American Cancer Society®
Every cancer. Every life.®

如何应对
周围神经病变

What to Do for Peripheral Neuropathy - Chinese

周围神经病变 (也称为 PN、神经病变、化疗诱发的周围神经病变或 CIPN) 是指控制我们手臂、腿、手和脚的感觉和运动神经的损伤。一些化疗药物可引起周围神经病变。

可能没有预防 CIPN的方法, 但如果您的手或脚有以下感觉, 请务必致电您的癌症医护团队 ：

- 刺痛 (或“针刺”感)
- 灼热或温暖的感觉
- 麻木
- 虚弱
- 不适或疼痛
- 感觉冷热的能力下降
- 抽筋 (脚

是什么导致了癌症患者的神经病变?

某些类型的化疗药物可引起 CIPN。CIPN 发病时间及其严重程度取决于化疗的剂量和频率。随着化疗的进行或剂量的增加, 状况通常会恶化。

以下也可能引起神经病变

- 其他癌症治疗, 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
- 酗酒
- 带状疱疹
- 缺乏维生素B
- 一些自身免疫性疾病
- HIV (人类免疫缺陷病毒) 感染
- 血液循环不良 (外周血管疾病)

应对 CIPN 的提示

到目前为止, 还没有确定的方法可以预防 CIPN。对于某些人来说, 这是一个常见的问题, 可能会在治疗结束后持续数周、数月甚至数年。您可以采取一些措施来控制症状。这些措施必须立即开始, 以防止不可逆转的长期损害。

- 按照癌症医护团队开具的处方服用 CIPN 止痛药。大多数止痛药在疼痛恶化之前服用效果最好。
- 避免受伤, 不做可能加重症状的事情, 例如徒手和赤脚触摸冷热的物品, 或穿太贴身的衣服或鞋子。
- 如果您患有糖尿病, 请控制血糖水平以帮助防止对神经造成更多损害。
- 如果您手有 CIPN症状, 则在使用刀、剪刀、美工刀和其他尖锐物体时要非常小心。只有您可以全神贯注做事时才使用这些利器。
- 做清洁、在户外工作或维修物品时戴上手套保护双手。
- 照顾好您的脚。每天检查一次, 看看是否有任何受伤或开放性的溃疡。
- 走路时一定要穿能遮住整只脚的鞋子, 即使在家也是如此。与您的癌症医护团队讨论有助于保护足部的鞋子或特殊鞋垫。
- 如果您在走路时常被绊倒, 请确保您有办法支撑自己的平衡。在走廊和浴室安装扶手可以帮助您保持平衡。助行器或手杖也能为您提供额外的支撑力。
- 夜里黑暗中起床时使用夜灯或手电筒。
- 保护自己免受热造成的伤害。将热水器温度设置在 105° 至 120°F 之间, 以减少洗手时被烫伤的风险。

- 拿热盘子、架子或平底锅时，请使用烤箱手套和防热垫。
- 洗澡时，请用温度计检查水温。
- 不要喝酒。它会使 CIPN 症状恶化。

治疗

治疗主要用于缓解 CIPN 可能带来的疼痛感。研究人员正在研究最能缓解这种疼痛的药物。可能需要多次尝试或多种治疗方法才能找出最适合您的方法。

可以考虑的一些药物和其他治疗包括：

- 如果 CIPN 症状太难以承受或者严重恶化，您的癌症医护团队可能会暂时停止化疗或调整剂量。
- 使用类固醇，但只在短时间内使用，长期治疗计划开始后即停用
- 可直接涂抹在疼痛部位的麻木药贴剂或乳膏（例如，利多卡因贴剂或辣椒素乳膏）
- 抗抑郁药物，通常剂量小于治疗抑郁症的剂量
- 抗癫痫药物，用于帮助其他类型的神经疼痛
- 阿片类药物或麻醉剂，用于剧烈疼痛时缓解痛感
- 临床试验可以帮助研究人员更多地了解有帮助的疗法。如果您有兴趣寻找临床试验，请与您的癌症医护团队沟通
- 其他治疗方法，如神经电刺激、物理或职业治疗、放松疗法或针灸也是缓解神经疼痛的一些方法

请与您的癌症医护团队密切合作，共同应对化疗引起的周围神经病变，这非常重要。

请与您的癌症医护团队沟通。

请告诉您的癌症医护团队您所感受到的周围神经病变的变化。请通知医护人员您何时察觉到此变化，您所遭遇的症状，或者使症状恶化或好转的因素。

要了解有关癌症的信息和答案，请访问美国癌症协会网站 cancer.org 或致电 1–800–227–2345 联系我们。我们随时为您提供服务。

©2024, American Cancer Society, Inc.
No. CHI214603 Rev. 7/24

BBB ACCREDITED CHARITY
bbb.org/charity