

درد عصبی از آسیب حاصله به سیستم عصبی، از جمله طناب نخاعی، ناشی می‌شود. عصب‌های آسیب‌دیده پیام‌های اشتباه به مغز می‌فرستند. مغز این پیام‌ها را به‌عنوان پیام درد یا ناراحتی معنی می‌کند. درد عصبی امکان دارد در نواحی اتفاق افتد که فرد هیچ‌گونه حس دیگری ندارد. این دردها ممکن است چند هفته یا چند ماه پس از بروز صدمه به طناب نخاعی ایجاد شود.

### درد عصبی چگونه ایجاد می‌شود

طناب نخاعی سیگنال‌هایی از بدن فرد به مغز وی ارسال می‌کند. این سیگنال‌ها از رشته‌های عصبی موسوم به مسیرهای نخاعی فرستاده می‌شود. هریک از این مسیرها مانند سیم‌هایی است که اطلاعات خاصی را از مناطق مختلف بدن به مغز انتقال می‌دهد، اطلاعاتی از قبیل فشار، تماس، موقعیت بدن، دما و درد. پس از بروز آسیب نخاعی، مسیر دردی که آسیب‌دیده است یکسری پیام‌های اشتباه به مغز ارسال می‌کند. این امر امکان دارد ناشی از وجود یک مدار آسیب‌دیده در طناب نخاعی فرد باشد. فرد این ارتباط اشتباه در طناب نخاعی را به‌عنوان درد اعضای مختلف بدن خود حس می‌کند. اگرچه ممکن است فرد درد را در پاها یا بازوهای خود حس کند، درد عصبی در واقع از اعصاب یا طناب نخاعی وی ناشی شده است.

### درد عصبی چگونه حس می‌شود

انواع درد عصبی عبارت است از:

- احساس سوزش
- احساس مورمور
- احساس سوزن سوزن شدن
- خارش
- احساس فشردگی
- احساس سرما
- احساس گزگز شدن
- تیر کشیدن
- شوک الکتریکی

آسیب عصبی باعث می‌شود فرد نسبت به عوامل غیردردناک حساس باشد. حتی تماس پوست بدن با لباس فرد عصبی ممکن است برای وی دردناک باشد. گاهی اوقات عوامل بسیار جزئی دردناک، مانند احساس گزگز شدن، ممکن است برای فرد دردناکتر از معمول باشد.

صحبت درباره میزان درد: هنگام صحبت با پزشک خود، می‌توانید میزان درد خود را با استفاده از محور ♦ تا ♦ ۱۰ زیر بسنجید:



### درد عصبی در کدام نقطه از بدن ایجاد می‌شود

احساس درد عصبی در یک نقطه خاص از بدن اغلب به معنای این نیست که نقطه مزبور منشأ درد است. برخلاف درد ناشی از بریدگی یا کوفتگی، درد عصبی در عصب آسیب‌دیده ایجاد می‌شود. برخلاف آنچه فرد احساس می‌کند، درد عصبی در پوست، ماهیچه، یا مفاصل فرد ایجاد نمی‌شود.

یک نمونه رایج دردهای عصبی رایج این است که فرد پس از چهارزانو نشستن به مدت طولانی احساس "به خواب رفتگی" در پا می‌کند. این احساس حاصل فشاری است که به عصب زانوی فرد وارد شده است. پس از "رفع احساس به خواب رفتگی"، فرد احساس بی‌حسی و سوزن سوزن شدن در پای خود می‌کند.

"درد ناشی از ضربه دیدن آرنج" یک نمونه دیگر از این نوع دردها است. هنگامی که آرنج فرد ضربه می‌بیند در واقع عصب اولنار فرد آسیب پیدا می‌کند. ضربه به این عصب ممکن است باعث ایجاد احساس سوزن سوزن شدن، بی‌حسی و احساس سوزش در دست افراد نزدیک به مچ و انگشت کوچک دست شود. زیرا بخش‌هایی از دست فرد از طریق عصب اولنار با مغز وی ارتباط برقرار می‌کند. با آن‌که آرنج فرد ضربه دیده است، وی درد را در ناحیه دیگر احساس می‌کند.

پس از آسیب‌دیدگی نیز، درد عصبی در طناب نخاعی به شیوه بسیار مشابهی ایجاد می‌شود. تفاوت این نوع درد با درد ناشی از ضربه دیدن آرنج این است که مسیرهای آسیب‌دیده در طناب عصبی فرد به‌طور مداوم اطلاعات درد به مغز ارسال می‌کند.

درد عصبی ممکن است در نواحی ایجاد شود که فرد به‌واسطه آسیب‌دیدگی طناب عصبی هیچگونه احساس دیگری در آن ناحیه ندارد. درد در آن نواحی از بدن ایجاد می‌شود که به مسیرهای آسیب‌دیده متصل است.

صحبت درباره درد خود: توضیح دهید که کدام نقطه از بدن شما درد می‌کند. درد در کدام نقطه از بدن شما آغاز می‌شود و در کدام نقطه قطع می‌شود؟

### هنگامی که درد عصبی ایجاد می‌شود

امکان دارد درد عصبی بلافاصله پس از آسیب‌دیدگی طناب عصبی ایجاد نشود. درد ممکن است چند هفته بعد آغاز شود و تا چند ماه یا چند سال ادامه پیدا کند. درد عصبی باید از همان ابتدا درمان شود زیرا این امر در جلوگیری از تشدید آن موثر است.

به الگوی درد عصبی خود توجه کنید. اینگونه دردها امکان دارد به‌طور پیوسته و مقطعی طی روز یا شب وجود داشته باشد. برخی از عوامل ممکن است باعث تشدید درد در افراد شود. این عوامل عبارت است از بیماری، عفونت، کم‌خوابی یا حتی ناراحتی.

درباره درد خود: الگوی درد خود را با پزشک خود در میان بگذارید. پرسشهای زیر را از خود بپرسید:

- چه ساعتی از روز درد بیشتری دارید؟
- درد شما چه مدت طول می‌کشد؟
- آیا مداوم است یا مقطعی است؟

### درمانهای درد عصبی

بهترین روش برای درمان درد عصبی بهرگیری از روش‌های مختلف است. شما و تیم مراقبت از سلامت شما باید ترکیبی از داروها و سایر روش‌های درمانی مناسب برای درد مزبور را امتحان کنید.

### داروهای مناسب درد عصبی

داروهای درد عصبی با داروهای سایر دردها تفاوت دارد. داروهایی که برای درمان دردهای ناشی از عفونت، سردرد و آسیب-دیدگی عمومی استفاده می‌شود برای درمان درد عصبی چندان موثر نیست. چند نوع داروی متفاوت برای درمان درد عصبی وجود دارد. نحوه واکنش افراد مختلف به این داروها متفاوت است. پیدا کردن داروی مناسب و میزان مصرف آن ممکن است طول بکشد و بیمار باید صبور باشد. گاهی اوقات ممکن است چند روز طول بکشد تا دارو تأثیر کند.

- پرهگابالین (لیریکا) و گاباپنتین (نرونن) اغلب نخستین داروهایی است که پزشک تجویز می‌کند. این داروهای ضد تشنج که برای جلوگیری از تشنج تجویز می‌شود برای درمان درد عصبی نیز موثر است.
- برخی از داروهای ضدافسردگی (مانند آمیتریپتیلین) نیز برای درمان درد عصبی در برخی افراد موثر است.

پزشک ممکن است داروی مسکن کوتاه مدت برای شما تجویز کند تا در مواقع لزوم مصرف کنید. این داروها موسوم به داروهای دستیابی به موفقیت است. این داروها زمانی تجویز می‌شود که درد شما عود می‌کند یا تشدید (درد دستیابی به موفقیت) می‌شود.

### سایر استراتژی‌ها

طب سوزنی و دستگاه تنس (دستگاه تحریک الکتریکی عصب) از جمله درمان‌های مناسب کاهش درد عصبی است. ورزش نیز در کاهش دردهای طولانی مدت موثر است. از درمانگر خود بپرسید که چه درمانی برای شما موثر است.

### مقابله با درد عصبی طولانی مدت

امکان دارد درد شما پس از استفاده از دارو و سایر روش‌های درمانی به‌طور کامل درمان نشود. اگر یاد بگیرید چگونه با درد خود مقابله کنید درد کمتری حس خواهید کرد و کمتر در زندگی شما اختلال ایجاد می‌شود. روش‌های تمدد اعصاب، دارو و مدیریت استرس نیز به شما کمک خواهد کرد. شرکت در فعالیت‌های اجتماعی و تفریحی نیز در زمان شما موثر خواهد بود. استراتژی‌های بسیار دیگری نیز برای مقابله با درد وجود دارد. جهت کسب اطلاعات بیشتر، به جزوه نکات اساسی در مورد طناب نخاعی: [مقابله با درد طولانی مدت](#) مراجعه کنید.

**یادداشت روزانه درد:** اگر هر روز درد دارید، آن را یادداشت کنید. این امر به شما کمک می‌کند که به یاد داشته باشید در روزها و هفته‌های اخیر چه اتفاقی برای شما روی داده است. همچنین پزشک شما با مطالعه این یادداشت روزانه می‌تواند متوجه شود که درمان‌های تجویزی وی تا چه حد موثر بوده است.

پزشکی	جهت کسب اطلاعات بیشتر با پزشک یا پرستار خود مشورت کنید.
www.SpinalCordEssentials.ca SCE2-Gc2-2015-11-04	نسخه اصلی نوشته شده توسط Carol Scovill - Toronto Rehab - 2015 University Health Network. همه حقوق محفوظ است. عیارت سلب مسئولیت: اطلاعات تنها بمنظور آموزش ارائه شده است. در مورد نگرانیهای خاص یا درمانهای پزشکی با متخصص دارای صلاحیت پزشکی مشورت نمایید. University Health Network هیچ مسئولیتی در رابطه با هر گونه خسارت یا آسیب ناشی از اشتباه یا حذف مطالب در این نوشته را برای خود مفروض نمی‌داند و مسئولیت را از خود سلب می‌نماید.