



<https://printo.it/pediatric-rheumatology/TH/intro>

## กลุ่มอาการปวดแขนขา (LIMB PAIN SYNDROMES)

ฉบับแปลของ 2016

### 3. กลุ่มอาการเจ็บปวดเฉพาะที่แบบซับซ้อนชนิดที่ 1 (Complex Regional Pain Syndrome Type 1)

(ชื่ออื่น: Reflex Sympathetic Dystrophy, Localized Idiopathic Musculoskeletal Pain Syndrome)

#### 3.1 คือโรคอะไร?

โรคที่มีอาการเจ็บปวดของแขนขาอย่างรุนแรงโดยไม่ทราบสาเหตุ ร่วมกับการเปลี่ยนแปลงของผิวหนังบริเวณนั้น

#### 3.2 พบบ่อยแค่ไหน?

ไม่ทราบความชุกที่แน่นอน แต่พบมากในช่วงวัยรุ่น (อายุเฉลี่ยที่เริ่มมีอาการคือ 12 ปี) และมักพบในเพศหญิง

#### 3.3 อาการหลักที่พบคืออะไร?

ส่วนใหญ่มีอาการปวดแขนหรือขาอย่างรุนแรงมาเป็นระยะเวลานาน ไม่ตอบสนองต่อการรักษาที่เคยได้รับ และอาการปวดเพิ่มมากขึ้นเรื่อยๆ ทำให้ไม่สามารถใช้งานแขนขาส่วนนั้นได้ การรับรู้สัมผัสที่ไม่ทำให้เกิดอาการเจ็บปวดในคนทั่วไป เช่น การสัมผัสเบาๆ อาจทำให้ผู้ป่วยกลุ่มนี้รู้สึกเจ็บปวดมาก เรียกภาวะนี้ว่า "อัลโลไดเนีย (allodynia)" อาการเหล่านี้มีผลต่อการทำกิจกรรมในชีวิตประจำวัน ทำให้ผู้ป่วยเหล่านี้ต้องขาดเรียนบ่อยๆ ต่อมาผู้ป่วยส่วนหนึ่งจะมีการเปลี่ยนแปลงของสีผิว (ซีดหรือม่วง) เปลี่ยนแปลงของอุณหภูมิ (มักเย็นลง) หรือเหงื่อออกมากขึ้น อาจพบว่าการบวมของแขนขา ในบางครั้งแขนขาอาจอยู่ในท่าทางที่ผิดปกติหรือไม่ยอมเคลื่อนไหวแขนขาส่วนนั้น

#### 3.4 วินิจฉัยได้อย่างไร?

ในช่วงที่ผ่านมามีหลายชื่อที่ถูกตั้งขึ้นเพื่อเรียกกลุ่มอาการนี้

---

แต่ปัจจุบันแพทย์เรียกกลุ่มอาการนี้ว่ากลุ่มอาการเจ็บปวดเฉพาะที่แบบซับซ้อน และได้มีการตั้งเกณฑ์การวินิจฉัยต่างๆ เพื่อช่วยในการวินิจฉัยโรค การวินิจฉัยขึ้นอยู่กับลักษณะอาการปวด (ประวัติการเจ็บปวดที่รุนแรงเป็นระยะเวลานาน ทำกิจกรรมต่างๆ ได้น้อยลง ไม่ตอบสนองต่อการรักษา และการมีอัลโลไดเนีย) และการตรวจร่างกาย เนื่องจากประวัติและสิ่งที่ตรวจพบค่อนข้างมีลักษณะเฉพาะในโรคนี้ ดังนั้นแพทย์และกุมารแพทย์ทั่วไปควรรักษาโรคอื่นๆ ที่สามารถทำให้มีอาการเช่นนี้ได้ ก่อนส่งรักษาต่อกับกุมารแพทย์เฉพาะทางโรคข้อ ส่วนผลการตรวจเลือดและการตรวจเอกซเรย์ด้วยคลื่นแม่เหล็กไฟฟ้านั้นจะไม่พบความผิดปกติใด

### 3.5 รักษาอย่างไร?

วิธีการรักษาที่ดีที่สุดคือ

การออกกำลังกายด้วยวิธีที่ถูกต้องและควบคุมโดยนักกายภาพบำบัดและนักกิจกรรมบำบัด อาจรวมกับการทำจิตบำบัด การรักษาอื่นที่มีใช้แต่ยังไม่ทราบผลการรักษาที่แน่นอน เช่น การใช้ยาลดอาการซึมเศร้า การสะท้อนกลับทางชีวภาพ (biofeedback) การใช้ไฟฟ้ากระตุ้นเส้นประสาทผ่านทางผิวหนังเพื่อลดความเจ็บปวด การปรับพฤติกรรม เป็นต้น โดยอาจใช้เพียงวิธีเดียวหรือหลายวิธีร่วมกัน ส่วนการใช้ยาลดอาการเจ็บปวดนั้นมักไม่ได้ผล สำหรับการรักษาอื่นๆ และสาเหตุที่ชัดเจนของโรคยังอยู่ในขั้นตอนการศึกษาวิจัย การรักษาเป็นเรื่องยากสำหรับทุกคนที่มีส่วนร่วม ไม่ว่าจะเป็นตัวเด็กเอง ครอบครัว หรือทีมรักษา การบำบัดทางด้านจิตใจเป็นสิ่งสำคัญเนื่องจากผู้ที่เป็นโรคนี้จะมีอาการเครียด สาเหตุสำคัญที่ทำให้การรักษาไม่ได้ผลคือการที่คนในครอบครัวไม่ยอมรับโรคที่เป็นและไม่ให้ความร่วมมือทำตามแนวทางการรักษา

### 3.6 การพยากรณ์โรคเป็นอย่างไร?

ผู้ป่วยเด็กมีการพยากรณ์โรคที่ดีกว่า และส่วนใหญ่หายเร็วกว่าผู้ใหญ่ อย่างไรก็ตามการรักษาโรคนี้จำเป็นต้องใช้เวลานานและระยะเวลาในการรักษาในแต่ละคนก็แตกต่างกัน โดยในรายที่ยังวินิจฉัยได้เร็วและให้การรักษาเร็ว ก็จะมีการพยากรณ์โรคที่ดีกว่า

### 3.7 การใช้ชีวิตประจำวันเป็นอย่างไร?

เด็กควรได้รับการสนับสนุนให้ทำกิจกรรมและออกกำลังกายตามปกติ ไปโรงเรียนสม่ำเสมอ และร่วมทำกิจกรรมเวลาวางกับเพื่อนๆ