

如何应对 周围神经病变

周围神经病变是指控制手臂、腿部、手部和脚部感觉与运动的神经受损。这种病症也称为神经病变。



癌症患者神经病变的成因是什么？

化疗是最常见的神经病变诱因之一。神经病变症状是否出现以及严重程度取决于患者接受的化疗类型、剂量及给药频率。随着治疗的持续或剂量的增加，神经病变往往会加重。

其他可能诱因包括：

- 其他癌症治疗手段，如手术或放疗
- 肿瘤压迫神经
- 影响神经的感染
- 脊髓损伤
- 糖尿病
- 过量饮酒
- 带状疱疹
- 维生素 B 水平低下
- 某些自身免疫性疾病
- HIV (人类免疫缺陷病毒) 感染
- 血液循环不良 (外周血管疾病)



神经病变有何症状？

神经病变的症状主要影响手脚，有时会蔓延至手臂或腿部。可能出现以下感觉：

- 刺痛感 (或“针扎感”)
- 灼热或发热感

- 麻木
- 虚弱无力
- 不适或疼痛
- 因冷热感知能力下降导致的出汗或畏寒
- 腿部和脚部抽筋



如何治疗神经病变？

治疗主要目的是化解神经病变引发的疼痛。研究人员正在探索最有效的止痛药物。可能需要尝试多种治疗方案才能找到最适合您的方法。

可能有效的药物及其他疗法包括：

- 含麻醉药的贴剂或乳膏，可直接涂抹于疼痛部位 (如 lidocaine 贴剂或 capsaicin 乳膏)
- 抗抑郁药物 (通常剂量低于治疗抑郁症的剂量)
- 抗癫痫药物，用于缓解其他类型的神经痛
- 阿片类药物或麻醉剂 (适用于剧烈疼痛)
- 其他疗法，如神经电刺激、理疗或职业治疗、放松疗法或针灸

请一定与您的癌症治疗团队密切合作来共同应对神经病变，这一点至关重要。若症状太猛烈或过于严重，您的癌症治疗团队可能会暂时停止化疗或调整剂量。



如何帮助应对神经病变？

目前尚无确切方法预防神经病变。这是部分患者常见的问题，症状可能在治疗结束后持续数周、数月甚至数年。

但是，您可采取措施缓解症状。请立即开始应对神经病变以防止可能无法逆转的长期损伤。

- 遵照癌症治疗团队指导服用止痛药。多数止痛药在疼痛加剧前服用效果最佳。
- 注意预防损伤，避免可能加剧症状的行为，例如徒手接触过热或过冷物品，或穿着过紧的衣物鞋履。
- 若患有糖尿病，请严格控制血糖以防止神经进一步受损。
- 若手部出现神经病变，使用刀具、剪刀、美工刀等尖锐物品时务必格外谨慎。仅在能全神贯注操作时使用。
- 做清洁工作、户外劳动或维修时请佩戴手套保护双手。

- 保护您的双脚。每日检查双脚是否有伤口或溃疡。
- 行走时务必穿着能完全覆盖脚的鞋子，居家亦然。请癌症治疗团队推荐护足鞋款或专用鞋垫。若行走时易跌倒，请确保有支撑措施。走廊及浴室安装扶手可助保持平衡，助行器或拐杖也能提供额外的支撑辅助。
- 夜间起身时使用夜灯或手电筒照明。
- 防范烫伤风险。将热水器温度范围设定在 105°F 至 120°F，降低洗手时烫伤的风险。
- 取放热菜、烤架或热锅时请戴烤箱手套及隔热垫。
- 沐浴时请用温度计检测水温。
- 避免饮酒，酒精会加重症状。



何时应与癌症治疗团队沟通

请向癌症护理团队报告您感受到的神经病变变化。请告知您何时注意到变化、您有哪些症状以及哪些因素会使症状恶化或好转。



要了解更多信息并获得支持，请访问美国癌症协会网站：
cancer.org/chinese 或致电 **1-800-227-2345**。我们随时为您提供帮助。