**Bóle fantomowe, jak sobie radzić?**

**Jest wiele skutków operacji amputacji, zarówno fizycznych jak i psychicznych. W tym tekście omówimy jeden z nich, ten najbardziej tajemniczy, czyli bóle fantomowe. Jak sobie radzić, czym są, skąd się wzięły? Na te pytania postaramy się odpowiedzieć poniżej**

Ból jest niezwykle skomplikowanym pojęciem, które przez każdą osobę przyjmowany i odbierany jest inaczej. Według definicji jest to subiektywne, przykre i negatywne wrażenie zmysłowe i emocjonalne. Jednym z jego przypadków jest ból fantomowy - niezwykle tajemnicze zjawisko które nie zostało jeszcze do końca wyjaśnione. Dlatego warto jest uzmysłowić sobie jedną rzecz - zarówno **ból fantomowy**, i **jak sobie radzić** jest tematem niezwykle złożonym.

**Czym jest ból fantomowy.**

Na to nie ma prostej odpowiedzi, ponieważ po prostu jest to niewiadome. Amputacja wiąże się z przerwaniem niektórych nerwów. Uszkodzony zostaje neuron, czyli część składowa nerwów i powstaje stan zapalny. Reakcją mózgu jest nadmierne pobudzenie obszaru uszkodzonego neuronu, co wiąże się z kolejnymi reakcjami prawdopodobnym bólem. Oprócz tego możliwą przyczyną może być także zmiana organizacji na powierzchni kory czuciowej i ruchowej w centralnym układzie nerwowym. Z Polskiego na nasze - przyczyną bólu fantomowego może być bałagan który powstaje w twoim mózgu. Oczekuje on sygnałów które nie dochodzą, więc pojawia się ból - ponieważ w mapie mózgu dana kończyna ciągle się znajduje. A skoro omówiliśmy [ból fantomowy, to jak sobie radzić](https://znowuwbiegu.pl/jak-sobie-radzic-z-bolem-fantomowym-konczyny-ktorej-nie-ma/)?

**Ból fantomowy, jak sobie radzić?**

Na to pytanie nie ma łatwej odpowiedzi. Wymaga to ścisłej współpracy fizjoterapeuty, neurologa oraz psychologa. Terapia jest bardzo skomplikowana, jednak jest też przy tym zazwyczaj skuteczna. Niezależnie jednak od szczegółów zawsze warto spróbować się jej podjąć. Jeżeli chcecie więcej dowiedzieć się, czym jest *ból fantomowy, jak sobie radzić*, albo czym się objawia to sprawdźcie na naszej stronie internetowej na której możecie dowiedzieć się dużo więcej!