

SMÄRTA

**SAMORDNINGSFÖRBUNDET
I ÖSTRA ÖSTERGÖTLAND**

2021-11-18

Dr Mats Karlsson

Allmänläkare/Algolog

Falköping

JÄVSDEKLARATION

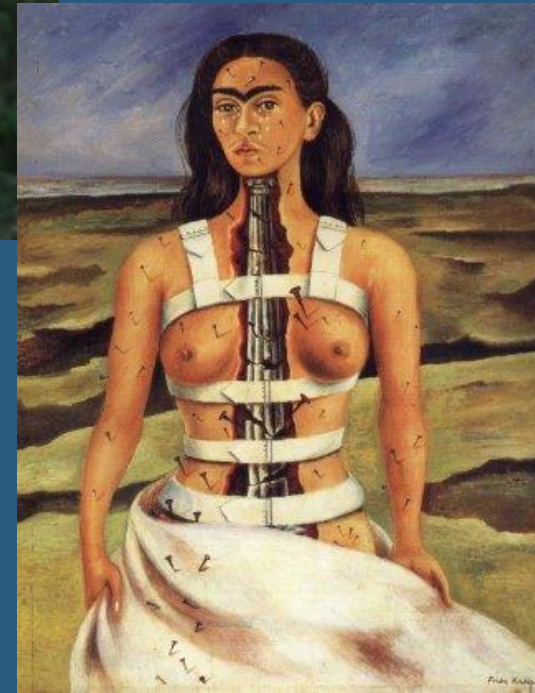
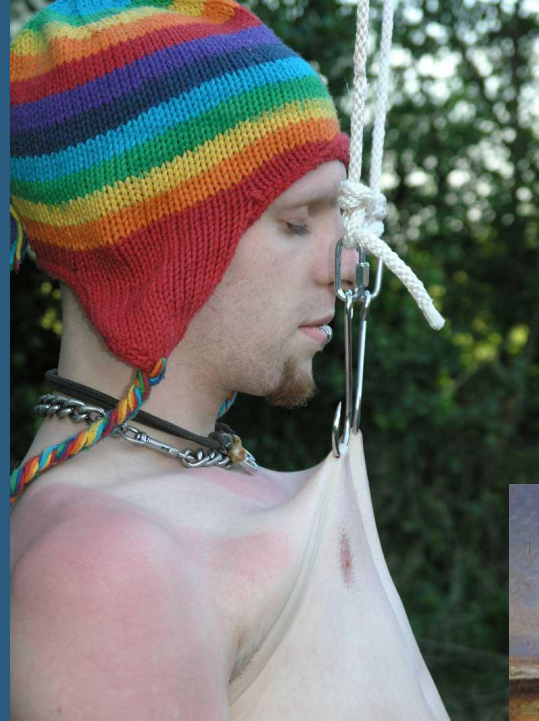
- Arvoderade uppdrag åt:
 - Allergan
 - AMGEN läkemedel
 - Grünenthal
 - Glaxo Smith & Kleine
 - Mundipharma
 - Astra Zeneca
 - Pfizer
 - Regioner
 - Kommuner

”En specialist är den som är fackidiot på sitt eget område och idiot i största allmänhet på andras.”

Piet Hein

HUR TÄNKER VI SMÄRTA

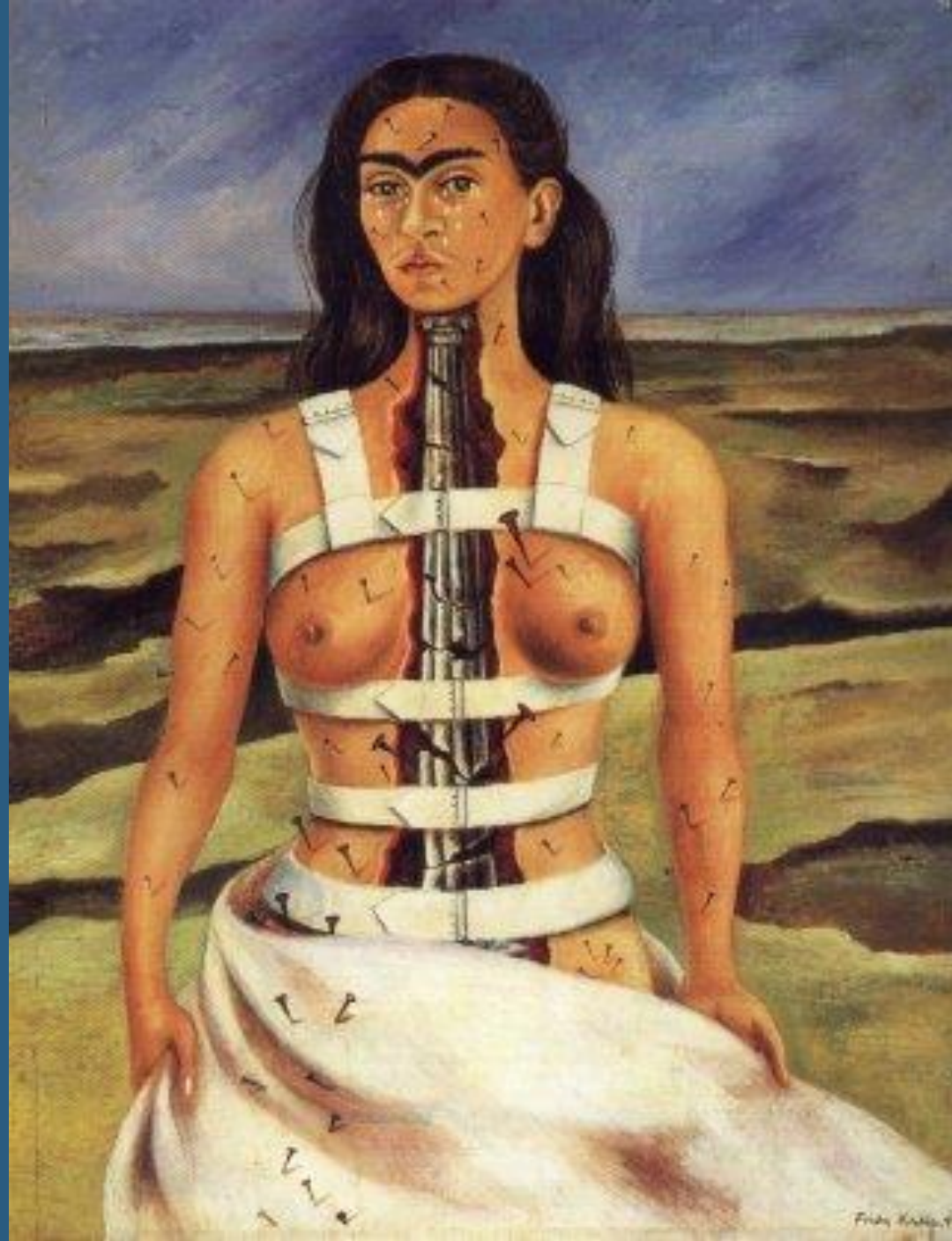
- Presentation
- Akut/Långvarig smärta
- 'Felande länken'
- Central sensitisering/beteénde
- Myofasciell smärta, finns det?
- Smärtanalys
- Behandling?
- Är allt bra då?





**VAD ÄR
SMÄRTA?**





**SMÄRTA ÄR EN OBEHAGLIG
SENSORISK OCH
KÄNSLOMÄSSIG
UPPLEVELSE FÖRENAD
MED VÄVNADSSKADA
ELLER BESKRIVEN I
TERMER AV SÅDAN SKADA.**

IASP 1979, 2020

**SMÄRTA ÄR EN OBEHAGLIG
SENSORISK OCH
KÄNSLOMÄSSIG
UPPLEVELSE FÖRENAD
MED VÄVNADSSKADA
ELLER BESKRIVEN I
TERMER AV SÅDAN SKADA.**

IASP 1979, 2020

**SMÄRTA ÄR EN OBEHAGLIG
SENSORISK OCH
KÄNSLOMÄSSIG
UPPLEVELSE FÖRENAD
MED VÄVNADSSKADA
ELLER **BESKRIVEN I
TERMER AV** SÅDAN SKADA.**

IASP 1979, 2020

MYCKET SÄLLAN.....

- Inflammerade muskelfästen..
- Nerv i kläm...
- Utsliten led..
- Utsliten rygg..
- Diskbråck...
- Åldersförändringar i rygg....

SMÄRTA – tidsfaktor'n

Åkut smärta

(malign, icke malign)

SMÄRTA

Åkut smärta

(malign, icke malign)



**Långvarig cancerrelaterad
smärta**

SMÄRTA

Åkut smärta

(malign, icke malign)



**Långvarig cancerrelaterad
smärta**

SMÄRTA

Åkut smärta

(malign, icke malign)



Långvarig cancerrelaterad
smärta

Långvarig icke
cancerrelaterad smärta

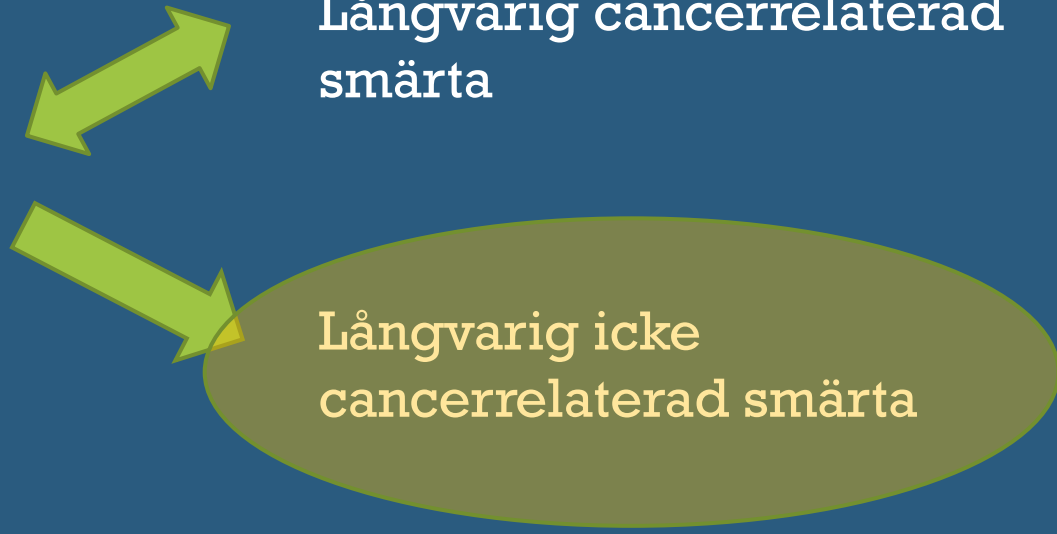
SMÄRTA

Åkut smärta

(malign, icke malign)

Långvarig cancerrelaterad
smärta

Långvarig icke
cancerrelaterad smärta

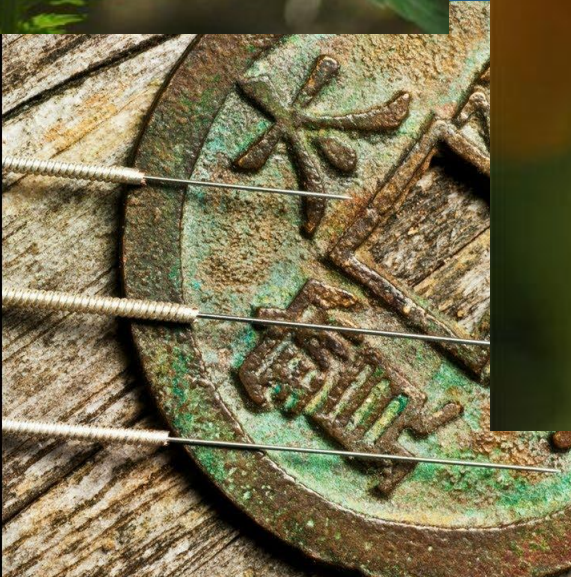


```
graph TD; A[Åkut smärta] --> B[Långvarig cancerrelaterad smärta]; A --> C[Långvarig icke cancerrelaterad smärta]; A --- D["(malign, icke malign)"]; style C fill:#808000,stroke:#808000,stroke-width:2px
```



ANCIENT SECRET

SCIATICA HEALING







A short history of pain **MODELS**

The birth of the 'pain signal' from Descartes

Linear transmission of 'pain' from the 'source'

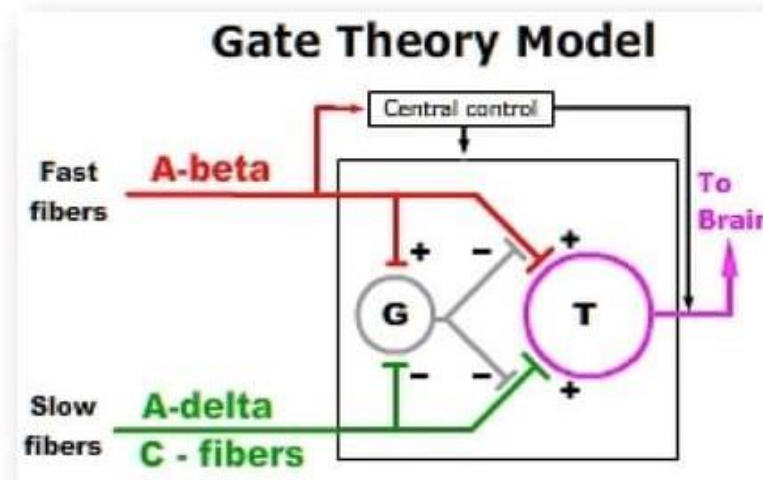


Cartesian model of pain - René Descartes 1600's



Hang on – Not so simple

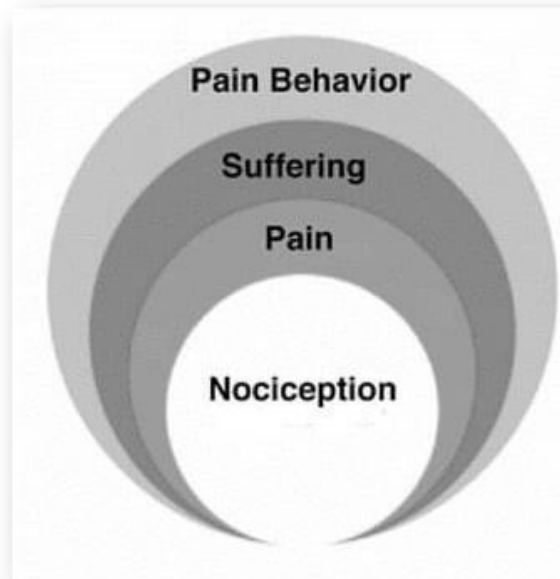
Gaiting mechanism (**gate control theory**) occurs between small and large nerve fibre's & descending signals.



The model is starting to **GROW**

The pain experience goes **BEYOND** how it feels and affects how we interact and behave

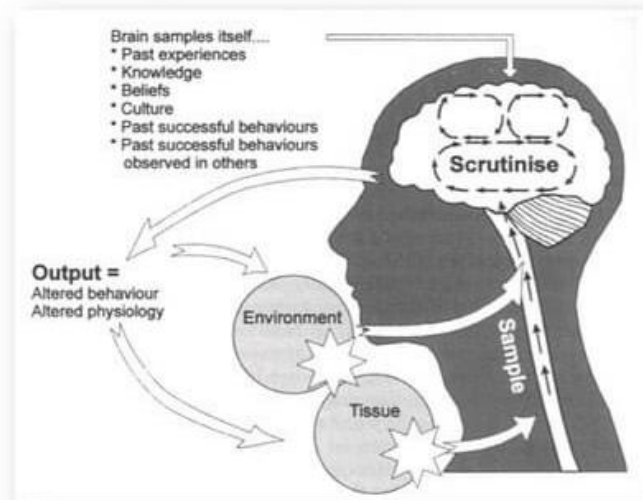
**Loeser's
onion model**



Sample, Scrutinise, Respond

Mature Organism Model from Gifford

The complexity grows again!

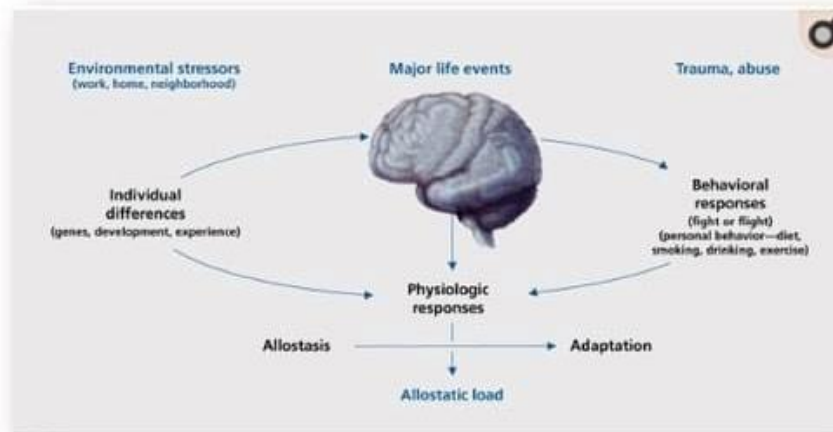


The Mature Organism (MOM) Louis Gifford 1998



The 'allostatic load' model from McEwan

How do 'stressors' effect pain?

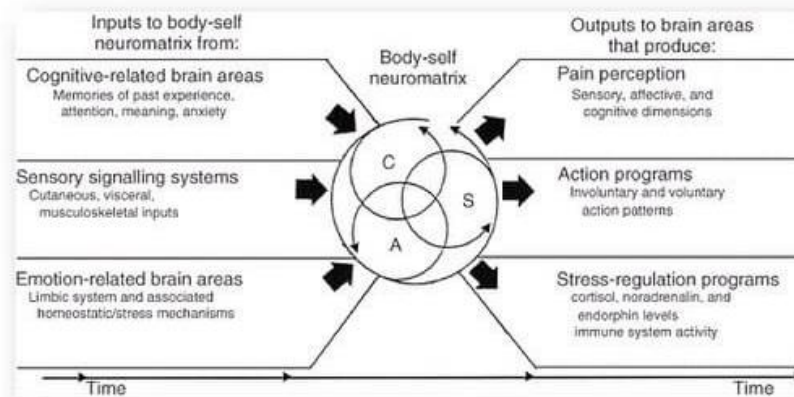


Central role of the brain in allostasis and the behavioral and physiological response to stressors – McEwan 1998



Melzack updates his model to the **NEUROMATRIX**

**Still the most comprehensive understanding of pain yet
(IMO) with multiple domains**



The 'threat' model from Moseley

“How dangerous is this really?”

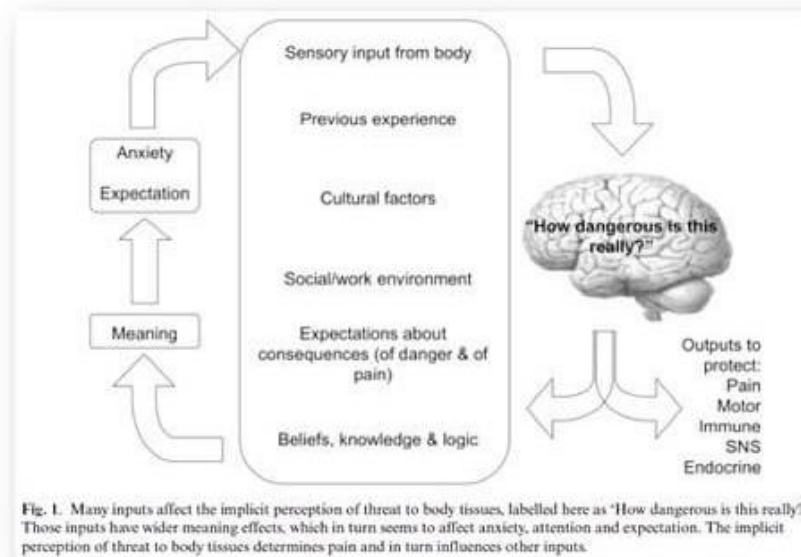


Fig. 1. Many inputs affect the implicit perception of threat to body tissues, labelled here as 'How dangerous is this really?' Those inputs have wider meaning effects, which in turn seems to affect anxiety, attention and expectation. The implicit perception of threat to body tissues determines pain and in turn influences other inputs.



The **Biopsychosocial** model gets a **PAIN** makeover

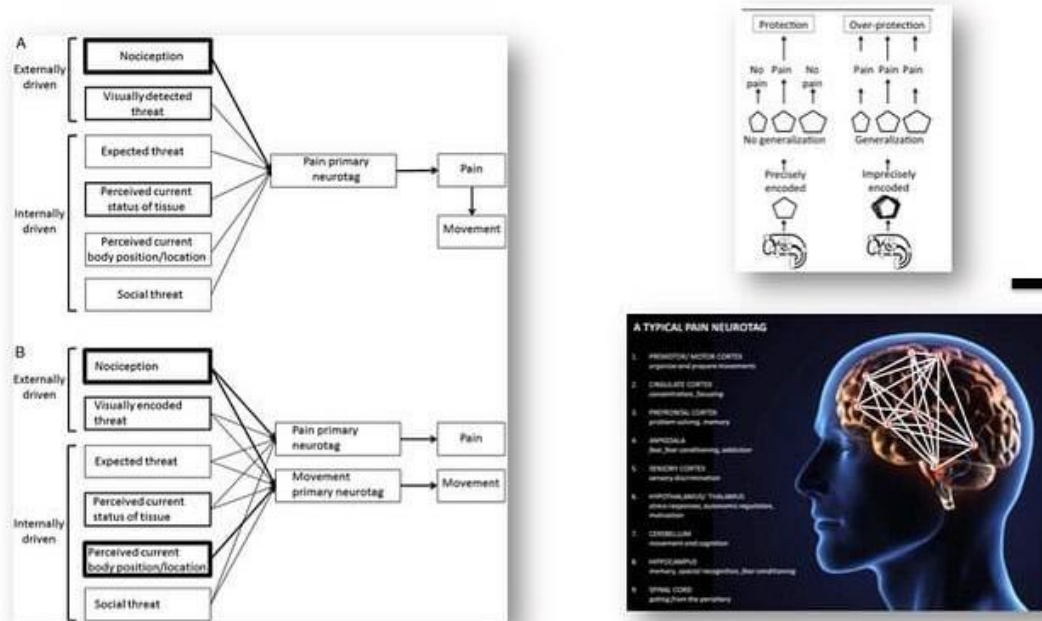


Individual differences in pain – Fillingim 2017

The Biopsychosocial Approach to Chronic Pain: Scientific Advances and Future Directions – Gatchel 2007



Pain gets 'sticky' with the **neurotag!**



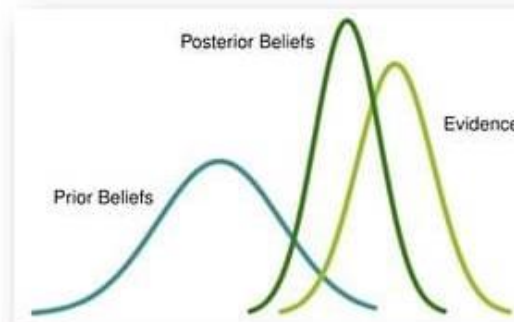
Beyond nociception: the imprecision hypothesis of chronic pain – Vlaeyen & Moseley 2015

Neural representations and the cortical body matrix – Wallwork 2015



CENTER FOR PAIN AND NEUROSCIENCE

Pain gets **predictive** with the application of the Bayesian/predictive model



Pain: A Statistical Account – Tabor 2017

The **Enactive** approach (a honorary mention)

An enactive approach to pain – Beyond the BioPsychoSocial model – Stillwell & Hartman 2019



The **enactive approach** is focused on the purposeful actions and reciprocal dynamic interactions with the environment by bringing together the mind/brain, mind/body, and body/environment.

HEPP HEPP HEPP.....

SMÄRTA

- Akut Smärta

- 0 – 3 månader

- Långvarig smärta

- > 3-6 månader



LÄKNING

WHO 2007

Långvarig
smärta – En egen
”sjukdom”

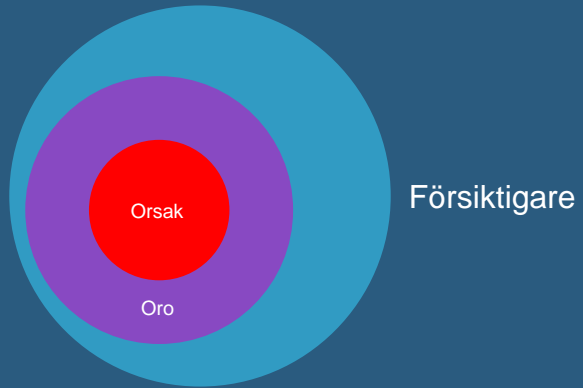
SMÄRTA

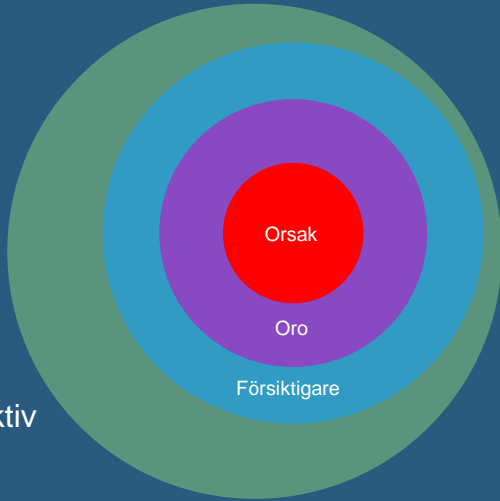
- Akut Smärta
 - 0 – 3 månader

LÄKNING

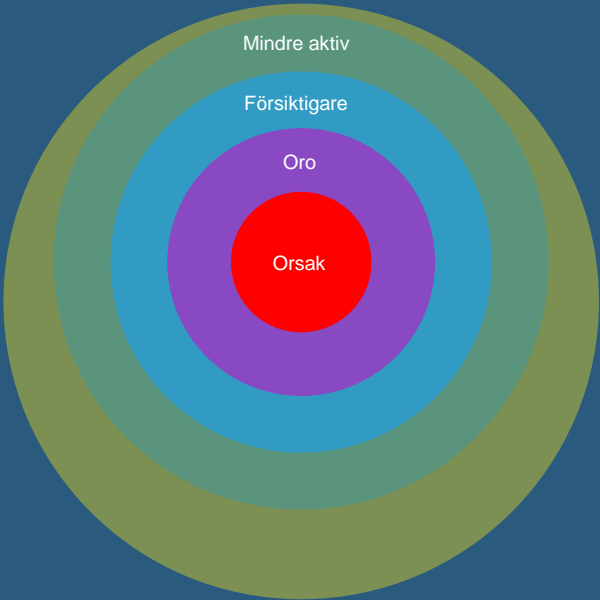


- Långvarig smärta
 - > 3-6 månader
 - WHO 2007
 - Långvarig smärta – En egen "sjukdom"

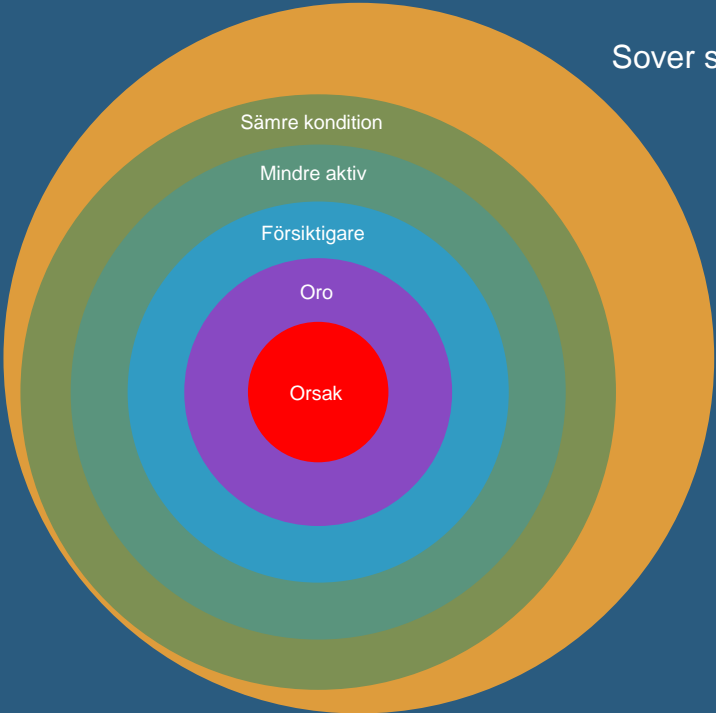




Mindre aktiv

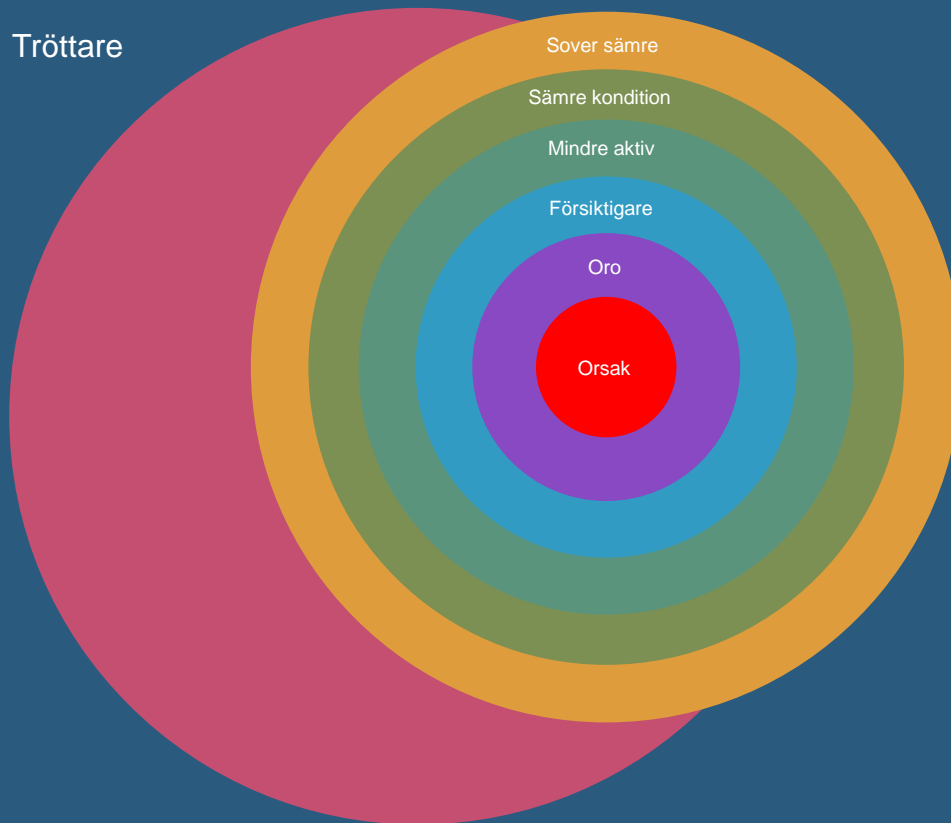


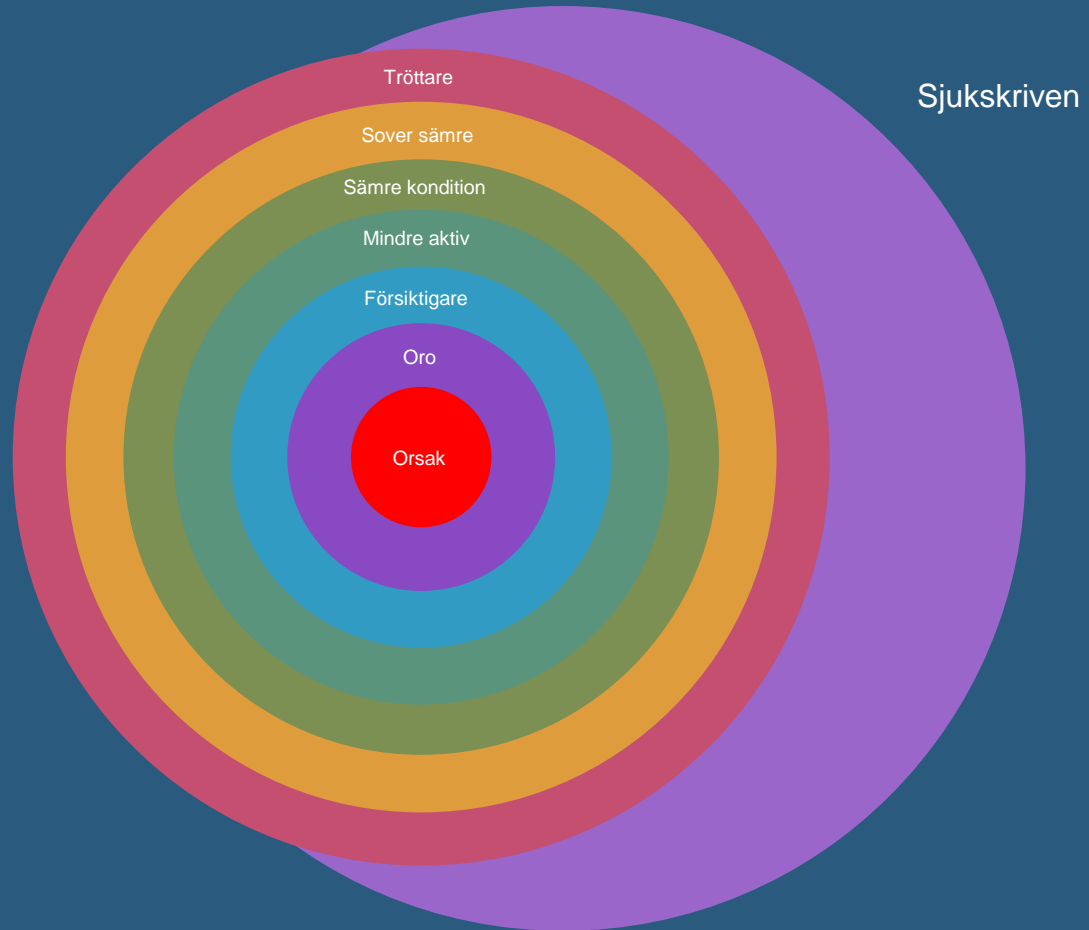
Sämre kondition



Sover sämre

Tröttare





Tröttare

Sover sämre

Sämre kondition

Mindre aktiv

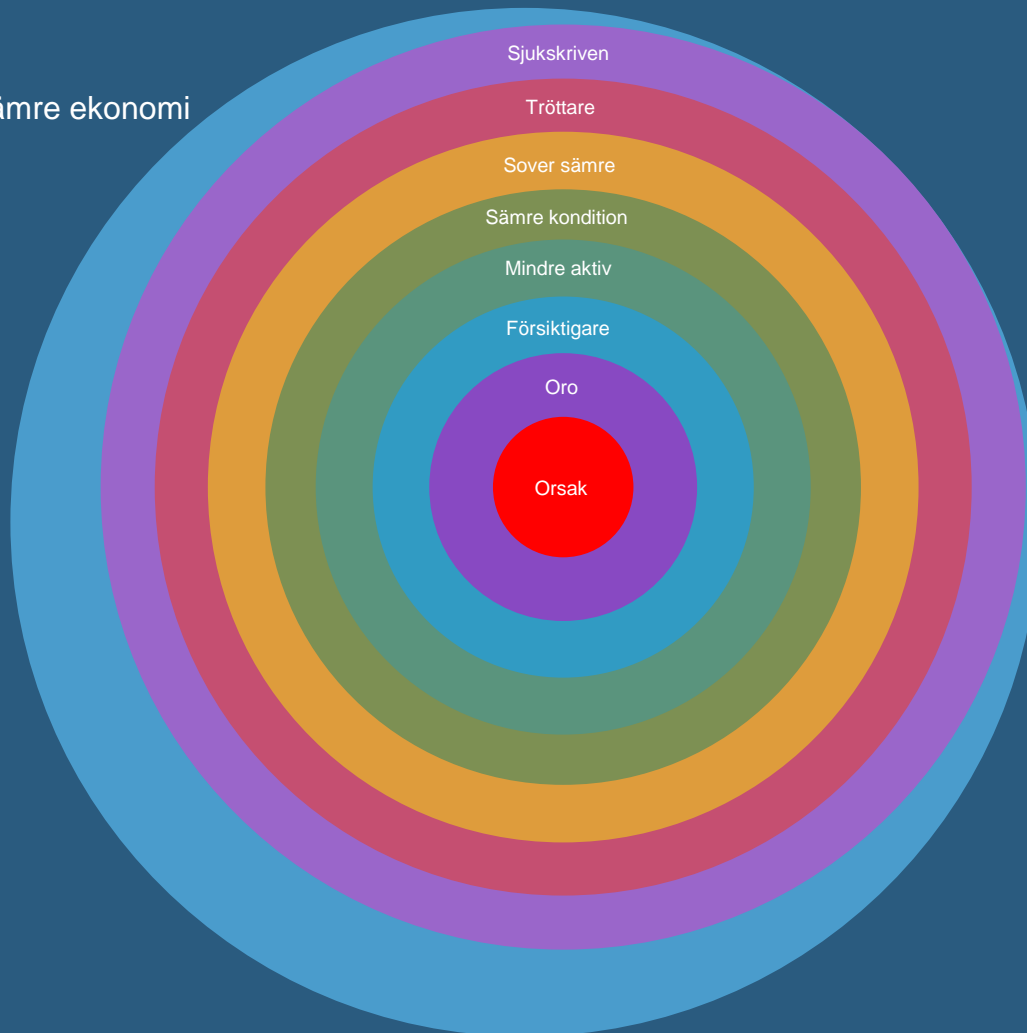
Försiktigare

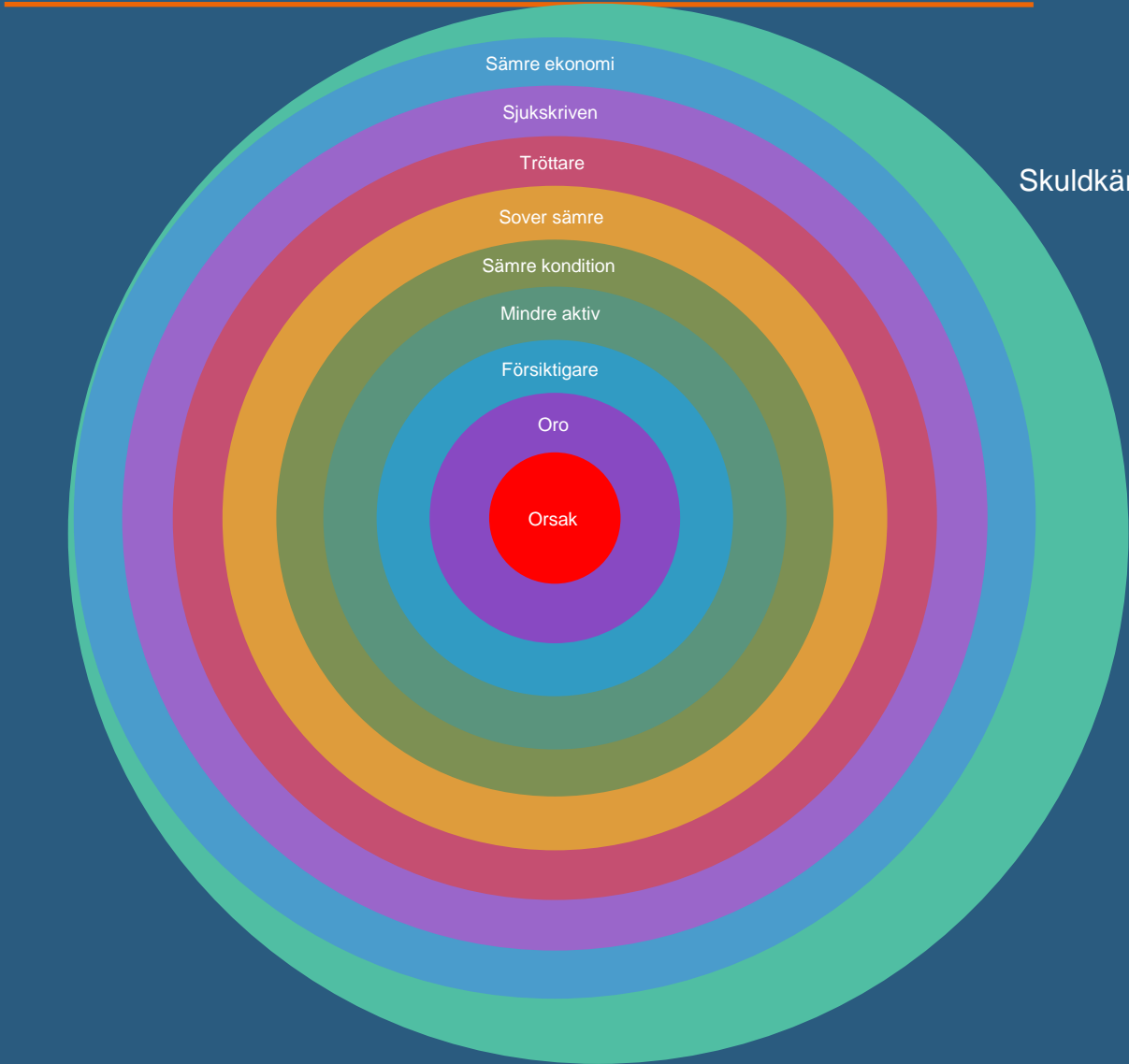
Oro

Orsak

Sjukskriven

Sämre ekonomi





Sämre ekonomi

Sjukskriven

Tröttare

Sover sämre

Sämre kondition

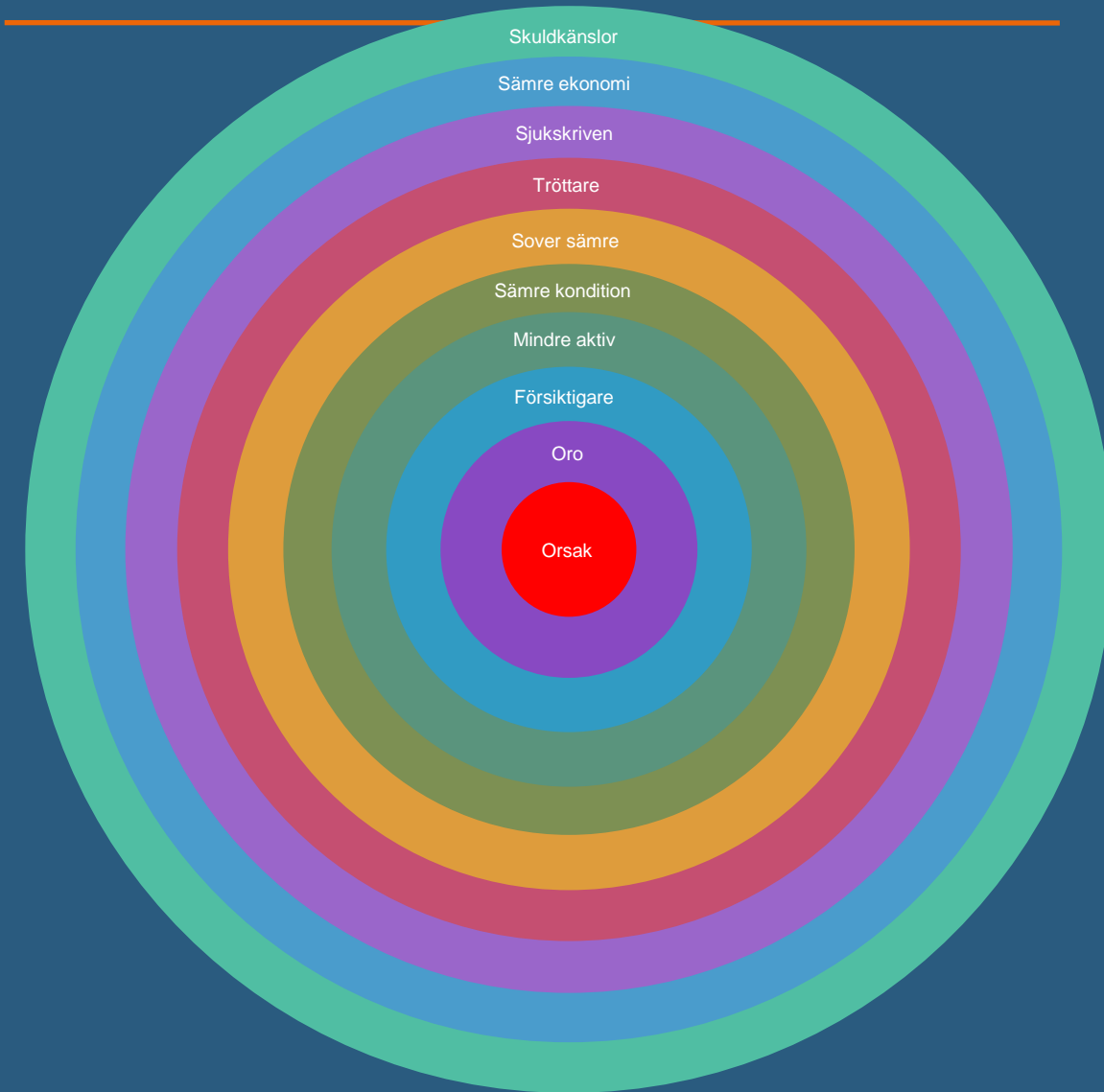
Mindre aktiv

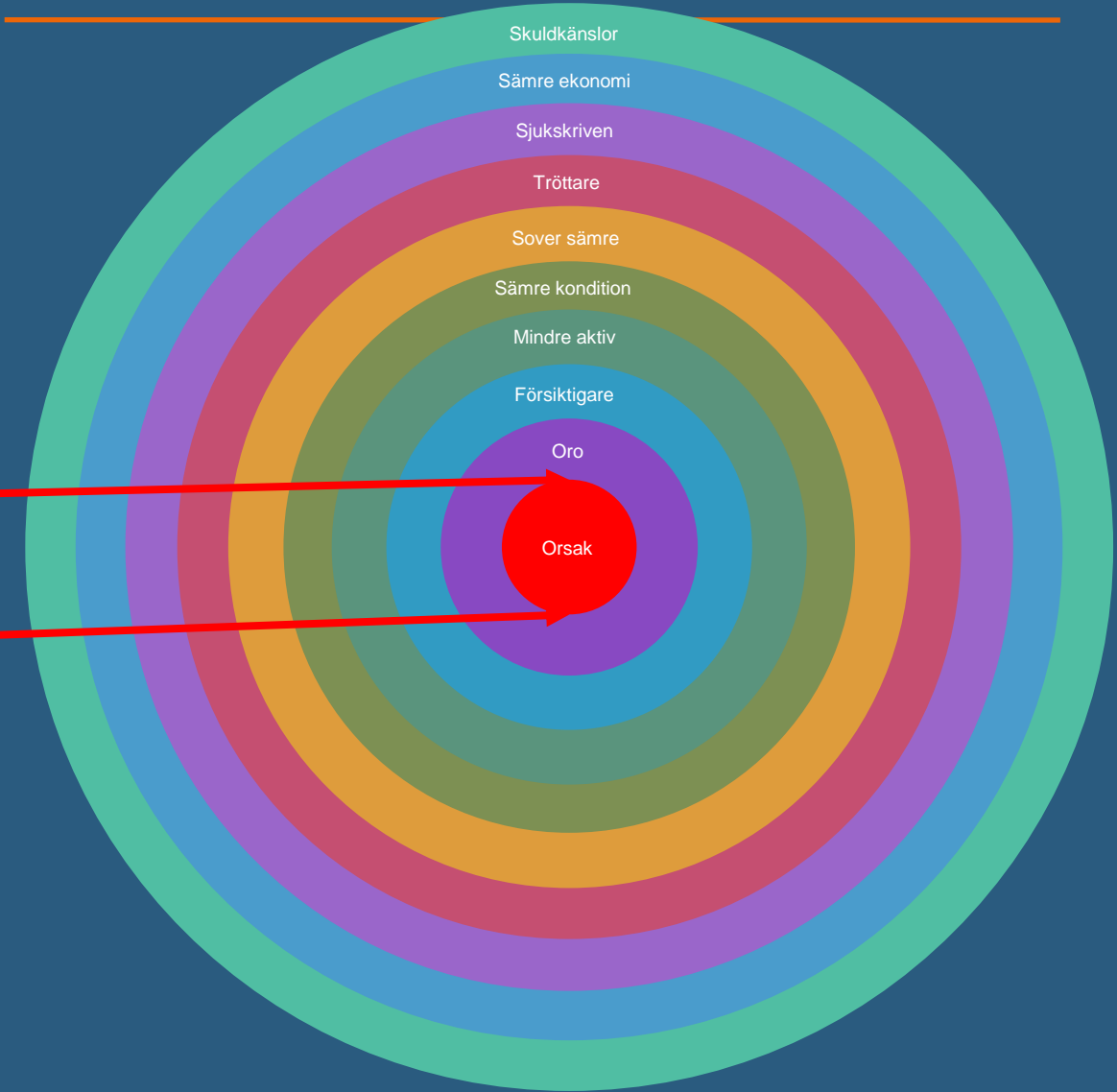
Försiktigare

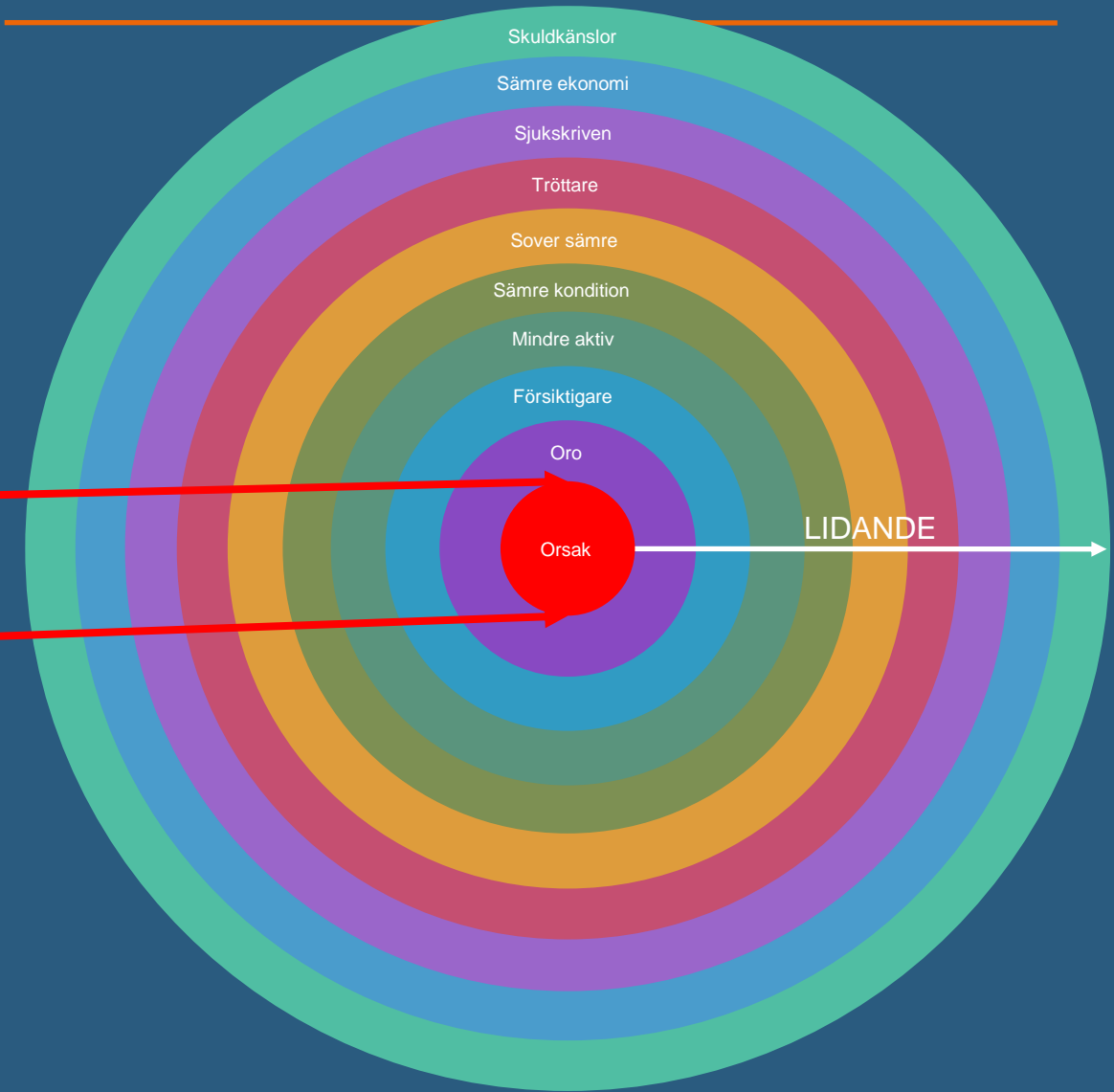
Oro

Orsak

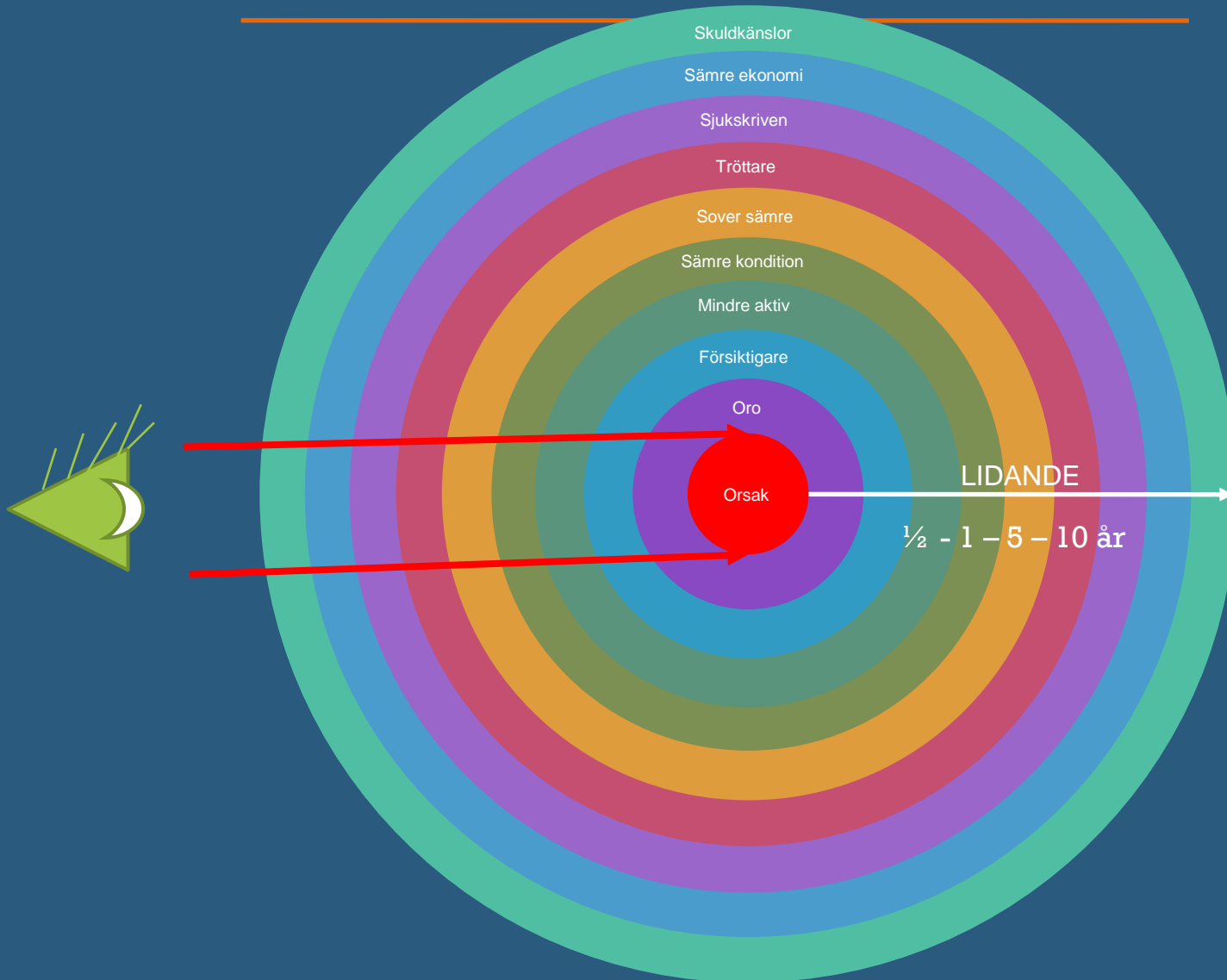
Skuldkänslor

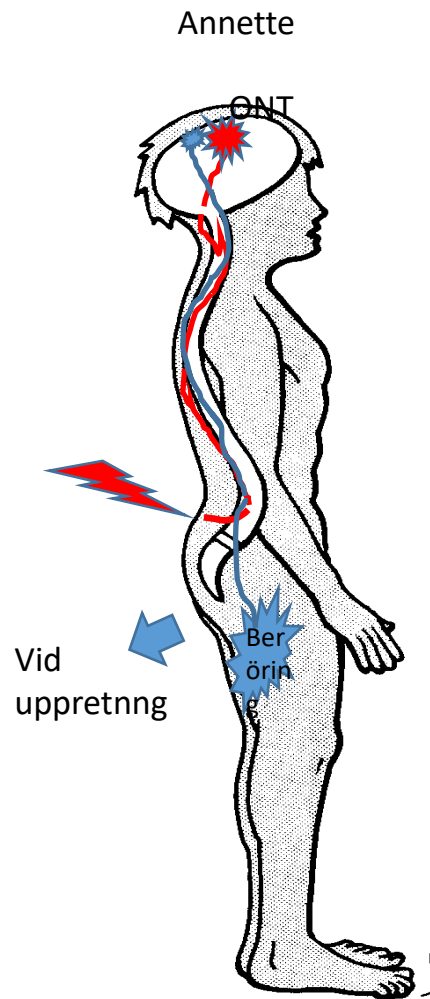
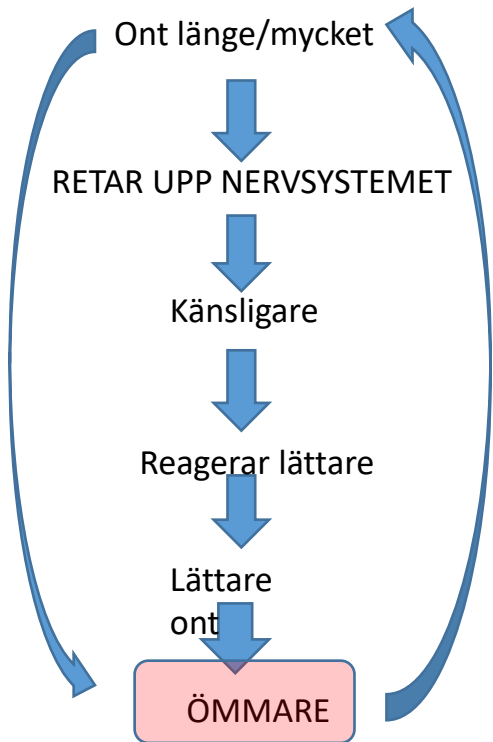






Biopsykosociala smärtsynen

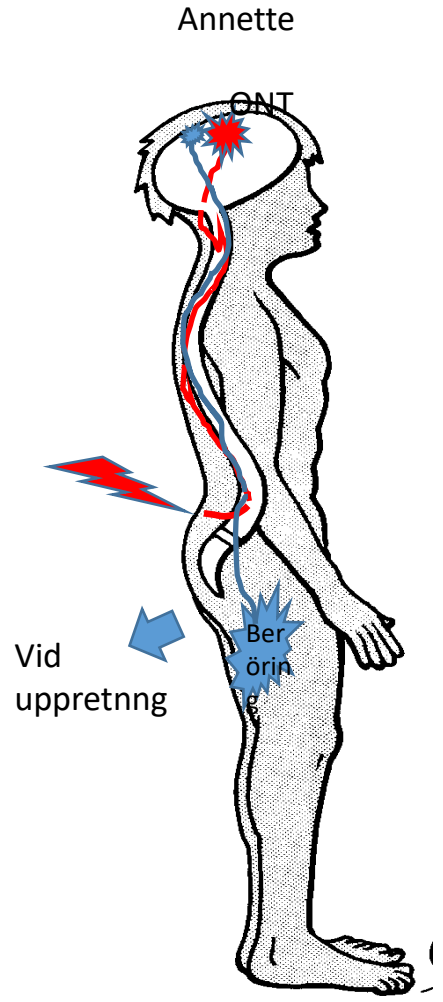
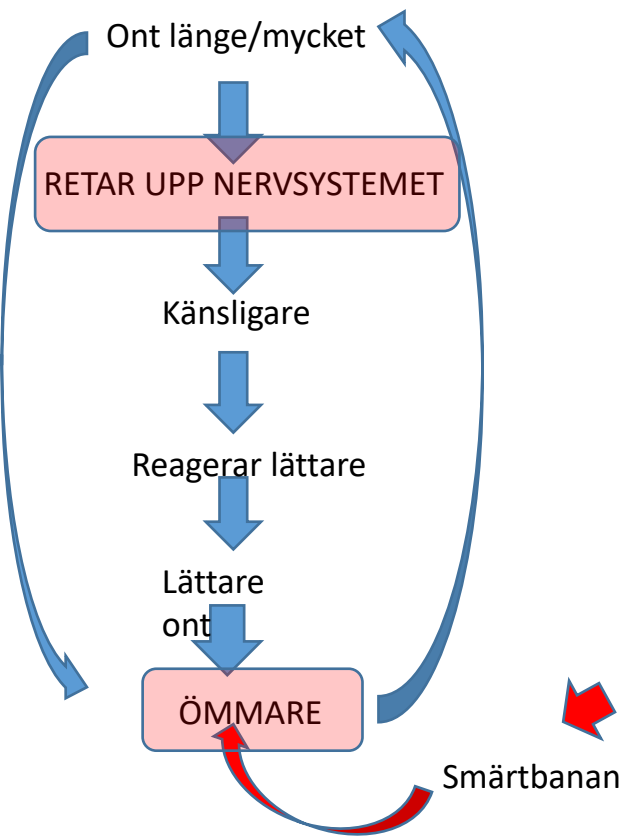




Smärtsinne – del av Känslsinnet

1. Känslighet





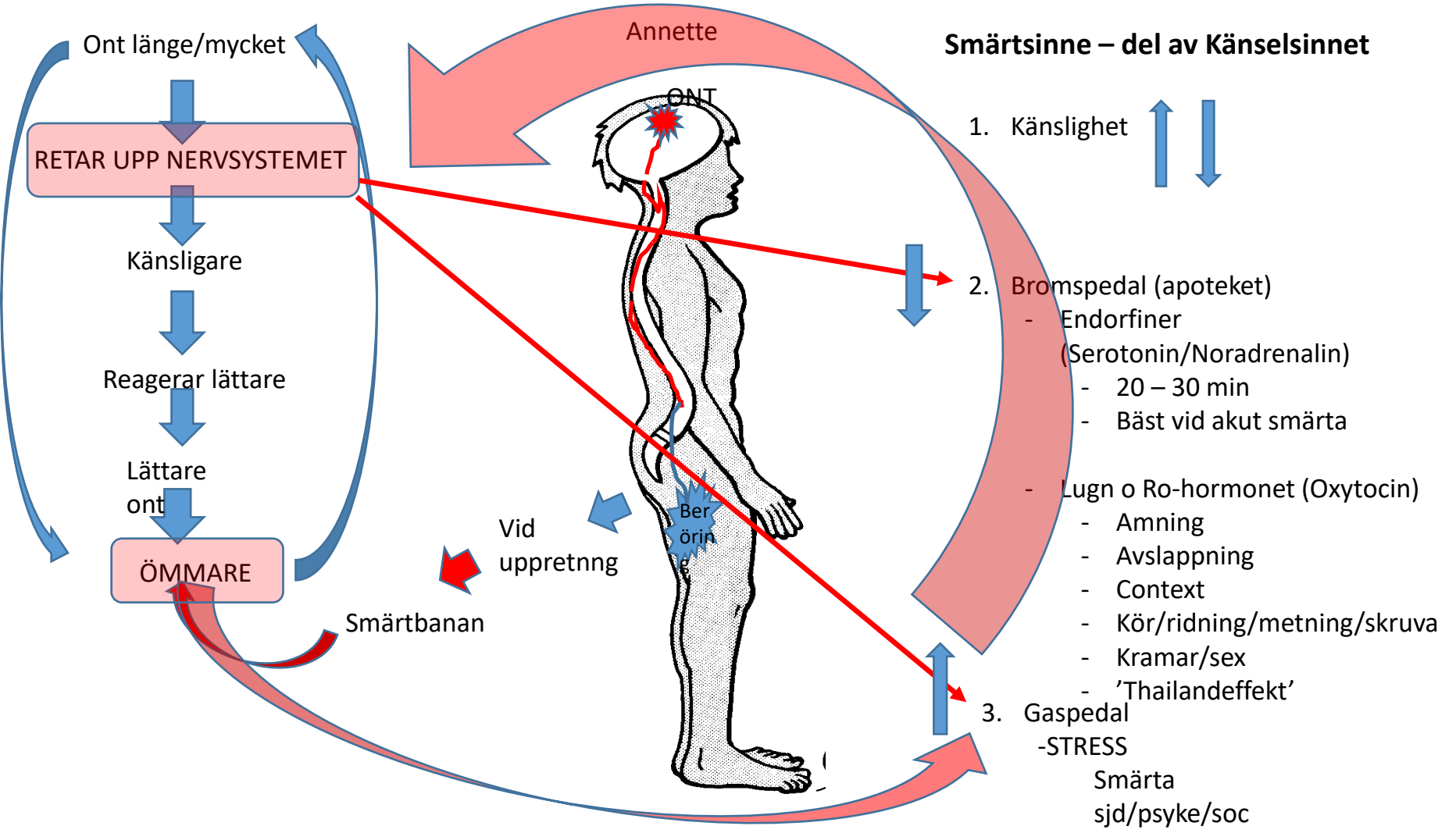
Smärtsinne – del av Känfelsinnet

1. Känslighet

2. **Bromspedal** (apoteket)
 - Endorfiner (Serotonin/Noradrenalin)
 - 20 – 30 min
 - Bäst vid akut smärta

 - Lugn o Ro-hormonet (Oxytocin)
 - Amning
 - Avslappning
 - Context
 - Kör/ridning/metning/skruva
 - Kramar/sex
 - 'Thailandeffekt'

3. **Gaspedal**
 - STRESS
 - Smärta
 - sjd/psyke/soc



Ont länge/mycket

RETAR UPP NERVSYSTEMET

Känsligare

Reagerar lättare

Lättare ont

ÖMMARE

Smärtbanan

Annette

ONT

Beröring

Vid uppretnng

Smärtsinne – del av Känfelsinnet

1. Känslighet

2. Bromspedal (apoteket)

- Endorfiner (Serotonin/Noradrenalin)
- 20 – 30 min
- Bäst vid akut smärta

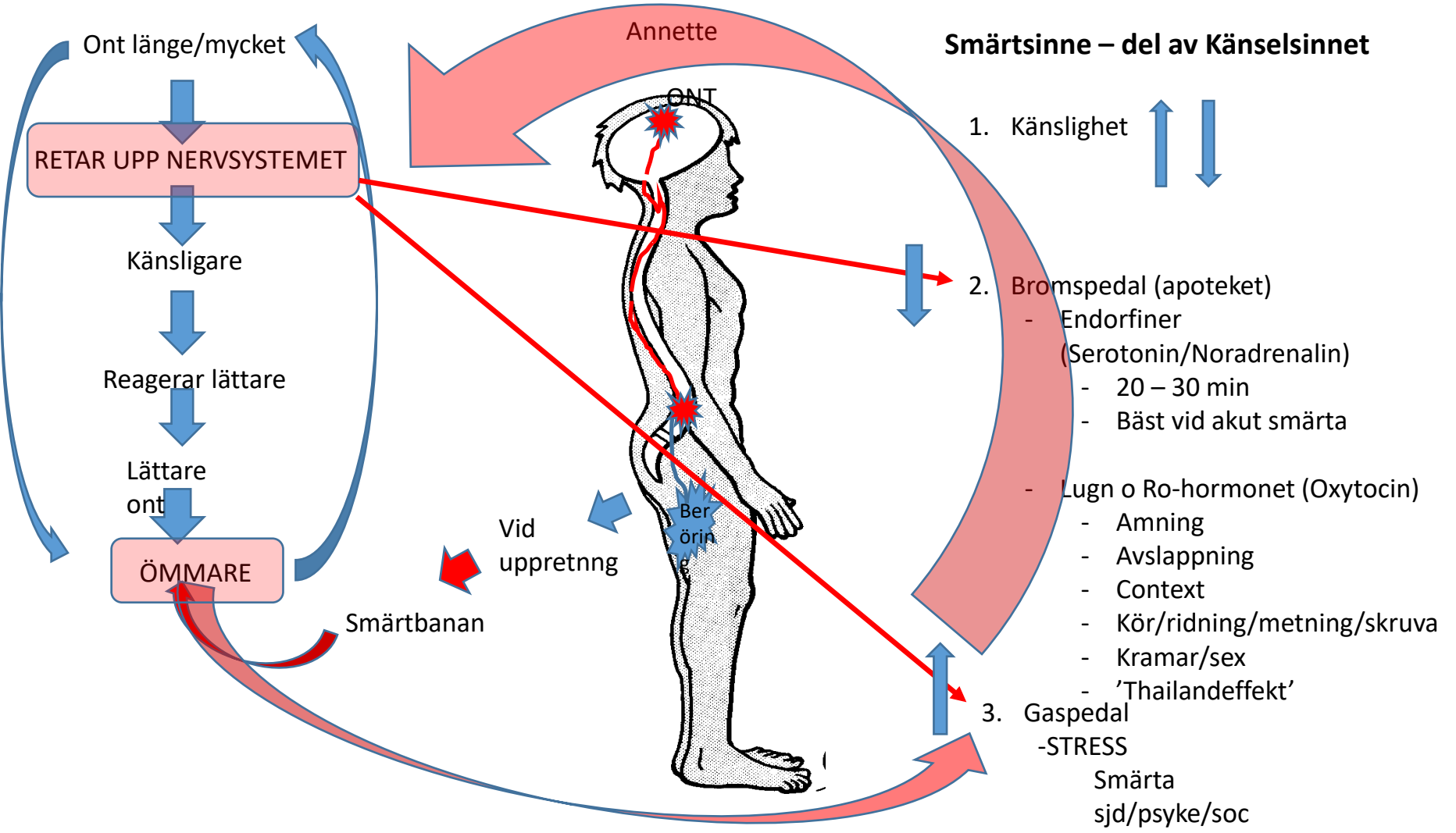
- Lugn o Ro-hormonet (Oxytocin)

- Amning
- Avslappning
- Context
- Kör/ridning/metning/skruva
- Kramar/sex
- 'Thailandeffekt'

3. Gaspedal

-STRESS

Smärta
sjd/psyke/soc



Ont länge/mycket

RETAR UPP NERVSYSTEMET

Känsligare

Reagerar lättare

Lättare ont

ÖMMARE

Smärtbanan

Annette

ONT

Beröring

Vid uppretning

Smärtsinne – del av Känslsinnet

1. Känslighet



2. Bromspedal (apoteket)

- Endorfiner (Serotonin/Noradrenalin)
- 20 – 30 min
- Bäst vid akut smärta

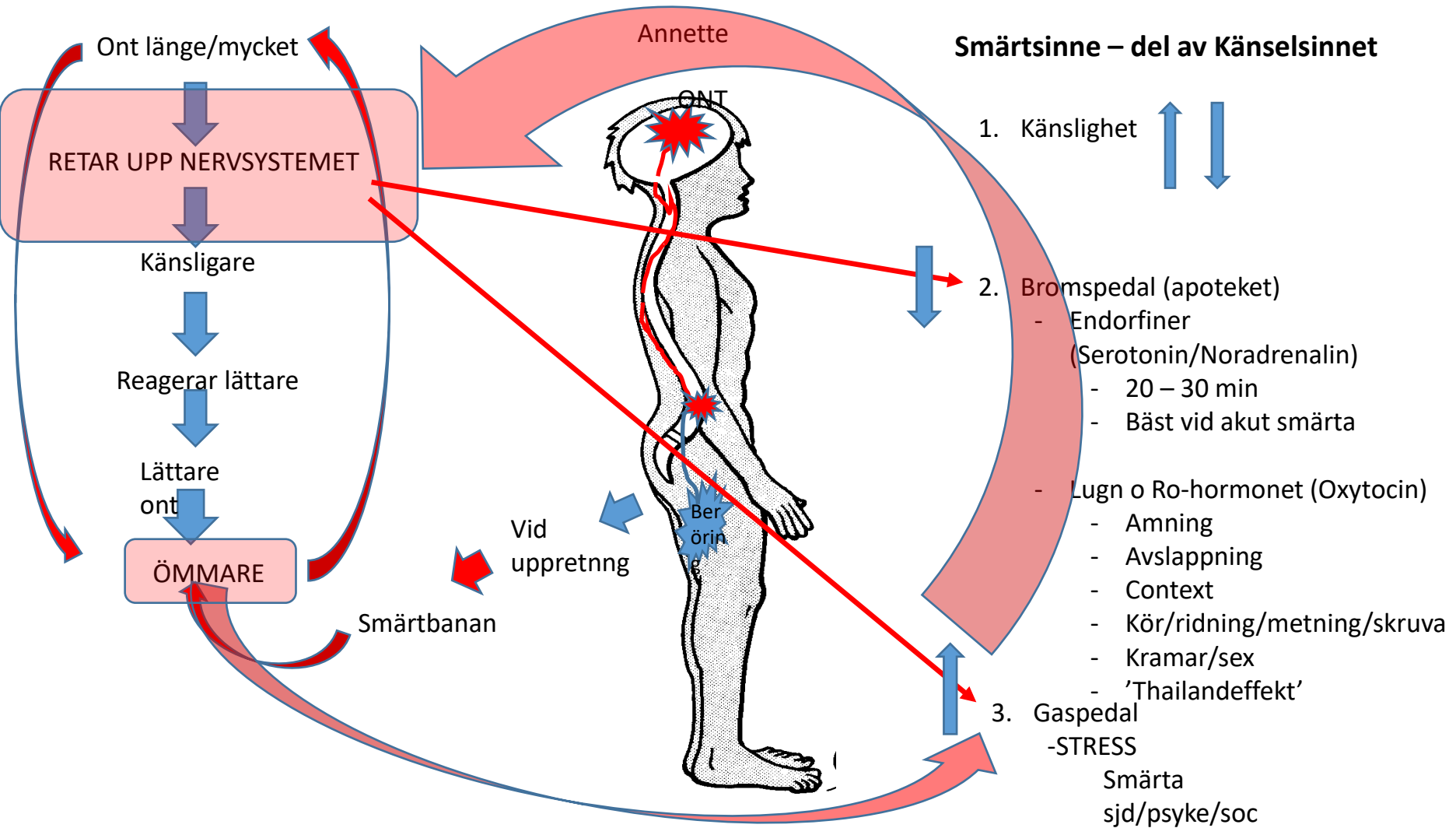
- Lugn o Ro-hormonet (Oxytocin)

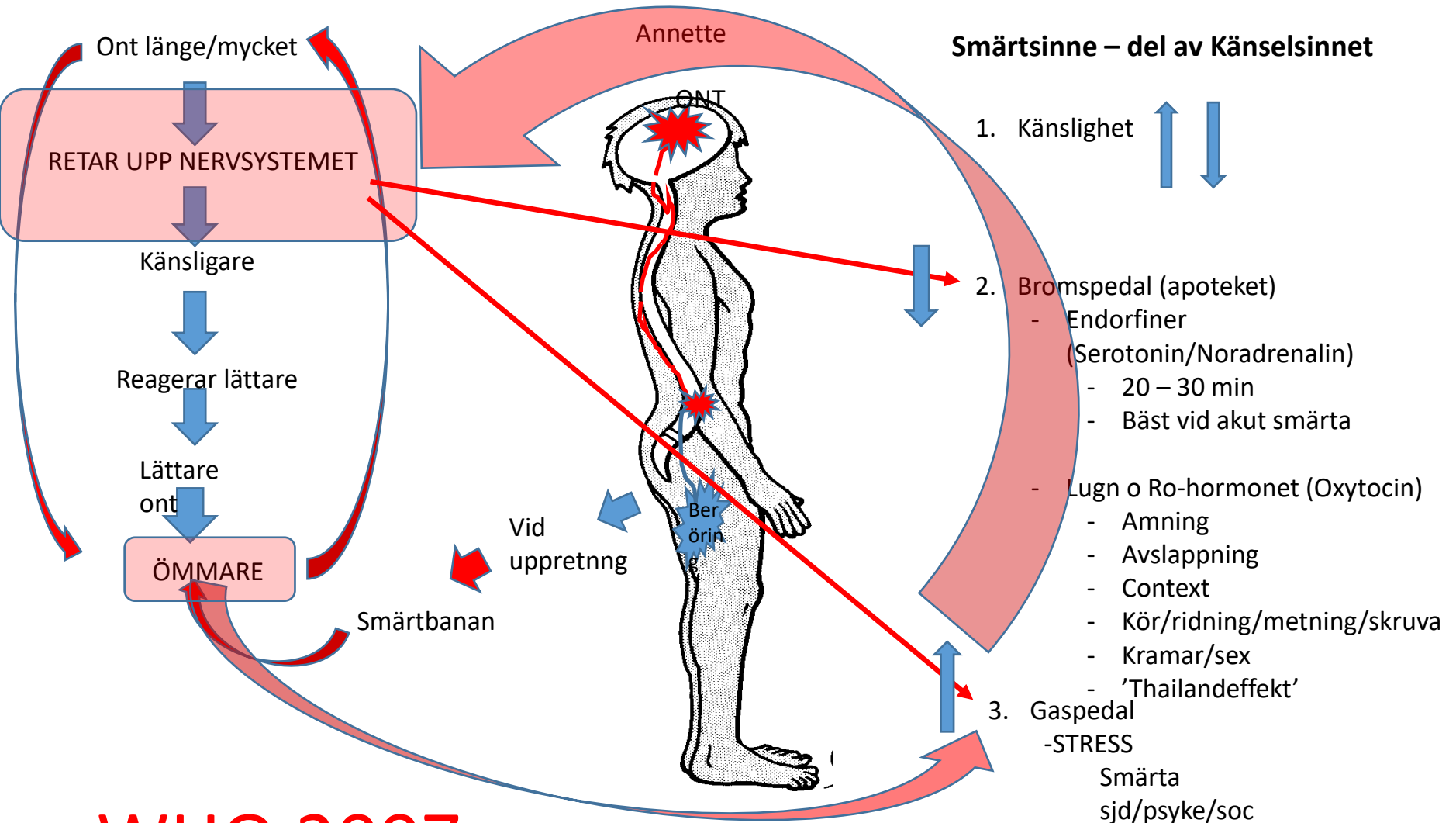
- Amning
- Avslappning
- Context
- Kör/ridning/metning/skruva
- Kramar/sex
- 'Thailandeffekt'

3. Gaspedal

-STRESS

Smärta
sjd/psyke/soc





WHO 2007

HUR KOORDINERA

**LÄKARNA,
FYSIOTERAPEUTERNA,
ARBETSTERAPEUTERNA,
PSYKOLOGERNA,
SLÄKTEN OCH
FÖRSÄKRINGSKASSAN**

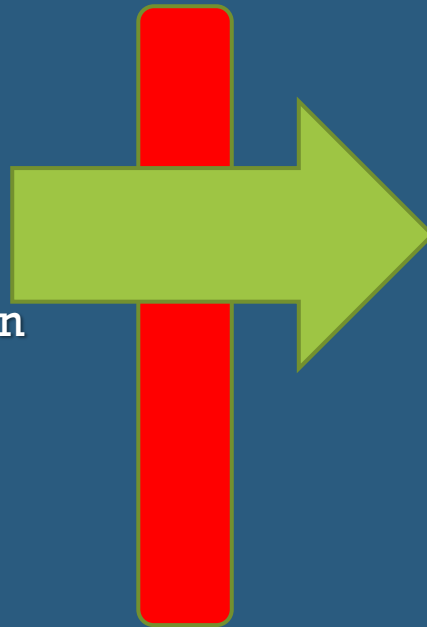
I DETTA (REHABARBETET)?

SMÄRTA

??

AKUTSJUKVÅRDEN

- Akut Smärta ¹
 - 0 – 3 månader
 - Mått
 - Rtg
 - MRT
 - Lab
 - Fys undersökn
 - Samtal
 - Mekanik
 - Passiv pat
 - Aktiv terapeut
 - MEDCINSK BEH ²



1. Carr DB, Goudas LC. Acute pain. The Lancet, 1999;353:2051–8.
2. Läkemedelsboken https://lakemedelsboken.se/kapitel/smarta/smarta_och_smartbehandling.html#g1_45
3. Bennett MI, Kaasa S, Barke A, Korwisi B, Rief W, Treede R-D. The IASP classification of chronic pain for ICD-11. Pain 2019;160:38–44.
4. Torsten Gordh, Marcelo Rivano-Fischer. Långvarig smärta – avgränsning, definitioner och övergripande behandlingsstrategier. Information från Läkemedelsverket 2017;28(3):22-25

SMÄRTA

??

AKUTSJUKVÅRDEN

- Akut Smärta ¹
 - 0 – 3 månader
 - Mått
 - Rtg
 - MRT
 - Lab
 - Fys undersökn
 - Samtal
 - Mekanik
 - Passiv pat
 - Aktiv terapeut
 - MEDCINSK BEH ²



1. Carr DB, Goudas LC. Acute pain. The Lancet, 1999;353:2051–8.
2. Läkemedelsboken https://lakemedelsboken.se/kapitel/smarta/smarta_och_smartbehandling.html#g1_45
3. Bennett MI, Kaasa S, Barke A, Korwisi B, Rief W, Treede R-D. The IASP classification of chronic pain for ICD-11. Pain 2019;160:38–44.
4. Torsten Gordh, Marcelo Rivano-Fischer. Långvarig smärta – avgränsning, definitioner och övergripande behandlingsstrategier. Information från Läkemedelsverket 2017;28(3):22-25

SMÄRTA

AKUTSJUKVÅRDEN

??

- Akut Smärta ¹

- 0 – 3 månader
- Mått
 - Rtg
 - MRT
 - Lab
 - Fys undersökn
 - Samtal
- **Mekanik**
- Passiv pat
- Aktiv terapeut
- **MEDCINSK BEH** ²



LÄKNING

- Långvarig smärta ³

- > 3-6 månader
- Mått
 - SAMTAL
 - Fys undersökn
- **Beteénde**
- Aktiv pat
- Passiv terapeut
- **MED REHABILITERING** ⁴

1. Carr DB, Goudas LC. Acute pain. The Lancet, 1999;353:2051–8.

2. Läkemedelsboken https://lakemedelsboken.se/kapitel/smarta/smarta_och_smartbehandling.html#q1_45

3. Bennett MI, Kaasa S, Barke A, Korwisi B, Rief W, Treede R-D. The IASP classification of chronic pain for ICD-11. Pain 2019;160:38–44.

4. Torsten Gordh, Marcelo Rivano-Fischer. Långvarig smärta – avgränsning, definitioner och övergripande behandlingsstrategier. Information från Läkemedelsverket 2017;28(3):22-25

SMÄRTA

AKUTSJUKVÅRDEN

??

• Akut Smärta ¹

- 0 – 3 månader
- Mått
 - Rtg
 - MRT
 - Lab
 - Fys undersökn
 - Samtal
- **Mekanik**
- Passiv pat
- Aktiv terapeut
- **MEDCINSK BEH ²**

LÄKNING

• Långvarig smärta ³

- > 3-6 månader
- Mått
 - SAMTAL
 - Fys undersökn
- **Beteénde**
- Aktiv pat
- Passiv terapeut
- **MED**
- **REHABILITERING ⁴**

1. Carr DB, Couderc LC. Acute pain. The Lancet, 1999;353:2051–8.

2. Läkemedelsboken https://lakemedelsboken.se/kapitel/smarta/smarta_och_smartbehandling.html#q1_45

3. Bennett MI, Kaasa S, Barke A, Korwisi B, Rief W, Treede R-D. The IASP classification of chronic pain for ICD-11. Pain 2019;160:38–44.

4. Torsten Gordh, Marcelo Rivano-Fischer. Långvarig smärta – avgränsning, definitioner och övergripande behandlingsstrategier. Information från Läkemedelsverket 2017;28(3):22-25

SMÄRTA

AKUTSJUKVÅRDEN

- Akut Smärta ¹
 - 0 – 3 månader
 - Mått
 - Rtg
 - MRT
 - Lab
 - Fys undersökn
 - Samtal
 - Mekanik
 - Passiv pat
 - Aktiv terapeut
 - **MEDICINSK BEH** ²

LÄKNING

??

- Långvarig smärta ³
 - > 3-6 månader
 - Mått
 - SAMTAL
 - Fys undersökn
 - Beteénde
 - Aktiv pat
 - Passiv terapeut
- **MED REHABILITERING** ⁴

1. Carr DB, Goudas LC. Acute pain. The Lancet, 1999;353:2051-8.

2. Läkemedelsboken https://lakemedelsboken.se/kapitel/smarta/smarta_och_smartbehandling.html#q1_45

3. Bennett MI, Kaasa S, Barke A, Korwisi B, Rief W, Treede R-D. The IASP classification of chronic pain for ICD-11. Pain 2019;160:38-44.

4. Torsten Gordh, Marcelo Rivano-Fischer. Långvarig smärta – avgränsning, definitioner och övergripande behandlingsstrategier. Information från Läkemedelsverket 2017;28(3):22-25

SMÄRTA

AKUTSJUKVÅRDEN

??

- Akut Smärta

MEDICINSK BEH¹

LÄKNING

- Långvarig smärta

MED
REHABILITERING²

1. Läkemedelsboken https://lakemedelsboken.se/kapitel/smarta/smarta_och_smartbehandling.html#q1_45
2. Torsten Gordh, Marcelo Rivano-Fischer. Långvarig smärta – avgränsning, definitioner och övergripande behandlingsstrategier. Information från Läkemedelsverket 2017;28(3):22-25

SMÄRTA

AKUTSJUKVÅRDEN

??

- Akut Smärta

MEDICINSK BEH¹

LÄKNING

- Långvarig smärta

MED

REHABILITERING²

1. Läkemedelsboken https://lakemedelsboken.se/kapitel/smarta/smarta_och_smartbehandling.html#q1_45

2. Torsten Gordh, Marcelo Rivano-Fischer. Långvarig smärta – avgränsning, definitioner och övergripande behandlingsstrategier. Information från Läkemedelsverket 2017;28(3):22-25

SMÄRTA

??

AKUTSJUKVÅRDEN

- Akut Smärta

MEDICINSK BEH¹

LÄKNING

- Långvarig smärta

MED

REHABILITERING²

1. Läkemedelsboken https://lakemedelsboken.se/kapitel/smarta/smarta_och_smartbehandling.html#q1_45

2. Torsten Gordh, Marcelo Rivano-Fischer. Långvarig smärta – avgränsning, definitioner och övergripande behandlingsstrategier. Information från Läkemedelsverket 2017;28(3):22-25

**”HUR LÅNGT HAR PATIENTEN
KOMMIT IN I SIN
SENSITISERINGSKARRIÄR?”**

(’UPPRETNINGSKARRIÄR’?)

(STRESSKARRIÄR)

(SYMPATIKUSKARRIÄR....)

(BETEÉNDEÄNDRINGSKARRIÄR)

CHECKLISTA FÖR TERAPEUTEN

- Förstår pat diagnosen/förklaringen?
- Accepterar pat diagnosen/förklaringen?
 - Upplever pat diagnosen/förklaringen som besked?
- Vill/kan pat 'gå vidare'?
 - Kan pat internalisera diagnosen/förklaringen?
 - Är pat redo för behandling/rehabilitering?

UPPFATTNING OM BEHANDLING

cli



Lägg kotan
tillräta!

SERRE

**ÄR MAN UTBILDAD MED
HAMMARE SER ALLA
PROBLEM UT SOM SPIK**

Vilken patient har Vi??



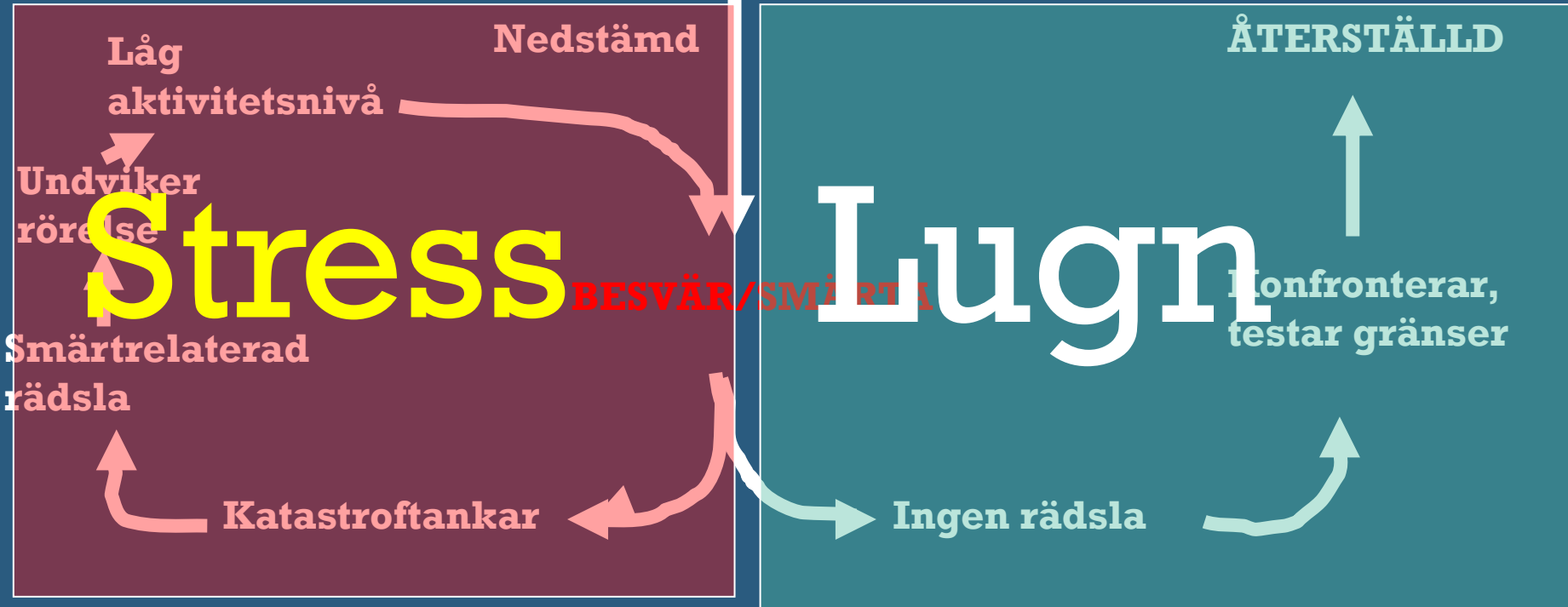
VAR ÄR DEN 'FELANDE LÄNKEN'?

FELANDE LÄNKEN?



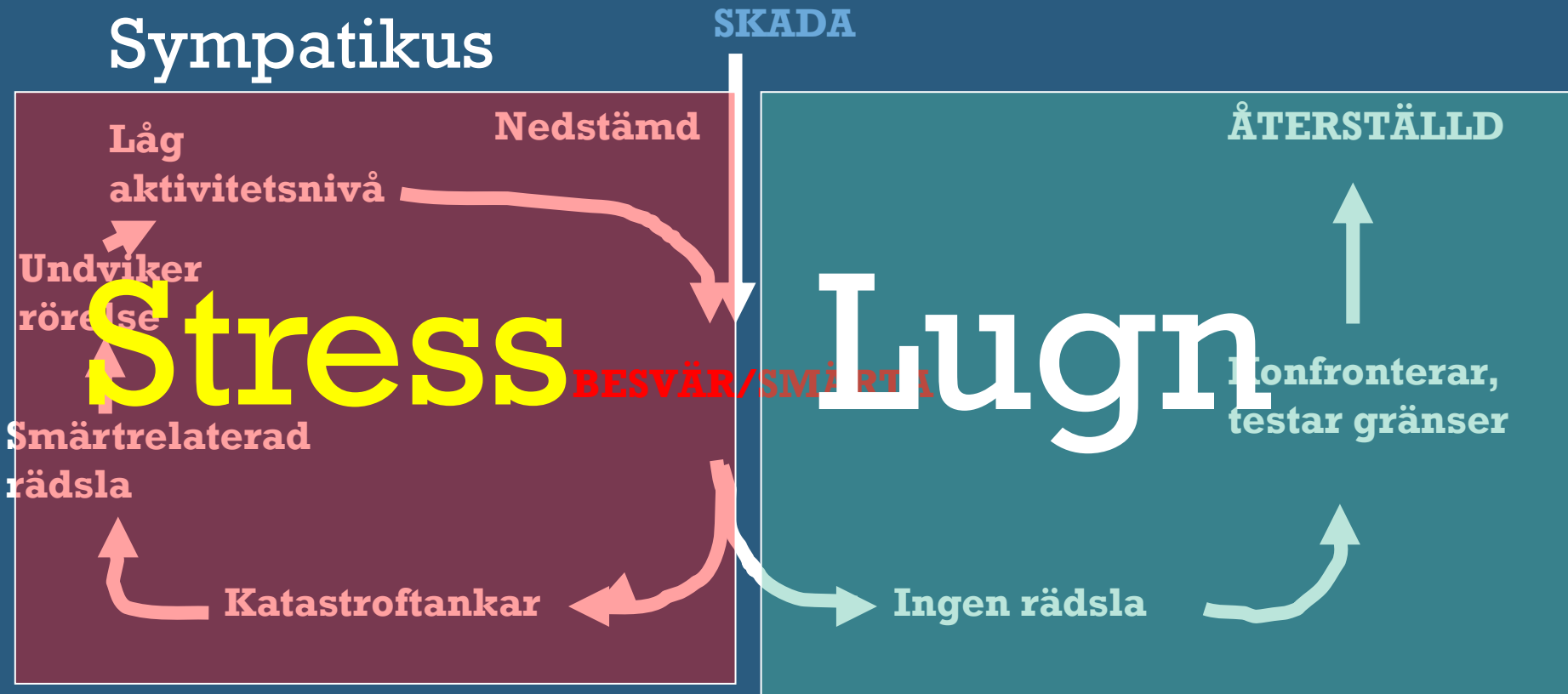
RÄDSLÅ/UNDVIKÅNDE BETEENDE- SMÅRTÅ

SKÅDÅ



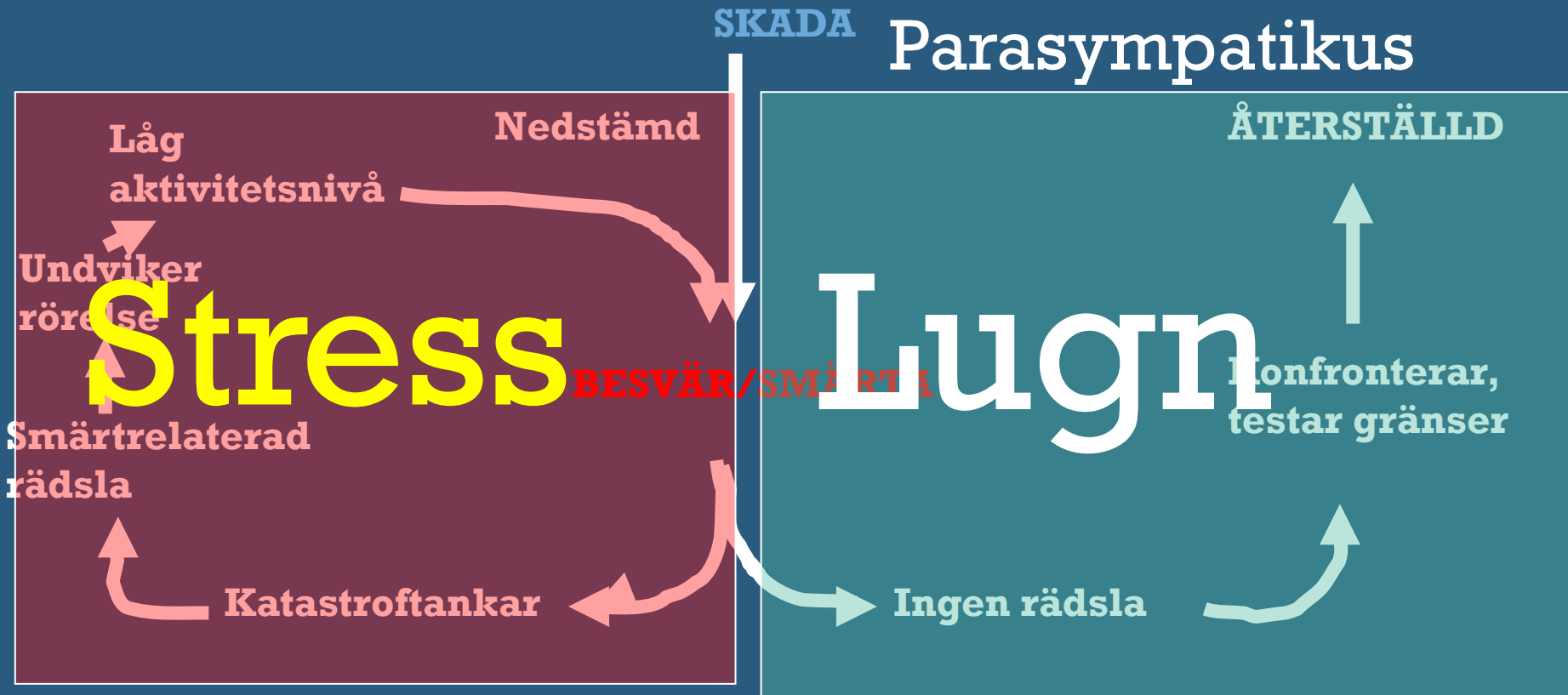
Enl Vlaeyen och S Linton

RÄDSLÅ/UNDVIKÅNDE BETEENDE- SMÅRTÅ

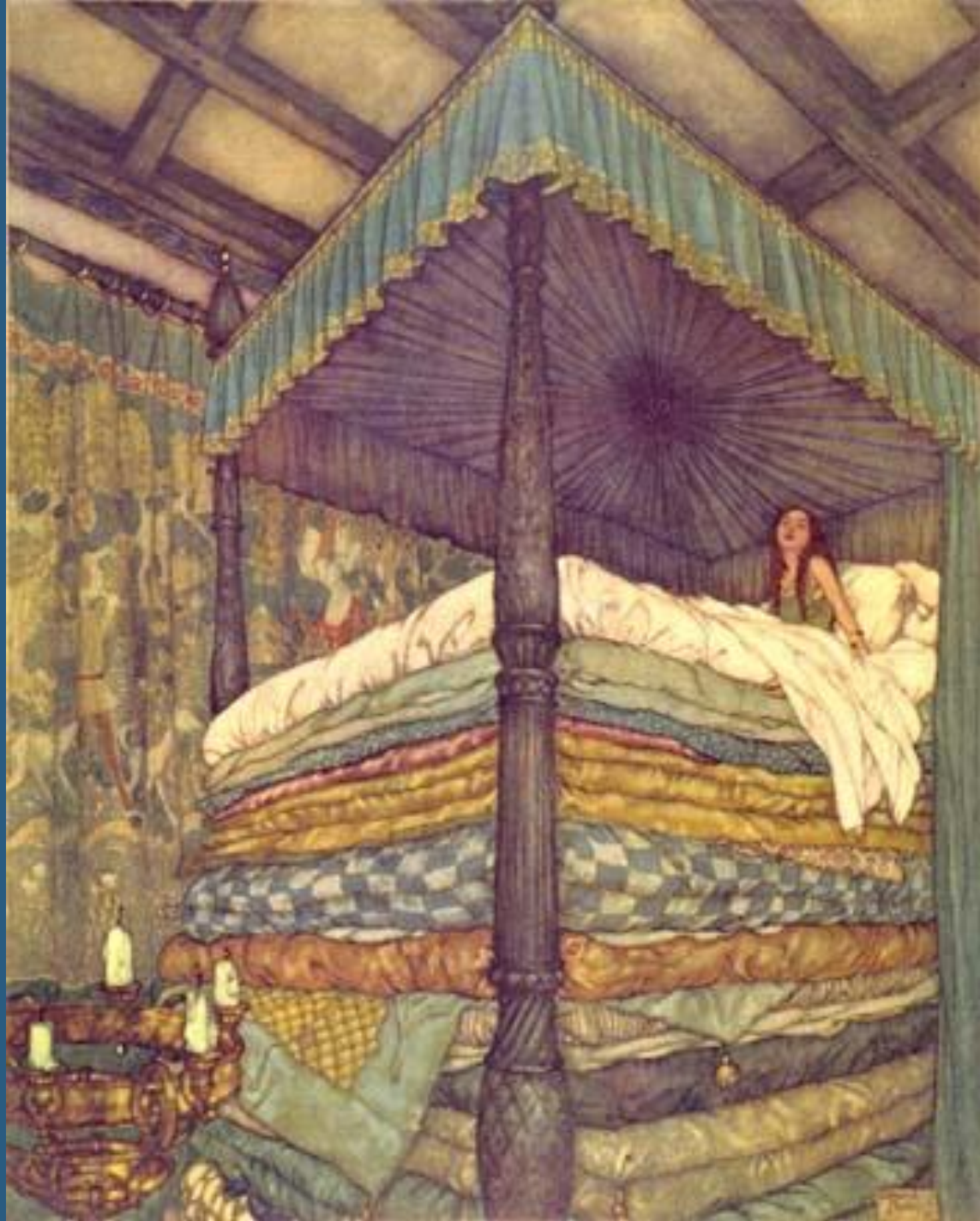


Enl Vlaeyen och S Linton

RÄDSLÅ/UNDVIKÅNDE BETEENDE- SMÅRTÅ



Enl Vlaeyen och S Linton



HUR SOV PRINSESSAN?

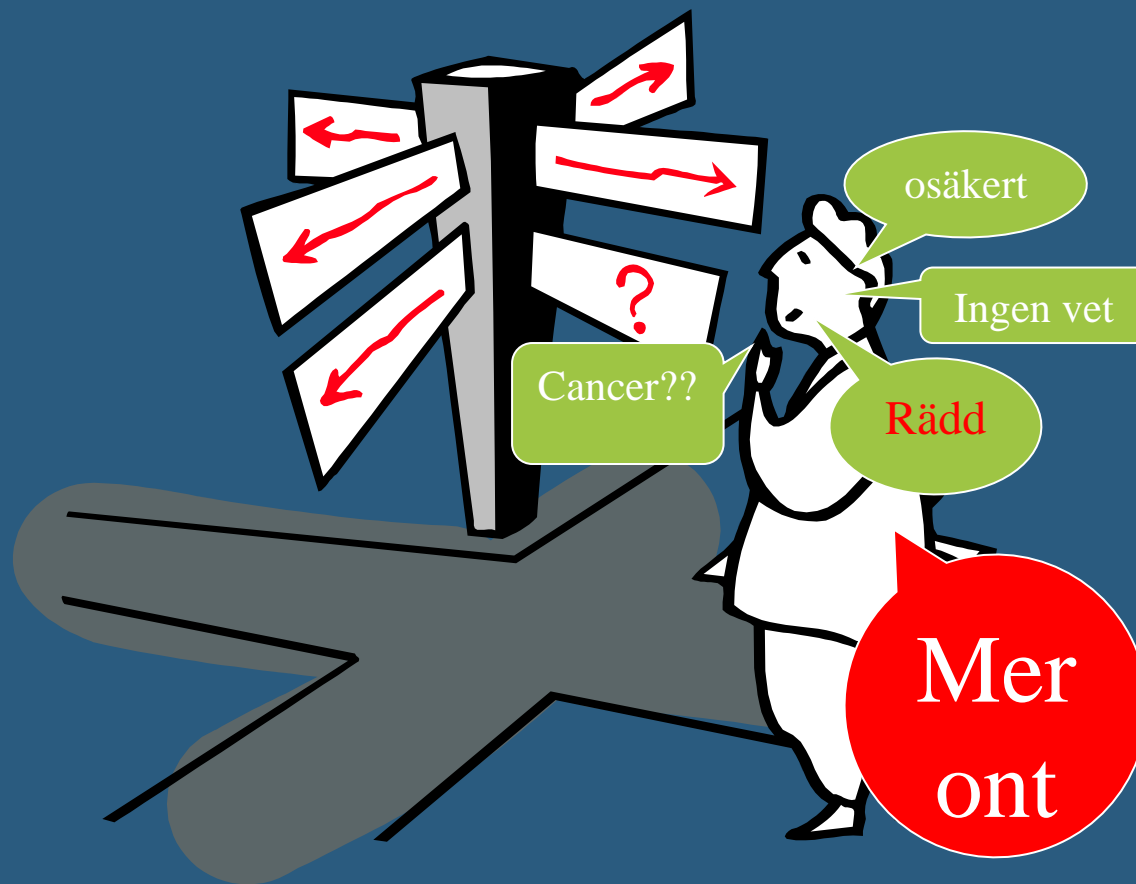
- Å nej, förskräckligt dåligt, sa prinsessan, jag har nästan inte fått en blund i ögonen! Gud vet vad som fanns i sängen. Jag har legat på något hårt. Jag har blåmärken över hela kroppen. Det är alldeles förfärligt!

H. C. Andersen

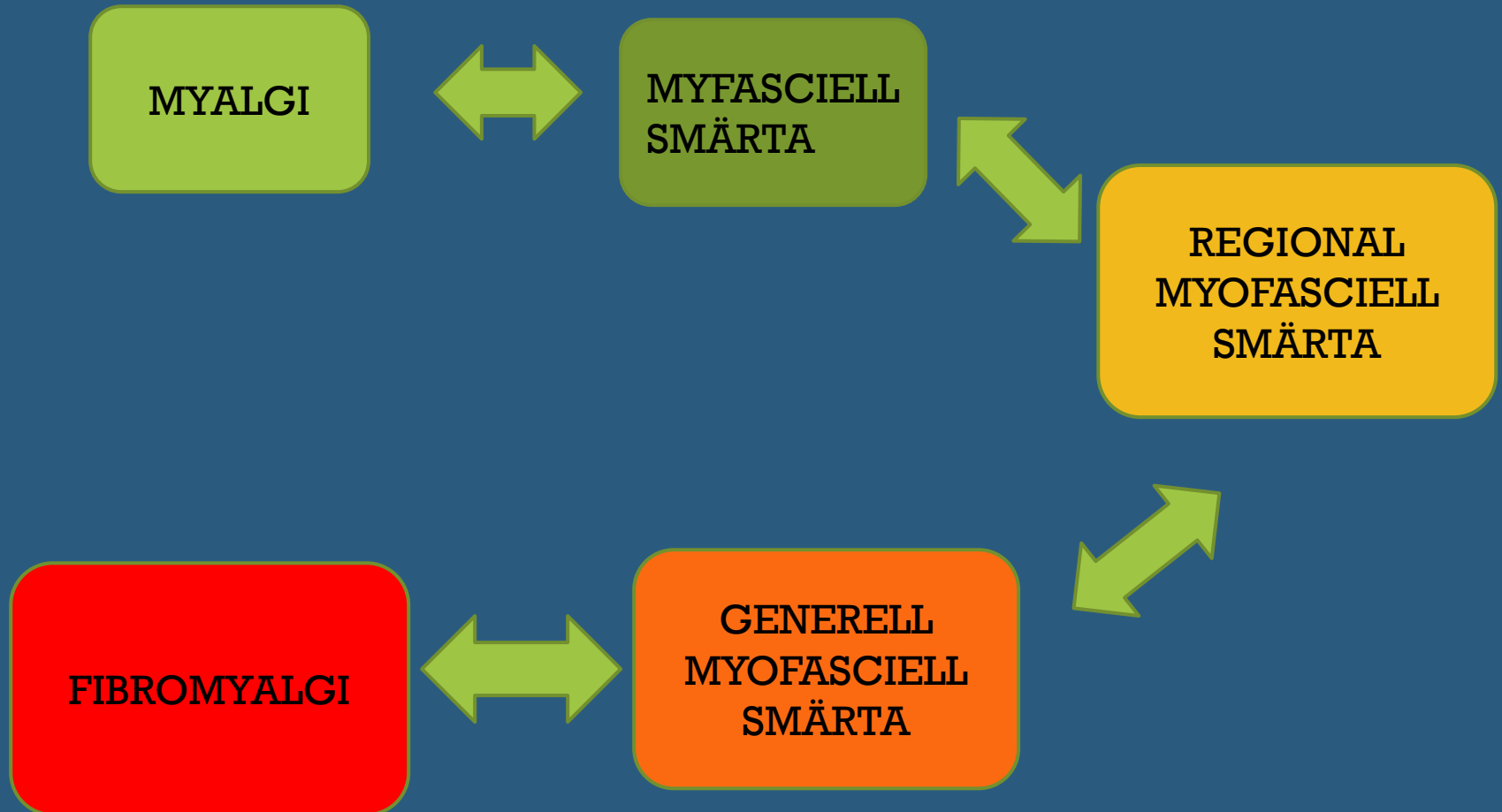
HUR SOV PRINSESSAN?

- Å nej, förskräckligt **dåligt**, sa prinsessan, jag har nästan **inte fått en blund** i ögonen! Gud vet vad som **fanns i sängen**. Jag har legat på **något hårt**. Jag har **blåmärken över hela** kroppen. Det är alldeles **förfärligt!**

SMÄRTUTVECKLING



UTVECKLING -- MJUKDELSSMÄRTA



UTVECKLING -- MJUKDELSSMÄRTA

Axel/op
Rygg
Knäop
Fotledsfr
Whiplash
IBS
Ärrsmärta
Artros
RA
Bechterew
Psoriasisar

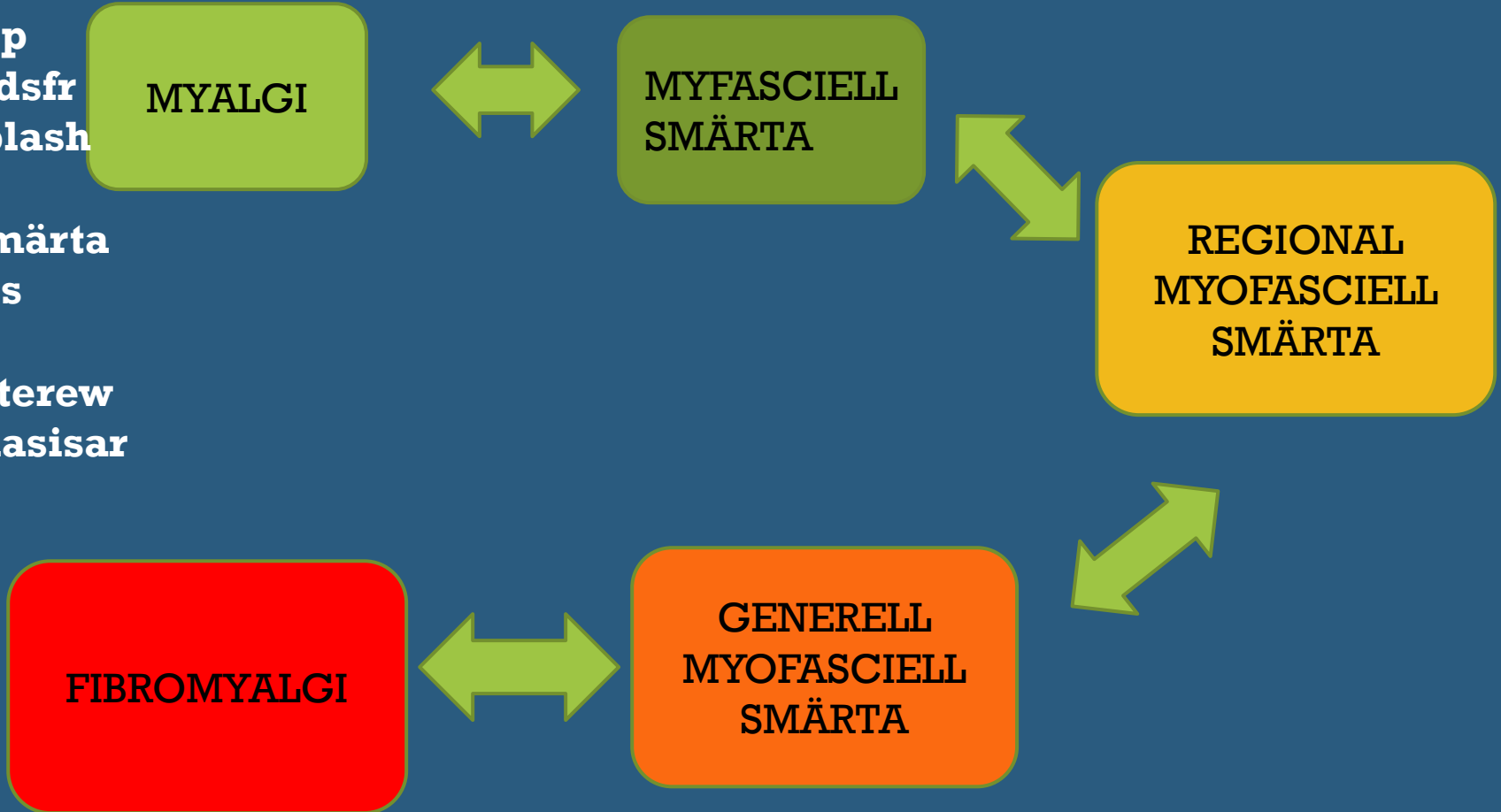
MYALGI

MYFASCIELL
SMÄRTA

REGIONAL
MYOFASCIELL
SMÄRTA

FIBROMYALGI

GENERELL
MYOFASCIELL
SMÄRTA



UTVECKLING -- MJUKDELSSMÄRTA

Axel/opa
Rygg
Knäop
Fotledsfr
Whiplash
IBS
Ärrsmärta
Artros
RA
Bechterew
Psoriasisartr
STRESS
Panik
Depr
Utmat
Migrä

MYALGI

MYFASCIELL
SMÄRTA

REGIONAL
MYOFASCIELL
SMÄRTA

FIBROMYALGI

GENERELL
MYOFASCIELL
SMÄRTA



UTVECKLING -- MJUKDELSSMÄRTA

- Axel/opa
- Rygg
- Knäop
- Fotledsfr
- Whiplash
- IBS
- Ärrsmärta
- Artros
- RA
- Bechterew
- Psoriasisartr
- STRESS
- Panik
- Depr
- Utmat
- Migrä

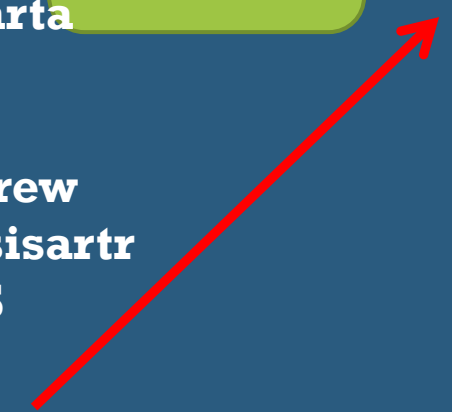
MYALGI

MYFASCIELL SMÄRTA

REGIONAL MYOFASCIELL SMÄRTA

FIBROMYALGI

GENERELL MYOFASCIELL SMÄRTA



UTVECKLING -- MJUKDELSSMÄRTA

- Axel/opa
- Rygg
- Knäop
- Fotledsfr
- Whiplash
- IBS
- Ärrsmärta
- Artros
- RA
- Bechterew
- Psoriasisartr
- STRESS
- Panik
- Depr
- Utmat
- Migrä

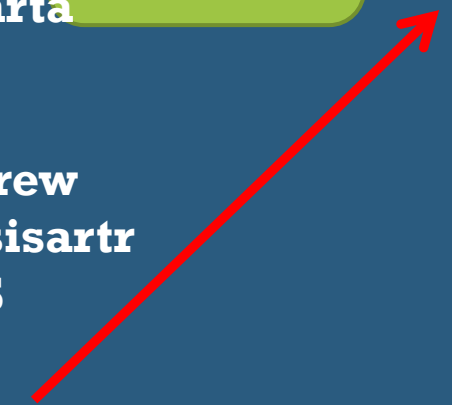
MYALGI

MYFASCIELL SMÄRTA

REGIONAL MYOFASCIELL SMÄRTA

FIBROMYALGI

GENERELL MYOFASCIELL SMÄRTA



SMÄRTANALYS



UNDERRSÖKNING



VARFÖR SMÄRTANALYS - PATIENTEN

Patients want a clear diagnosis, the cause of their pain, information and instructions....

..they expect confirmation from the care provider that their pain is real.....

..they want understanding, listening, respect and being included in decision-making...

VARFÖR SMÄRTANALYS - PATIENTEN

Patients want a **clear diagnosis**, the cause of their pain, information and instructions....

..they expect **confirmation** from the care provider that their **pain is real**.....

..they want **understanding, listening, respect** and being included in decision-making...

SMÄRTANALYS

NÄR

VAR

HUR

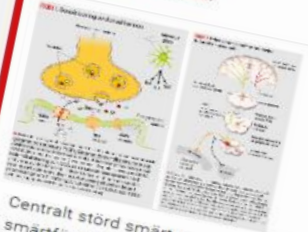
Läkartidningen

ÖVERSIKT

Central sensitisering bakom svårbehandlad specifik smärta

Smärtmekanism vid fibromyalgi kan förklara även långvariga organrelaterade smärttillstånd

Jan Lidbeck, med dr, specialistläkare, Multimodala smärtteamet, VE Råå, Helsingborg; knuten till Kunskapscentrum smärta, Region Skåne
lidbeckjan@gmail.com



Centralt störd smärtmodulering är en viktig smärtförstärkande mekanism vid långvarig muskuloskeletal smärta (duration > 3 månader), som vid fibromyalgi (utbredd smärta), nackskadesyndrom och lumbago [1]. Detta har tidigare belysts i Läkartidningen [2-4] och sedan 2011 även i Läkemiddelsboken [5]. Under senare år har ett ökande antal

HUVUDBUDSKAP

Central sensitisering är en förstärkande mekanism vid långvarig muskuloskeletal smärta. Ökat stöd finns för att central sensitisering kan bidra till även mer specifik

SUMMARY IN ENGLISH

LÄS ARTIKEL SOM PDF

CITERAS SOM:
Läkartidningen. 2016;113:D4YA
Läkartidningen 49/2016
Lakartidningen.se 2016-10-25

11 KOMMENTARER KOMMENTERA

LÄKARKARRIÄR JOBB I FOKUS 183

Underläkare Barn- och Ungdomskliniken, Västerviks sjukhus Västervik

FHV-läk/Spec-läk i allmänmed, 50%. Höganäs Sweden AB Höganäs

Överläkare inom Anestesi och Intensivvård, Ålands hälso- och sjukvård Åland

**”HUR LÅNGT HAR PATIENTEN
KOMMIT IN I SIN
SENSITISERINGSKARRIÄR?”**

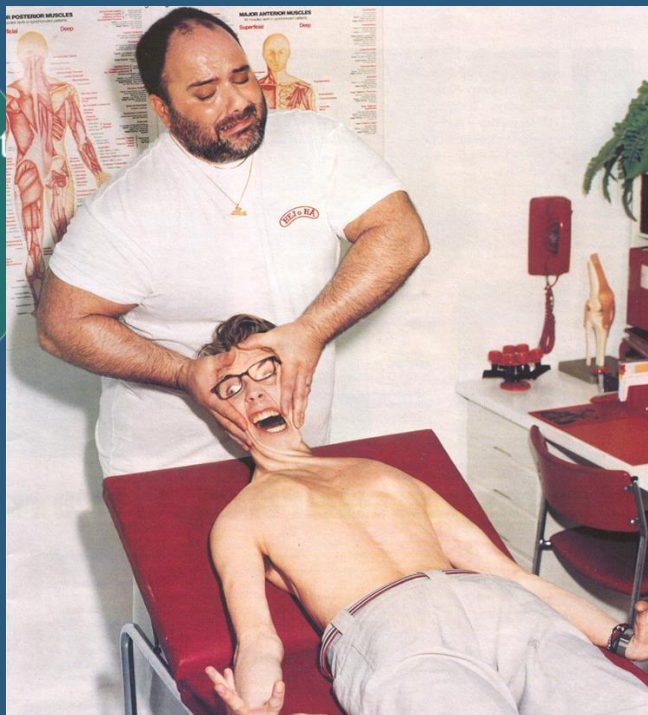
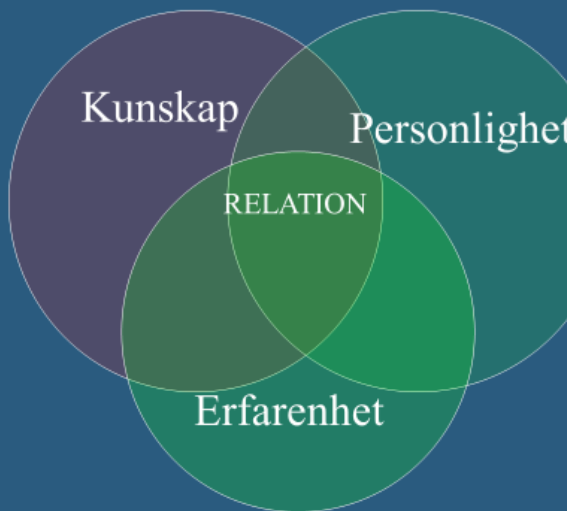
HANDLÄGGNING PATIENT MED LÅNGVARIG SMÄRTA

SAMTAL

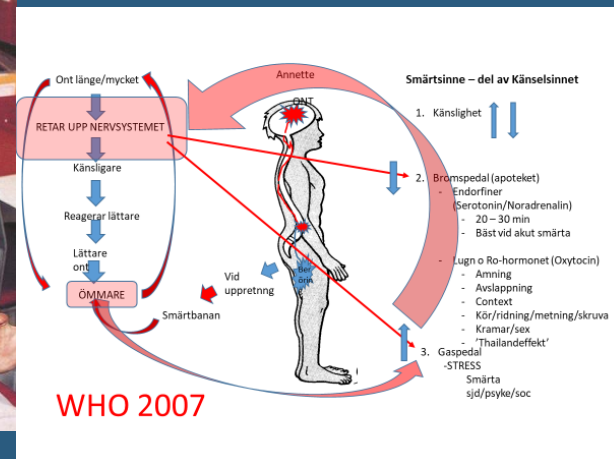
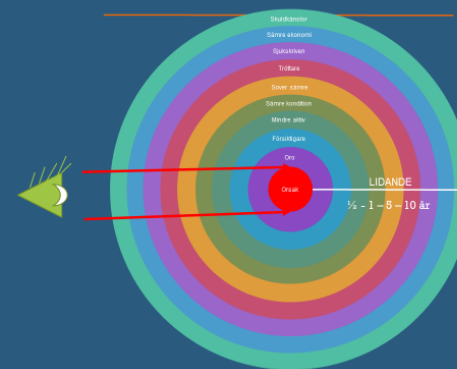
FYSIKALISK
UNDERSÖKNING

FÖRKLARING/BEH

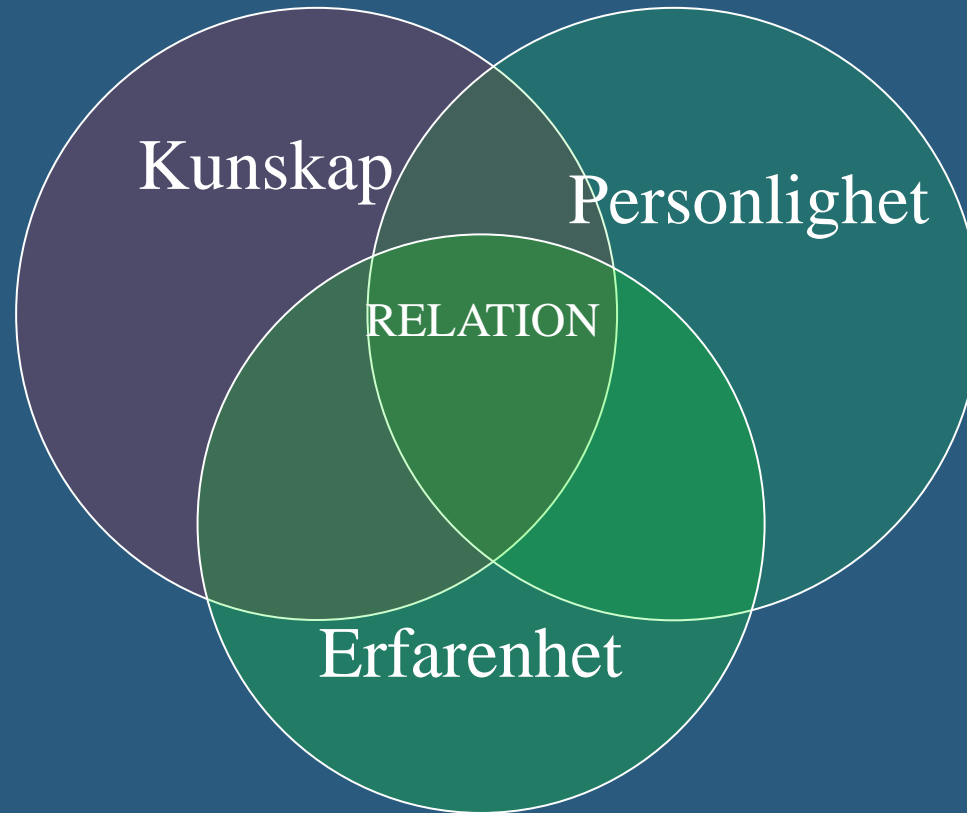
SAMTALET



Biopsykosociala smärtsynen



SAMTALET



**DET HJÄLPER INTE OM
MAN KAN SÄGA HÄST PÅ
7 SPRÅK OM MAN
KÖPER EN KO NÄR MAN
SKALL BÖRJA RIDA**

ARABISKT ORDSPRÅK

UNDERRSÖKNING

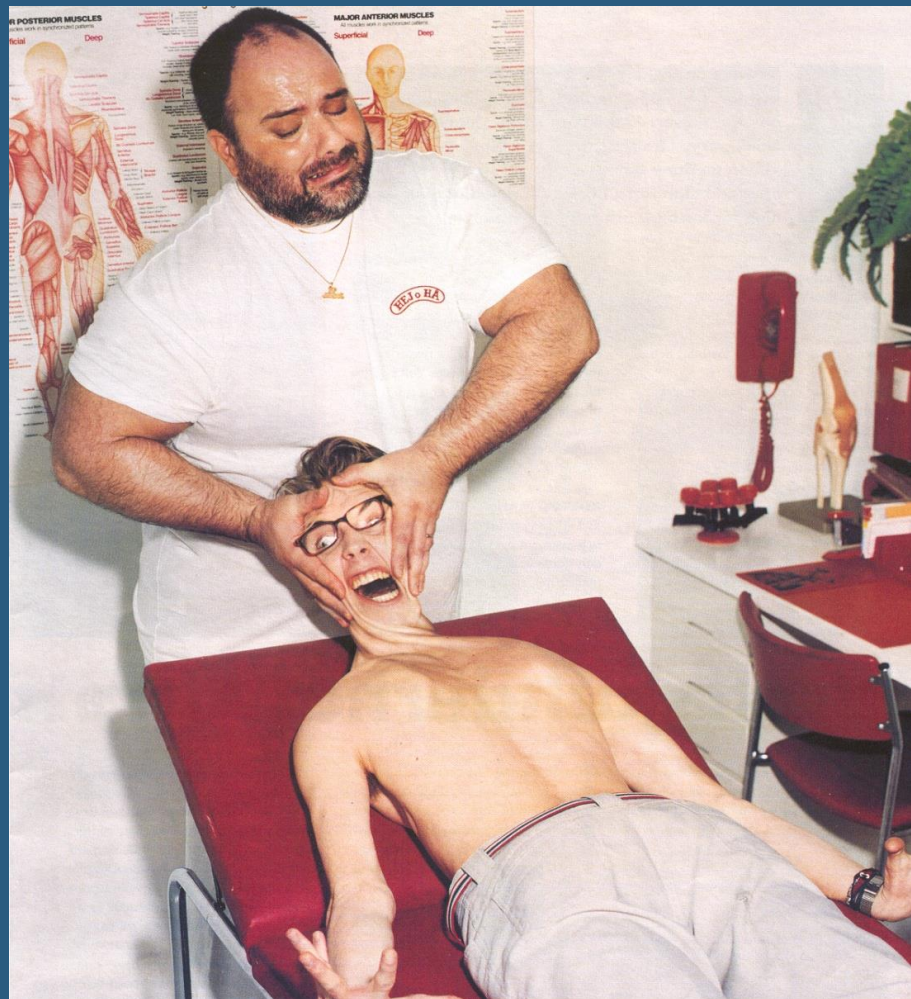


SOMATISK/NEUROLOGISK UNDERSÖKNING

- Fysikalisk undersökning,
t ex enligt

*ortopedmedicinska
principer*

- S Blomberg -94,
'A functional
approach to low
back pain'
- Ett otal sju-
g-
avhandlingar
under 20 år.



”FÖRKLARING ISTÄLLET FÖR BOT”.



Bild från tidskriften "Vetenskap & Hälsa",
länk; <https://www.vetenskaphalsa.se/nytt-poddavsnitt-smarta-ett-nodvandigt-ont/>
Foto: George Godfrey

Psykolog Marcello Rivano
Fischer

**”BEMÖTANDE OCH
FÖRKLARING ÄR GRUNDEN
TILL ALL
BETEÉNDEFÖRÄNDRING.”**

**MARCELO FISCHER RIVANO,
ALMEDALEN 2018**

CHECKLISTA

- Förstår pat diagnosen/förklaringen?
- Accepterar pat
diagnosen/förklaringen?
 - Upplever pat diagnosen/förklaringen som besked?
- Vill/kan pat 'gå vidare'?
 - Kan pat internalisera diagnosen/förklaringen?
 - Är pat redo för behandling/rehabilitering?

**HUR FÅR VI PATIENTEN
DELAKTIG I PROCESSEN?**

ADHERENS!

HUR FÖRKLARAR VI?

HUR SKAPAR VI ALLIANS?



FÖLJSAMHET – COMPLIANCE – ADHERENCE

NYA RÖN

nya.ron@lakartidningen.se

Patienter som följer ordinationer lever längre

Följsamhet till långvarig läkemedelsbehandling är ett vanligt debattämne. Som läkare har vi ofta gett råd till patienter och ordinerat läkemedel och sett det som en ren patientuppgift att bara följa råden. Vi har ju varit säkra på att individer

Effekt av följsamhet på mortalitet undersöktes för placebogruppen. De patienter som uppvisat god följsamhet klarade sig signifikant bättre än de med dålig följsamhet. Oddsquoten var 0,56 (95 procents konfidensintervall, KI, 0,43–0,74),



Foto: Science Photo Library

Hans Liedholm
docent, överläkare,
enheten för
läkemedel
Universitetssjukhuset
MAS, Malmö
2007-02-05

’’Om jag lyckas föra en människa mot ett bestämt mål, måste jag först finna henne där hon är och börja där.

För att hjälpa någon måste jag visserligen förstå mer än hon gör, men först och främst förstå det hon förstår.

Om jag inte kan det hjälper det inte att jag kan mer och vet mer’’

Søren Kirkegaard



FÖLJSAMHET VID KRONISKA SJUKDOMAR

“Increasing the effectiveness of adherence interventions might have a far greater impact on the health of the population than any improvement in specific medical treatments.”

Haynes RB, McDonald H, Garg AX, Montague P. *Interventions for helping patients to follow prescriptions for medications*. The Cochrane Database Syst Rev. 2002,

FÖLJSAMHET VID KRONISKA SJUKDOMAR

“Increasing the effectiveness of adherence interventions might have a far greater impact on the health of the population than any improvement in specific medical treatments.”

Haynes RB, McDonald H, Garg AX, Montague P. *Interventions for helping patients to follow prescriptions for medications*. The Cochrane Database Syst Rev. 2002,

BRA FÖLJSAMHET



Obey all traffic signs!

BRA FÖLJSAMHET

- Basal sjukdomskunskap
- Behandlingsmotivation
- Patientens tro på egen förmåga
- Rimlig förväntan på behandlingens effekt
 - WHO 2010, mm

SAMMANFATTNING

- Följsamhet vid smärtbehandling
50%
- Öka följsamhet skulle innebära
största förändring än nya
mediciner
- Patientens tro på
diagnos/förklaring och egen
förmåga vinnarfaktorer
- Samtalets kvalitet avgör följsamhet

SAMMANFATTNING

- Detta förutsätter:
 1. Gemensam syn/värdegrund inom teamet/arbetsplatsen/inom utredningskedjan
 2. Patienten får en 'diagnos' för att kunna förhålla sig till något.
 3. Inte 'symtomdiagnos' utan riktad diagnos.
 4. Diagnosen/diagnoserna ligger till grund för behandling.
 5. System att 'checka av' om patienten 'är med på noterna'.

TAKE HOME MESSAGE

- Akut smärta är ett symtom
- Långvarig smärta är en sjukdom/ett eget tillstånd/ändrat beteende
- Tror vi på samma saker?
- Hur samordnar vi hur vi förstår smärtan?
- Hur samordnar vi hur vi förklarar för patienten?
- Hur förstår vi om patienten förstår?
- ”Standardiserat vårdförlopp smärta”?

TACK – FRÅGOR?

