

Svangerskapsrelaterte bekkenplager og IS-ledd. Diagnostikk og behandling

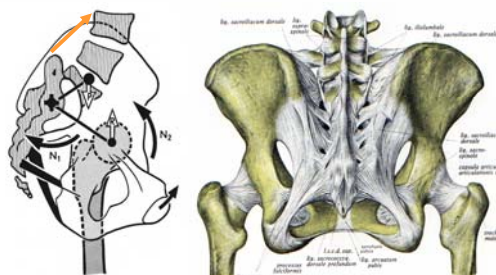
Niels Gunnar Juel
Fysikalsk medisinsk poliklinikk
Bevegelsesdivisjonens poliklinikker



Fysikalsk medisinsk poliklinikk



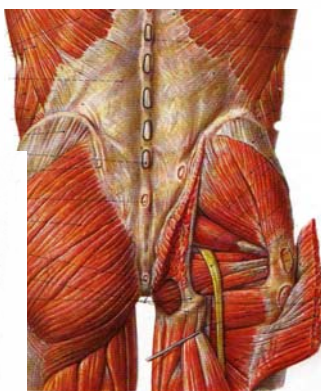
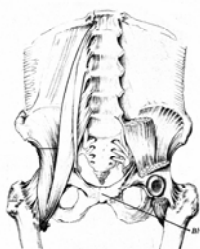
Biomekanikk



Fysikalsk medisinsk poliklinikk



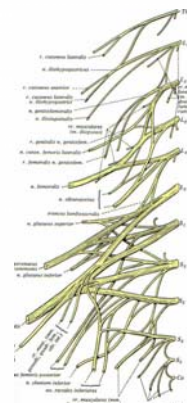
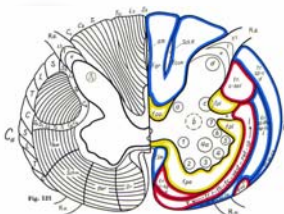
Muskulatur og fascier



Fysikalsk medisinsk poliklinikk



Nervesystemet

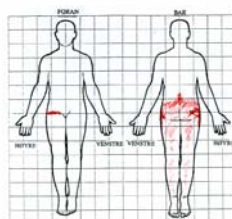


Fysikalsk medisinsk poliklinikk



Svangerskapsrelaterte plager

- Smerte
 - Lokal
 - Utstrålende
- Gangvansker
- Stivhet
- Svakheter
- Bortdowning i bena
- Pressfølelse i bekkenet
- Neurologiske bortfall og sensibilitetsforandringer
- "Knepping"

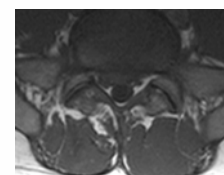


Fysikalsk medisinsk poliklinikk



Nevrologiske utfall

- Sjelden, men må ikke overses
 - Spør spesifikt etter dermatomer
 - Hudfølsomhet
 - Nøkkelmuskler
 - Blære og endetarm



Fysikalsk medisinsk poliklinikk



Retningslinjer

- European guidelines
www.backpaineurope.org
- Nomenklatur
 - Pelvic girdle pain
 - Samme nomenklatur før og etter fødsel
 - Norge – som tidligere:
 - Bekkenløsning
 - Symptomgivende bekkenløsning
 - Kronisk bekkenleddsyndrom



Fysikalsk medisinsk poliklinikk



Behandling før fødsel?

- Bekkenløsning – ingen
- Symptomgivende bekkenløsning
 - Fysioterapi i form av rådgivning noen ganger i svangerskap
 - Fysioterapi i svangerskapet har ikke effekt på plager **etter** fødsel
 - Nilsson-Wikmar Spine 2005
 - Akupunktur har effekt på smerte og funksjon i svangerskapet
 - Elden BMJ 2005

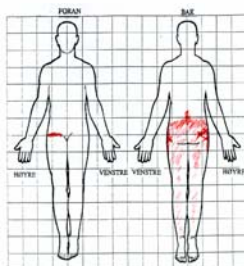


Fysikalsk medisinsk poliklinikk



Vedvarende bekkenmerter etter fødsel: Kronisk bekkenleddsyndrom

- Typisk anamnese
- Typisk smerteområde
 - Bakre
 - Fremre
- Rygg eller bekken?
 - 17% kun rygg
 - 29% kombi
 - 54% kun bekken



Gutke A, Østgaard HC, Öberg B. Spine 2006



Fysikalsk medisinsk poliklinikk



Diagnostiske hjelpemidler

- Kliniske undersøkelser:
 - IS-tester
 - P4 test
 - Patric's Faber test
 - palpasjon av long dorsal SIJ ligament
 - Gaenslen's test
 - Funksjonelle tester
 - Stående funksjonstest
 - ASLR test



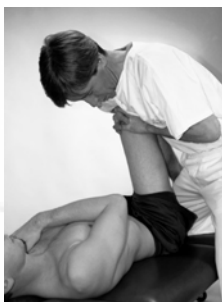
P4 – Posterior Pelvic Pain Provocation
ASLR – Active Straight Leg Raising



Fysikalsk medisinsk poliklinikk



P4



Smerte bak

ASLR



Tyngde, smerte,
-bedre ved bekkenkompresjon?



Fysikalsk medisinsk poliklinikk

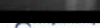


Supplerende undersøkelser

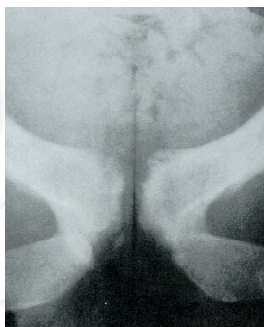
- Differensialdiagnose
- Radiologi
 - MR l-col og bekken
 - rtg.bekken
- Lab; Hb, revma, thyroidea
- Smertesensitiviseringsmidler
- Psykometrisk vurdering



Fysikalsk medisinsk poliklinikk



Symfysesmerter



Fysikalsk medisinsk poliklinikk

Bevegelsesdivisjon

Behandling etter fødsel?

- De fleste blir vesentlig bedre etter 2 uker
 - Neg. prediktorer; smerte og funksjonssvikt i sv.sk.
- Kognitiv tilnærming
 - Informere, trygge og avdramatisere
 - Normalisere bevegelsesmønsteret
 - Oppmuntre til egenaktivitet
- Ta hensyn til plager som varer over 2-3 mnd.

ULLEVAL

Fysikalsk medisinsk poliklinikk

Bevegelsesdivisjon

Behandling etter fødsel

- ADL
 - Gange
 - Funksjon i hjemmet
- Nattesøvn
- Fysioterapi
 - Spesifikke øvelser
 - Hvem og hvor lenge?
- Vurdere manipulasjon

ULLEVAL

Fysikalsk medisinsk poliklinikk

Bevegelsesdivisjon

Operasjon...?



Trippelarthrose Marieke
Spine 04
Juel, Røise 06

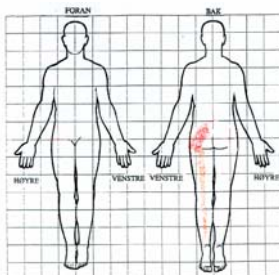
ULLEVAL

Fysikalsk medisinsk poliklinikk

Bevegelsesdivisjon

Smerte ved IS-leddsaffeksjon

- Unilateral smerte
- Locking
- Utløst ved traume, graviditet eller av og til ved vridning med hoftefleksjon
- Smertene øker ved belastninger
 - Trappegang; ettbensstående og hoftefleksjon
 - Kryssing av ben
 - Lange skritt
 - Forsert hoftefleksjon



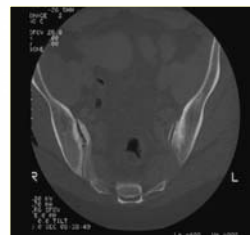
ULLEVAL

Fysikalsk medisinsk poliklinikk

Bevegelsesdivisjon

Iliosacralleddet, diagnoser

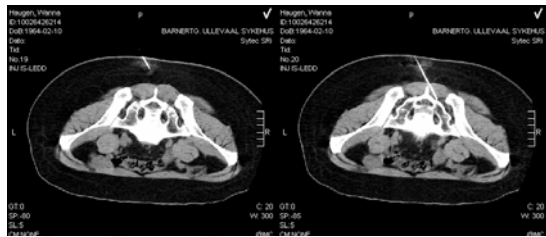
- Arthritt
- Dysfunksjon
 - Låsninger?
 - økt bevegelighet?
 - ligamentær affeksjon?
 - Muskelspasje?



ULLEVAL

Fysikalsk medisinsk poliklinikk

Bevegelsesdivisjon



- Objektive us
 - rtg og MR
 - scintigrafi
 - lokal blokkade i gjennomlysning



Fysisk medisin poliklinikk



IS-leddstester

- Provokasjonstester
 - P4
- Funksjonstest
 - Stående funksjonstest
 - ASLR



Fysisk medisin poliklinikk



Iliosacralleddet, konservativ behandling

Ved fokale funn:

- Leddmobilisering og - manipulasjon
- Injeksjon ?
- Avlastning, evt.
 - informasjon og ergonomisk veiledning
 - tape/belte
 - krykker; særlig ved graviditet
- Normalisere funksjon
- Trene og tøy



Fysisk medisin poliklinikk

