

Ikke kirurgiske behandlingsmuligheter ved nakke lidelser

Cecilie Røe

Avd for fysikalsk medisin og
rehabilitering

Hva vet vi om behandling av nakkelidelser?

- Åtte Cochrane reviews
- Trihn et al 2006: Acupuncture for neck disorders
 - Kroniske nakkelidelser-10 studier
 - Moderat evidens for akutt og kortvarig smertelindring sml. med sham

- Haraldsson et al 2006: Massage for mechanical neck disorders
 - 19 studier, 12 med lav kvalitet,
 - 6 evaluert massasje alene og ingen vist effekt

- Gross et al 2004: Manipulation and mobilisation for mechanical neck disorders
 - 33 studier, snautt halvparten av god kvalitet
 - Multimodal tilnærming effektiv (manipulasjon/mobilisering +trening) mhp korttid og langtidsutkomme ved subakutt og kronisk nakkesmerte i forhold til ingen behandling

- Kay 2005: Exercise for mechanical neck disorders
 - 31 studier
 - Sterk evidens for effekt av multimodal behandling som omfatter trening for subakutte og kroniske nakkelidelser

- Schonstein 2003: Work conditioning, work hardening and functional restoration for workers with back and neck pain
 - Ikke greidd å innhente tilstrekkelig grunnlag på nakke

- Niemisto 2003: Radiofrequency denervation for neck and back pain
 - Begrenset evidens for korttidseffekt av kronisk nakkesmerter med zygoapophyseal genese eller cervicobrachialgi

- Karjalainen 2003: Multidisciplinary biopsychosocial rehabilitation for neck and shoulder pain among working age adults
 - 2 studier
 - Intenst behov for studier

- Peloso 2003: Medicinal and injection therapies for mechanical neck disorders
 - i.v. metylprednisolon gitt innen 8 t effektivt som akutt smertelindring og reduksjon av sykefravær ved whiplash. Ingen effekt ved 6 mnd.
 - i.m.lidocain injeksjon mer effektiv en ”dry needling” som smertereduksjon ved kroniske nakkesmerter

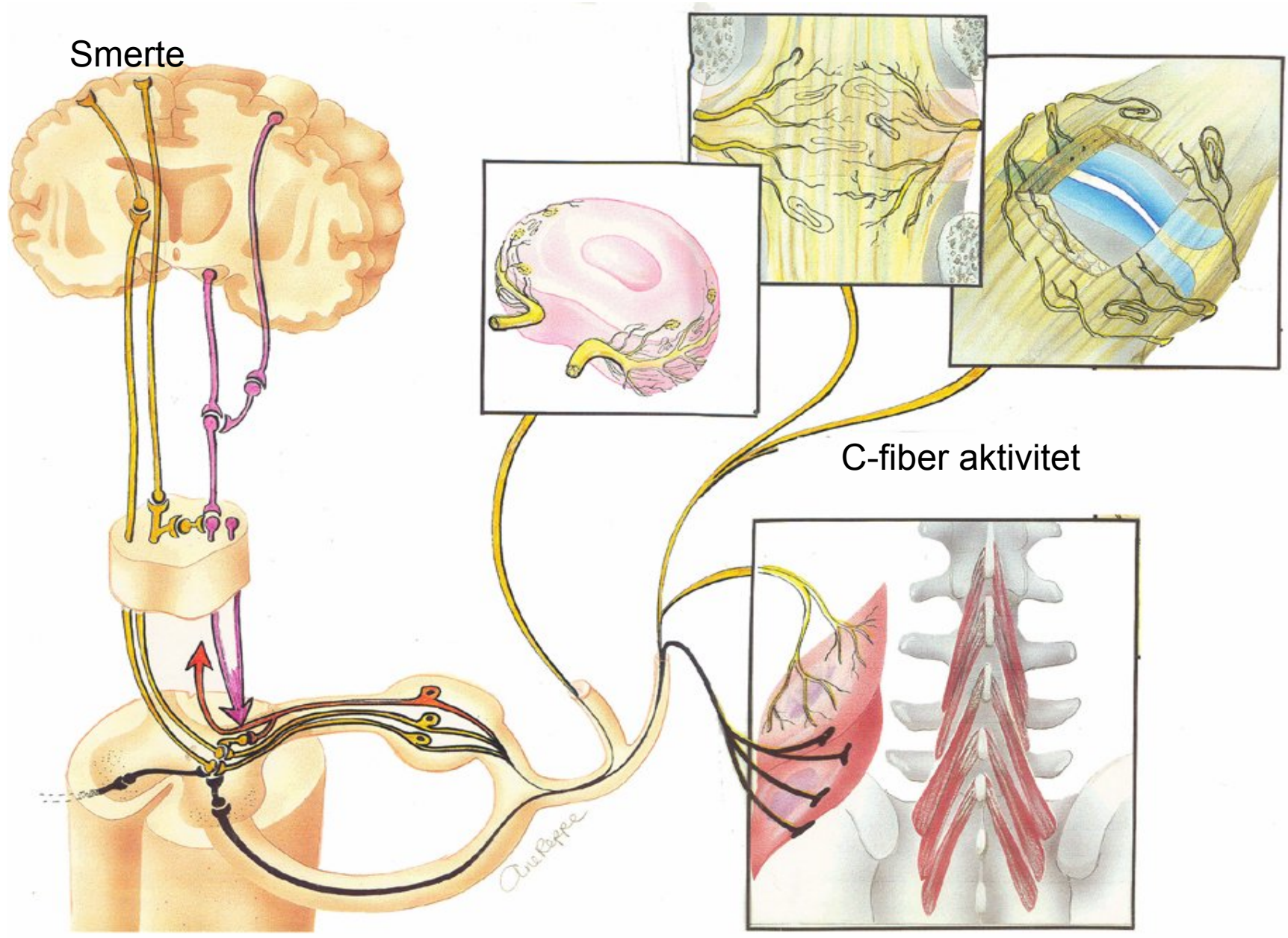
- Peloso 2003: Medicinal and injection therapies for mechanical neck disorders
 - Begrenset evidens for effekt av muskelrelaksantia, analgetica og NSAIDS ved subakutte og kroniske nakkesmerter
 - I.m. Botulinumtoxin A synes å ha samme effekt som injeksjon av saltvann

Konklusjon

- Mangelfull dokumentasjon av effektive behandlingsstrategier på nakke
- Prognosen dårligere ved nakke enn ryggglidelser
- Kjønnseffekt?
- Diagnostikk og subgruppe inndeling må bedres
- Behov for gode studier

Hva gjør vi?

- ”Låner litt dokumentasjon fra rygg”
- Inkluderer trening
- Benytter kognitive strategier med informasjon og smertemestring
- Fokuserer på ”tilbake til arbeid”



Smerteopplevelse

- Raskt lokalisierbar smerteopplevelse
- Senere diffus smerteopplevelse

"However wounds don't hurt during a battle"

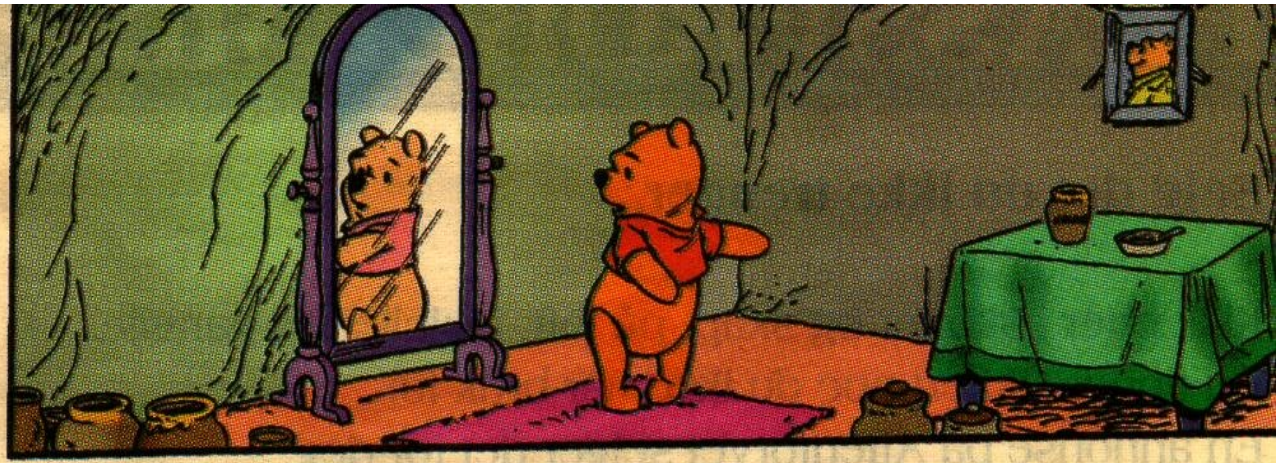
Bevissthet
Oppmerksomhet
Læring
Følelser

Kenshalo, From Nociception to Cognition 1995





© Disney. Distributed by Bulls



Fokuserer på muligheter

- Funksjon
- Arbeid
- Bistå mhp arbeidsmuligheter!!!