



Complex Regional Pain Syndrome

Arbetsterapi och Fysioterapi



Vad är CRPS?

CRPS är en förkortning på "Complex Regional Pain Syndrome" och är ett långvarigt, **men ofta övergående** smärttillstånd som vanligen drabbar en arm eller ett ben efter skada eller operation. Detta syndrom orsakar smärta som inte står i proportion till skadan. Flera andra symptom kan också förekomma så som:

- Svullnad
- Stelhet i fingerleder och axel
- Förändrad känslighet i huden för kyla/värme, beröring och/eller tryck
- Ökad/minskad svettning
- Ökad hårväxt eller färgförändringar i huden på den drabbade kroppsdel
- Svaghet och/eller darrningar
- Förtunning av hud eller naglar

Vad är orsaken?

Orsaken är inte klarlagd men man kan se en förändring av nervsignaler till och från det skadade området. Man kan inte i förväg veta vem som kommer att drabbas av CRPS. Men det finns en ökad förekomst hos kvinnor, rökare och diabetiker.

Behandling

Den terapeutiska behandlingen syftar till att behandla ödem (svullnad), smärta och rörelseinskränkning. Det är du som står i fokus och det är viktigt att du förstår vad behandlingen går ut på för att kunna vara delaktig.

Den viktigaste delen i behandlingen är att du så snart som möjligt kommer igång med att använda din hand i lättare vardags-aktiviteter, samt att du utför den träning som du och din arbetsterapeut och/eller fysioterapeut kommer överens om. Arbeta korta pass med varierande övningar och med pauser. Försök även att återgå till aktiviteter som du mår bra av.

Vid behov kan en stödskena vara aktuell som smärtlindring på natten och ibland kan det även vara aktuellt dagtid.

Att vara tillräckligt smärtlindrad är också viktigt för att du ska kunna fullfölja behandlingen, använda handen i vardagen och för att kunna sova. Behandlande läkare kan bidra till smärthanteringen med hjälp av medicinering.

Kontakt:

Arbetsterapi Mölndal
Göteborgsvägen 31
431 30 Mölndal
Hus T
Telefon: 031-343 10 36

Fysioterapi Mölndal
Göteborgsvägen 31
431 30 Mölndal
Hus T
Telefon: 031-343 14 64

För kontakt med Primärvården - gå in på www.1177.se och sök den mottagning som passar dig.

Levnadsvanor som rör mat, alkohol, tobak och fysisk aktivitet har stor betydelse för hur du mår. På 1177.se finns information, tester, råd och handlingsplaner för dig som vill veta mera om detta.

Bildkälla:

Broschyr nummer: 120

Ansvarig utgivare: Sahlgrenska Universitetssjukhuset
Arbetsterapi och Fysioterapi
Hus S, plan 4, 431 80 Mölndal
Växel 031-342 10 00
Version 1, 2019-03-05