



**Merkblatt
CRPS - Komplexes Regionales Schmerzsyndrom**

WAS IST CRPS?

Das Komplexe Regionale Schmerzsyndrom (CRPS) ist eine schmerzhaft, behindernde, chronische und nur wenig bekannte Schmerzerkrankung, die bei etwa 5% aller Verletzungen und Traumen insgesamt entsteht. Normalerweise tritt es an einer oder mehreren Extremitäten, an Armen, Beinen, Händen und/oder Füßen, auf. Sie kann auch auf andere Körperregionen springen, die zunächst nicht betroffen waren. Man glaubt, dass CRPS durch eine Schädigung vom oder eine Fehlfunktion im zentralen peripheren Nervensystem ausgelöst wird. Das eindeutigste Symptom des CRPS sind extreme **DAUERHAFT BRENNENDE SCHMERZEN**, die auch lange nach einem auslösenden Ereignis auftreten können. Die Schmerzstärke steht in keinem Verhältnis mehr zum ursprünglichen Auslöser. Schwellung/Ödem, extreme Verfärbung und Temperaturunterschiede sind neben anderen Symptomen die sichtbarsten Anzeichen der Erkrankung. Es gibt derzeit keine Heilung und die Ursachen sind bisher nicht ausreichend bekannt oder erforscht. Die Häufigkeit vom CRPS liegt bei einer von 1.000 Personen in Deutschland.

CRPS ODER SUDECK?

Der Name des Komplexen Regionalen Schmerzsyndroms (CRPS) hat sich verändert so wie auch die Erforschung der Krankheit. Je mehr unterschiedliche Symptome gefunden wurden, desto öfter wurde der Name geändert. Der meistgenutzte Name (im deutschsprachigen Raum) bleibt Morbus Sudeck bzw. Komplexes Regionales Schmerzsyndrom; dennoch wurde 1994 international Complex Regional Pain Syndrome (CRPS) festgelegt.

TYPEN DES CRPS

Es gibt zwei Haupttypen des CRPS:
TYP 1 oder CRPS I – diese Art heißt auch **NEURODYSTROPHIE**. Sie entsteht nach Verletzungen oder Traumen ohne direkte Beeinflussung/Verletzung von Nerven. Normalerweise handelt es sich hier um kleine oder auch große Gewebe- oder Knochenverletzungen an den Extremitäten.
TYP2 oder CRPS II – diese Art der Erkrankung heißt auch **KAUSALGIE**. Diese entsteht meist durch eine direkte Verletzung eines Nervs. Obwohl es zwei unterschiedliche Typen des CRPS gibt, sind die Symptome für beide ziemlich gleich. Gemäß der Royal College of Physicians (RCP) Leitlinien aus Großbritannien gibt es einen dritten Untertyp des CRPS, genannt CRPS-NOS oder CRPS-Not Otherwise Specified (CRPS nicht anders definiert). Dieser Typ beschreibt einen Zustand, der die Kriterien der Erkrankung nur teilweise trifft, aber bei der keine andere Diagnose gestellt werden kann. CRPS-NOS wird also bei Personen diagnostiziert, die anfangs die Kriterien getroffen haben, dann aber nicht mehr.

DIAGNOSE

JEDER kann CRPS bekommen, obwohl es vorwiegend bei Frauen auftritt (ca. 60% bei Frauen, 40% bei Männern). Bis jetzt gibt es **KEINEN SPEZIELLEN TEST**, der eine gesicherte Diagnose eines CRPS geben kann. Auch bildgebende Verfahren sind nicht eindeutig, sondern können eine Diagnose nur festigen. Stattdessen können Ärzte nur eine klinische Diagnose anhand der **BUDAPESTKRITERIEN** machen. Um festzustellen, ob die Kriterien erfüllt werden, muss der Arzt die gesamte Krankenakte einsehen und die Symptome prüfen. Der Betroffene hat ungewöhnlich starke Schmerzen, die nicht mehr in Relation zur ursprünglichen Verletzung stehen. Weisen Sie Ihren Arzt darauf hin, dass mindestens drei oder mehr der aufgeführten Symptome aus den vier Kategorien der **BUDAPESTKRITERIEN** vorhanden sind: sensorisch, vasomotorisch, ödemisch oder tropisch. Der Arzt muss während der Untersuchung mindestens ein Symptom aus zwei Kategorien oder mehr feststellen. Er muss bei der Untersuchung jede andere Erkrankung ausschließen.

PROGNOSE

Es gibt keine Heilung für CRPS. Bei etwa 7% der CRPS Betroffenen kann die Krankheit auf andere Körperregionen/Extremitäten springen und dort Symptome zeigen. Wie die Erfahrung zeigt, gibt es sehr hohe Chancen bei einer umgehenden und intensiven Behandlung der auslösenden Verletzung oder Erkrankung die Krankheit zurückzudrängen oder auch einzudämmen. Klinische Studien hierzu gibt es leider nicht. Die Dauer einer CRPS-Erkrankung variiert sehr stark und ist bei jedem Patienten sehr individuell. Viele Kinder und Jugendliche, die eine frühe Diagnose erhalten, tendieren zu einer guten Gesundheit.

SYMPTOME & STADIEN

CRPS trifft jeden anders und nicht jeder Betroffene zeigt exakt dieselben Symptome. Ärzte nutzen die CRPS Stadieneinteilung als eine Art Leitlinie, messen ihnen aber keine übergroße Gewichtung zu, da manche Betroffene vielleicht nur durch ein oder zwei Stadien gehen, bei anderen treten sie in unterschiedlicher Reihenfolge auf, und manche verbleiben dauerhaft im ersten Stadium. Es gibt drei Hauptstadien. Daneben gibt es ein zusätzliches Stadium 4, welches von wenigen Ärzten anerkannt wird. Viele CRPS Betroffene erreichen nie das finale Stadium und die Zeitangaben sind nur ungefähre Werte.

STADIUM 1: 0-3 Monate | AKUTSTADIUM

- Extreme brennende oder eisige Schmerzen
- Scharfe, stechende Schmerzen, oder „Ameisenkribbeln“ wie eingeschlafen
- Schwellung/Ödembildung
- Erhöhte Berührungsempfindlichkeit (Allodynie)
- Farb- und Temperaturunterschiede
- Schnelleres Haar- und Nagelwachstum
- Außergewöhnlich starkes Schwitzen
- Gelenksteifigkeit
- Veränderungen in der Durchblutung – Blutgefäße werden möglicherweise verengt oder sogar blockiert
- Hautveränderungen – fleckig oder gesprenkelt

STADIUM 2: 3 – 6 Monate | DYSTROPHIE

- Muskelschwäche – Bewegungseinschränkungen
- Brennende oder eisige Schmerzen – Verschlimmerung & Ausbreitung
- Überempfindlichkeit gegen Berührungen (Hyperalgesie)
- Muskeln und/oder Gelenke oder Extremitäten versteifen
- Dauerhafte Schwellung
- Übermäßiges Schwitzen
- Temperaturunterschiede
- Hautveränderungen, Ausdünnung, Faltenbildung, Schwund oder Austrocknung
- Haar- und Nagelwachstum verlangsamen sich oder hören auf, brüchige Nägel und Haare
- Knochendichteverlust (Osteoporose)

STADIUM 3: 6-12 Monate | ATROPHIE

- Haut - blass, überdehnt, glänzend, kalt, trocken, Ulzera und offene Stellen (können sich später infizieren)
- Schlimmste, brennende oder eisige Schmerzen werden immer konstanter und dauerhaft
- Nägel – werden brüchig
- Haare – werden spröde und brüchig, hören auf zu wachsen oder fallen aus
- Springen – auf andere Stellen/Extremitäten am Körper (Arme, Beine, Hände, Füße etc.)
- Muskeln – werden unbeweglich(er) und steif(er)
- Ernster Knochendichte-Abbau – wenn CRPS in den Händen oder Armen vorkommt, werden die Finger lang und dünn
- Osteoporose – Knochenschwund/-abbau
- Sehnen, Bänder und Muskeln verkürzen sich permanent (Kontraktion)
- Temperaturunterschiede – um mehrere Grade
- Muskuläre Probleme – Tremor, Spasmen, Zuckungen und möglicherweise Dystonie
- Bewegungseinschränkungen und Funktionsverlust der Extremität
- Schlafstörungen
- Depression oder andere psychologische Einschränkungen und Erkrankungen

STADIUM 4: In diesem zusätzlichen CRPS Stadium bringen die meisten Behandlungen und Therapien keinerlei Verbesserungen oder sichtbare Erfolge mehr.

- Schäden, in der vom CRPS betroffenen Körperregion werden irreparabel durch Ulzerationen, Hautrisse, offene Wunden, Infektionen, beginnende Zellulitis oder sogar Entwicklung eines Gangräs
- Schwerste, dauerhafte, brennende oder eisige Schmerzen
- Alle anderen Symptome der vorherigen drei Stadien können (wieder) auftreten
- Osteoporose wird immer sichtbarer
- Innere Organe können betroffen werden
- Möglicherweise müssen Ärzte die betroffene Extremität amputieren. Eine Amputation führt nicht zur Heilung, denn der CRPS kann dennoch springen und es können Phantomschmerzen entstehen. Sie kann aber zu Schmerzfreiheit und einer enormen Verbesserung der Lebensqualität führen.

THERAPIE

Es gibt keine festgelegte Therapie für die Behandlung eines CRPS, Medikamentenstudien hierzu laufen. Nicht alle Behandlungen sind für jeden Betroffenen geeignet. Dennoch werden folgende Therapien empfohlen:

- Physiotherapie/Krankengymnastik
- Manuelle Lymphdrainage
- Ergotherapie
- Medikamenteneinstellung
- Nervenblockaden (lokal und lumbal)
- Infusionen
- Neuromodulation und SCS-Implantation
- Sympathikolyse
- Neurostimulation
- Schmerzmanagement-Programme
- Psychologische Unterstützung
- Alternative Therapien/Naturheilverfahren

Weitere Informationen gibt es unter:

WWW.CRPSSELBSTHILFE.DE

Dieses Infoblatt dient nur zu Informationszwecken. Es ersetzt keine adäquate medizinische Untersuchung und Betreuung.

CRPS Selbsthilfe Köln
 Dirk-Stefan Droste
 Neusser Straße 112a, 50670 Köln
 Telefon: 0221 / 669 557 - 0
 E-Mail: SUPPORT@CRPSSELBSTHILFE.DE

© 2022 COPYRIGHT
 CRPS SELBSTHILFE Köln
 Alle Rechte vorbehalten.