

NATIONAL KLINISK RETNINGSLINJE FOR UDREDNING OG BEHANDLING/REHABILITERING AF PATIENTER MED GENERALISEREDE SMERTER I BEVÆGEAPPARATET

Quick guide

Definition af patientgruppen	
	<p>Patientgruppen omfatter voksne patienter, med vedvarende (mindst 3-6 måneders varighed), generaliserede smerter i bevægeapparatet. Ved generaliserede forstås, at smerterne er diffust udbredte til store dele af bevægeapparatet. Patienternes funktionsevne vil som følge af smertetilstanden være nedsat i en grad, der påvirker arbejdet, hverdagsopgaver og/eller fritidsaktivitet. Der kan ved anamnese og objektiv undersøgelse, suppleret med parakliniske undersøgelser (f.eks. billeddiagnostik og blodprøver), ikke påvises en anden somatisk eller psykiatrisk sygdom, der bedre forklarer tilstanden. Patienter med lokaliserede smerter og patienter med smertetilstande, hvor smerterne er fuldt forklaret ved anden veldefineret somatisk eller psykisk sygdom, er således ikke omfattet af denne nationale kliniske retningslinje.</p>
Diagnosticering og udredning	
√	<p>Det er god praksis at anse patienten med generaliserede smerter i bevægeapparatet for at være diagnostisk afklaret, når relevante differentialdiagnoser er udelukket. Patienten kan fuldt afklares på baggrund af anamnese, symptombillede, varighed og objektiv undersøgelse. Betegnelsen generaliserede smerter i bevægeapparatet anses som en tilstand, der kan have mange forskellige diagnosebetegnelser.</p>
√	<p>Det er god praksis at udrede patientens samlede funktionsevne ud fra en bio-psyko-social begrebsramme.</p>

Behandling	
↑	Overvej at tilbyde superviseret træning til udvalgte patienter med generaliserede smerter i bevægeapparatet, hvis formålet er at øge funktionsevne. (⊕○○○)
↑	Overvej at tilbyde patienten med generaliserede smerter i bevægeapparatet CBT eller ACT. (⊕⊕○○)
√	Det er god praksis at tilbyde interventioner, hvori der anvendes strategier, der fremmer aktivitet og deltagelse i hverdagslivet til udvalgte patienter med generaliserede smerter i bevægeapparatet.
↑↑	Tilbyd patienter med generaliserede smerter i bevægeapparatet patientuddannelse. (⊕⊕⊕○)
√	Det er god praksis at afdække patientens funktionsevne i forhold til arbejdsmarkedet og at afdække patientens arbejdsforhold, herunder hvordan patienten oplever, at arbejdet påvirker sygdommen, livsførelse og helbredstilstand. Formålet med dette er at gøre patienten opmærksom på muligheden for at iværksætte indsatser på arbejdspladsen, der er rettet mod fastholdelse på arbejdsmarkedet.
↑	Overvej at tilbyde multidisciplinær intervention, bestående af mindst to behandlingsmodaliteter leveret af mindst to faggrupper til udvalgte patienter med generaliserede smerter i bevægeapparatet. (⊕⊕○○)* *Den multidisciplinære indsats anbefales overvejende til patienter med smerter af mere end 6 måneders varighed og med komplekse problemstillinger som følge af smertetilstanden, jf. Sundhedsstyrelsens specialevejledning.

Farmakologisk behandling	
↓	Anvend kun tramadol til patienter med generaliserede smerter i bevægeapparatet, hvis andre alternativer ikke har haft tilstrækkelig effekt. (⊕⊕○○)
√	Det er god praksis <i>ikke</i> at tilbyde patienter med generaliserede smerter i bevægeapparatet behandling med stærke opioider.
↑	Overvej at tilbyde tricykliske antidepressiva (TCA) til smertelindring hos patienter med generaliserede smerter i bevægeapparatet (⊕⊕⊕○)
↑	Overvej at tilbyde duloxetin til smertelindring hos patienter med generaliserede smerter i bevægeapparatet efter behandlingssvigt med TCA (⊕⊕⊕○)
↓	Tilbyd kun efter nøje overvejelser SSRI til smertelindring hos patienter med generaliserede smerter i bevægeapparatet, da den smertestillende effekt er begrænset. (⊕⊕○○)
↑	Overvej at tilbyde gabapentin eller pregabalin til smertelindring hos patienter med generaliserede smerter i bevægeapparatet. (⊕⊕⊕○)

Om quick guiden

Quick guiden indeholder de centrale anbefalinger i den nationale kliniske retningslinje for udredning og behandling/rehabilitering af patienter med generaliserede smerter i bevægeapparatet. Retningslinjen er udarbejdet i regi af Sundhedsstyrelsen.

Fokus for den nationale kliniske retningslinje for udredning og behandling/rehabilitering af patienter med generaliserede smerter i bevægeapparatet er handlingsanvisninger for udvalgte og velafgrænsede kliniske problemstillinger relaterede til patientgruppen.

Den nationale kliniske retningslinje indeholder således anbefalinger for udvalgte dele af området, og kan ikke stå alene men skal ses i sammenhæng med øvrige retningslinjer, vejledninger, forløbsbeskrivelser mv. på området.

Foran anbefalingerne er angivet følgende, som indikerer styrken af anbefalingerne:

↑↑ = stærk anbefaling for

↓↓ = en stærk anbefaling imod

↑ = en svag/betinget anbefaling for

↓ = en svag/betinget anbefaling imod

Symbolet (√) står for god praksis. Symbolet bliver brugt i tilfælde, hvor der ikke er evidens på området, men hvor arbejdsgruppen ønsker at fremhæve særlige aspekter af anerkendt klinisk praksis.

Efter anbefalingerne er angivet følgende symboler, som indikerer styrken af den bagvedliggende evidens – fra høj til meget lav:

(⊕⊕⊕⊕) = høj

(⊕⊕⊕○) = moderat

(⊕⊕○○) = lav

(⊕○○○) = meget lav

Hvor der ingen evidens er, er der ikke angivet noget symbol efter anbefalingen. Dette gælder god praksis anbefalingerne.

Uddybende materiale på sundhedsstyrelsen.dk

På sundhedsstyrelsen.dk kan man finde den nationale kliniske retningslinje i sin fulde længde inklusiv en detaljeret gennemgang af den bagvedliggende evidens for anbefalingerne.

Om de nationale kliniske retningslinjer

Den nationale kliniske retningslinje er én af 50 nationale kliniske retningslinjer (NKR), der bliver udarbejdet i regi af Sundhedsstyrelsen i perioden 2013-2016.

Yderligere materiale om emnevalg, metode og proces ligger på sundhedsstyrelsen.dk.