



## Information till dig med CRPS

Komplext regionalt smärtsyndrom (CRPS) är ett långvarigt tillstånd av smärta som kan uppstå efter en skada eller operation. Karaktäristiskt är att smärtan inte står i proportion till skadan.

### Symtom

- Stelhet i fingerlederna
- Svullnad
- Överkänslighet i huden för kyla, värme, blåst, beröring eller tryck
- Ökad eller minskad svettning
- Försvagning och darrningar
- Förtunning av hud eller naglar
- Ökad hårväxt på den drabbade kroppsdel

### Orsak

Det är fortfarande oklart vad som utlöser syndromet och vem som drabbas. Man har däremot kunnat bekräfta en förändring av nervsignalerna till och från det skadade området.

### Behandling

Det är viktigt att så snabbt som möjligt komma igång och använda handen i lättare vardagsaktiviteter. Ha respekt för smärtan och använd stödjande ortos vid behov. Tänk på att ta micropauser ofta och lite längre pauser regelbundet. Om du ordinerats smärtmedicin är det viktigt att äta denna för att kunna använda handen så mycket som möjligt.

Behandlingsplanen via ergoterapin görs upp individuellt men kan innehålla:

- Ödembehandling
- Aktiv och passiv rörelseträning
- Utprovning av stödjande ortos
- Känselträning eller härdning av smärtande område
- Spegelträning

Det går att bli fri från symtomen men rehabiliteringstiden är ofta lång trots tidig behandling.