้ล่วงหน้า เช่น

- ทำไมฉันจึงมีอาการปวดเหตุพหุพยาธิสภาพของเส้นประสาท
- ฉันสามารถทำอะไรเพื่อบรรเทาอาการปวดได้บ้าง
- คุณสามารถช่วยดูแลและรักษาอาการปวดได้อย่างไร
- อาการปวดนี้จะส่งผลกระทบต่อฉันในอนาคตอย่างไร

เนื่องจากสาเหตุของอาการปวดเหตุพหุพยาธิสภาพของเส้นประสาทมีได้หลายประการ แนวทางการรักษาจึงแตกต่างกันไปตามสาเหตุ ดังนั้นการขอคำแนะนำจากแพทย์และบุคลากรทางการแพทย์จึงเป็นสิ่งสำคัญ โดยอาจมีการแนะนำการรักษาด้วยยา กายภาพบำบัด หรือการดูแลด้านจิตใจในบางกรณีที่ไม่พบไม่บ่อย อาจแนะนำให้รักษาด้วยการผ่าตัด ซึ่งมักพิจารณาเมื่อมีสาเหตุของอาการปวดเส้นประสาทที่ชัดเจน เช่นภาวะหมอนรองกระดูกสันหลังทับเส้นประสาทที่มีกล้ามเนื้อไขว่ของไขว่อย่างชัดเจนร่วมด้วย

เมื่อพิจารณาเกี่ยวกับทางเลือกในการรักษา การตั้งคำถามอาจช่วยให้คุณตัดสินใจได้ดียิ่งขึ้น เช่น

- ฉันจำเป็นต้องได้รับการตรวจหรือการรักษาหรือไม่
- การตรวจหรือการรักษานี้มีความเสี่ยงอะไรบ้าง
- มีทางเลือกอื่นที่ง่ายกว่าและปลอดภัยกว่าหรือไม่
- หากไม่ได้รับการตรวจหรือการรักษา จะเกิดอะไรขึ้น
- มีค่าใช้จ่ายเท่าใด

ฉันสามารถหาข้อมูลเพิ่มเติมได้จากที่ใด

ตัวอย่างแหล่งข้อมูลที่เป็นประโยชน์สำหรับผู้ที่มีอาการปวดเหตุพหุพยาธิสภาพของเส้นประสาท

- ****วิดีโอสั้น**** ที่อธิบายประสบการณ์การใช้ชีวิตของผู้ที่มีอาการปวดเหตุพหุพยาธิสภาพของเส้นประสาท: <https://www.bbc.co.uk/ideas/videos/whats-the-point-of-pain/p0qbsv0y>
- ****พอดแคสต์**** ที่นำเสนอแง่มุมต่าง ๆ เกี่ยวกับอาการปวดเหตุพหุพยาธิสภาพของเส้นประสาท จากมุมมองของผู้ที่มีอาการปวด นักวิจัย และบุคลากรทางการแพทย์: <https://www.painstorm.co.uk/paincast>
- **ลิงก์ต่อไปยังรวบรวมแนวทางปฏิบัติและแหล่งข้อมูลที่เป็นประโยชน์ในการจัดการความคิด ความรู้สึก การทำกิจกรรม และการเคลื่อนไหวสำหรับผู้ที่มีอาการปวดเรื้อรัง**
 - <https://livewellwithpain.co.uk/resources-for-people-with-pain/>
 - <https://psyche.co/guides/how-to-use-tools-from-act-to-live-with-persistent-pain>
 - <https://ppa.csp.org.uk/content/links-people-living-pain>
- ****5 คำถามที่ควรถามแพทย์และบุคลากรทางการแพทย์ ก่อนเริ่มการรักษาหรือหัตถการใหม่****
<https://www.choosingwisely.org.au/assets/CW1924b-Web-5-questions-to-ask-your-doctor-before-you-get-any-test-treatment-or-procedure.pdf>

การเปิดเผยผลประโยชน์ทับซ้อน (Disclosures)

ABS ได้รับการสนับสนุนทุนวิจัยจาก Wellcome Trust และ UK Research and Innovation (UKRI) และเป็นที่ปรึกษาให้กับ MoreGoodDays

ESS ได้รับการสนับสนุนจาก Wellcome Trust [222101/Z/20/Z]

WS ได้รับทุนวิจัยจาก Medical Research Council (MRC) และ Versus Arthritis สำหรับโครงการวิจัย PAINSTORM Neuropathic Pain Consortium (MR/W002388/1) ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของ Advanced Pain Discovery Platform นอกจากนี้ WS

เคยได้รับการสนับสนุนค่าเดินทางเพื่อเข้าร่วมการประชุมวิชาการจาก British Pain Society และ Neuropathic Pain Special Interest Group (NeuPSIG) ของ International Association for the Study of Pain (IASP)

GEF ไม่มีผลประโยชน์ทับซ้อนที่ต้องเปิดเผย

XM ได้รับค่าตอบแทนส่วนบุคคล (personal fees) จาก Allergan-AbbVie, Aptis Pharma, Biogen, BMS, Grünenthal, Haute Autorité de Santé, Lilly, Lundbeck, Teva, Merck-Serono, Novartis, Orion, Pfizer, Roche และ Sanofi-Genzyme ได้รับทุนวิจัยจาก APICIL, Région Auvergne-Rhône-Alpes และ

Contrat Interface Inserm และได้รับการสนับสนุนที่ไม่ใช่ตัวเงิน (non-financial support) จาก SOS Oxygène ซึ่งทั้งหมด
ไม่เกี่ยวข้องกับงานที่นำเสนอในบทความนี้

BG ได้รับทุนสนับสนุนค่าเดินทาง (travel grant) เพื่อเข้าร่วมและนำเสนอผลงานในการประชุม NeuPSIG ครั้งที่ 9

JGJH ได้รับทุนวิจัยจาก Prinses Beatrix Spierfonds (W.OK17-09, W.TR22-01 และ W.OR24-04) ซึ่งไม่ได้เกี่ยวข้องกับงานที่นำเสนอในบทความนี้

YMS ได้รับค่าตอบแทนส่วนบุคคลจาก Grünenthal แต่ไม่เกี่ยวข้องกับงานที่นำเสนอในบทความนี้

Translated into Thai by:

- Pornpan Chalermkitpanit, MD, PhD
Department of Anesthesiology, Faculty of Medicine, Chulalongkorn University, Bangkok, Thailand
- Urairat Siriwatvejakul, M.D., Department of Physical Medicine and Rehabilitation, Medpark Hospital, Bangkok, Thailand.