



Vondt i ryggen?

- en introduksjon



*Det va' jamne
vani å trø for knip
i ryjje*

Olav Bjørgum

Ryggsmerter - omfang

- Opptil 80% har ryggplager en eller flere ganger
- Rundt 50% har hatt slike plager siste 12 mndr
- Dagsprevalens 15%
- Hyppig residiv
- Ingen enkeltlidelse koster samfunnet mer i form av trygdeutgifter

Vanlig!

- Ca 5% av konsultasjonene i allmennpraksis
- ”Forresten...” - Tilleggsproblem
- Svært hyppig årsak til sykmelding og arbeidsuførhet
- Legens interesse, arbeidsmåte og kompetanse varierer
- Erfarne pasienter – velger selv?

Vond rygg – fortsatt en klinisk utfordring

Sammendrag

Bakgrunn. Vond rygg er en utfordring i den kliniske hverdag. Prognosen for den enkelte ryggepisode er god, men residiverende plager er vanlig. Sykdomsbildet er ofte preget av både somatiske, psykologiske og sosiale faktorer. Målet med denne artikkelen er å gjengi hovedinnholdet i de nasjonale retningslinjene samt drøfte ny kunnskap.

Materiale og metode. De gjeldende nasjonale retningslinjene for diagnostikk og behandling av korsryggssmerter fra 2007 er basert på litteratursøk som ble avsluttet i 2005. Vi gjengir hovedtrekkene i de nasjonale retningslinjene samt gjengir og vurderer ny kunnskap basert på Cochrane-oversikter og sentrale enkeltartikler.

Resultater. Ryggplager kan kategoriseres etter tidsforløp, etiologi og etter diagnostisk triade med røde, gule og grønne flagg. Bildediagnostikk er anbefalt

Even Lærum

el@formi.no

Formidlingsenheten for muskel- og skjelettlidelser (FORMI)
Avdeling for forskning og utvikling
Klinikk for kirurgi og nevrofag
Oslo universitetssykehus, Ullevål
0407 Oslo

Jens Ivar Brox

Ryggseksjonen
Ortopedisk avdeling
Oslo universitetssykehus, Rikshospitalet

Erik L. Werner

Allmennmedisinsk forskningsenhet i Bergen
Uni helse
og
Eydehavn Legekantor
Arendal

Ryggglidelser representerer et stort helse- og samfunnsmedisinsk problem og er en utfordring for klinikerne som skal håndtere ryggpasienter (1). Det er vist i flere studier fra inn- og utland at ca. 80 % av befolkningen har ryggplager én eller flere ganger i lø-

forebygging (3). Formålet med denne oversiktsartikkelen er å presentere anbefalingene i de norske retningslinjene. Vi vil også diskutere og drøfte tilkommet litteratur med vekt på Cochrane-oversikter.

Materiale og metode

Denne oversiktsartikkelen gjengir hovedtrekkene i de norske og europeiske retningslinjene for korsryggssmerter (3, 8). De norske retningslinjene er basert på systematiske litteratursøk fra og med søkene i de europeiske retningslinjene var avsluttet (desember 2002) og til september 2005, da søkene i de norske retningslinjene ble slutført. Vi har supplert de gjeldende retningslinjene med oppdatert kunnskap basert på Cochrane-oversikter fra 2005 frem til mai 2009 og relevante enkeltartikler publisert i samme tidsrom.

Relevante utfall for vurdering av behandlingseffekt er smerter, funksjon og livskvalitet. Vi har sammenliknet de norske retningslinjene med en rekke andre nasjonale retningslinjer, blant annet de britiske og amerikanske, som i all hovedsak er i overensstemmelse med våre vurderinger og anbefalinger. De norske retningslinjene fra 2007 ble

Vond rygg – fortsatt en utfordring

- Lærum: "Overordnet mål for behandlingen er å sikre tidlig og god smertelindring. Det er viktig å gjenoppta normale aktiviteter så snart som mulig."
- Skonnord: Kan akupunktur bidra til dette?
- Min og andres kliniske erfaring er: Ja!

ACUBACK

