

Relis Fagseminar Scandic Nidelven Trondheim

Tirsdag 6. november 2018

Møte med smertepasienten i
allmennpraksis

Erik Mørch
Spesialist i allmennmedisin, Valentinlyst legesenter Trondheim
NTNU

Fastlegen
har
vondt

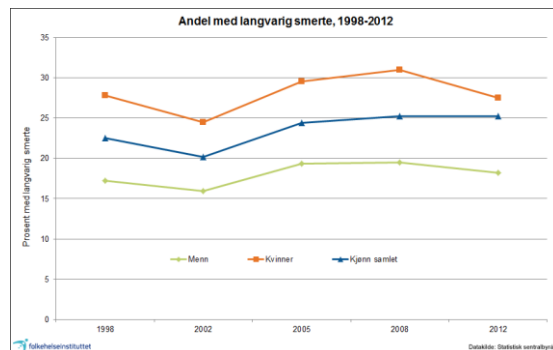
Index

- Alle har vondt
- Folket får vondt
- Hvordan behandle folket som får vondt
- Hvordan behandle folket som har VONDT

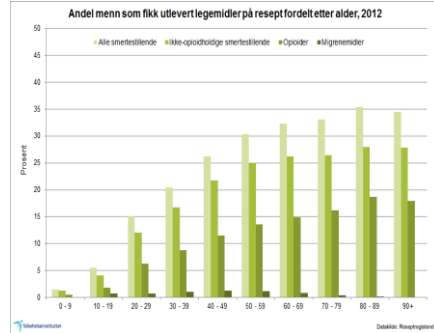
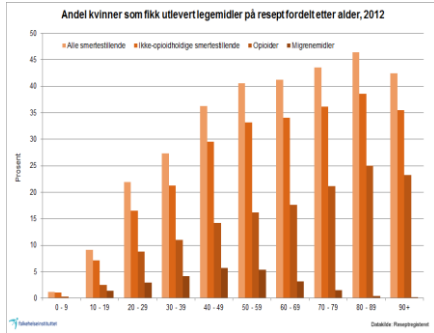


Folket har vondt

- 24-30% har langvarig smerter



Folket har vondt



NAV har vondt

Sykefravær 8,5%

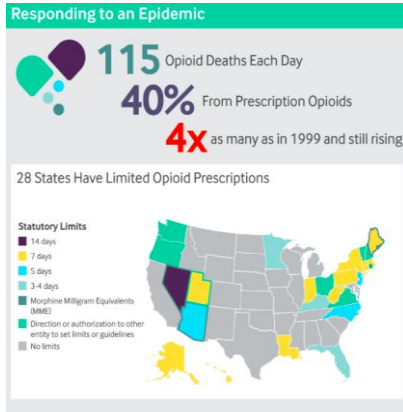
- Muskel/skjelett: 50%
- Psykiske lidelser: 15%

Uføretrygd 10,5%

- Muskel/skjelett: 36%
- Psykiske lidelser: 23%



Amerikanerne har vondt



Folket får vondt



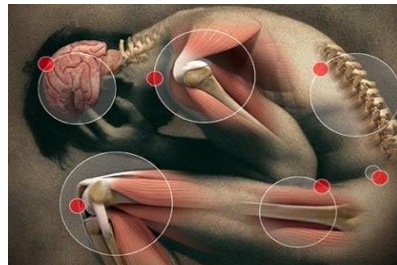
Folket får vondt

- Akutt begynnelse for langvarige smerter?

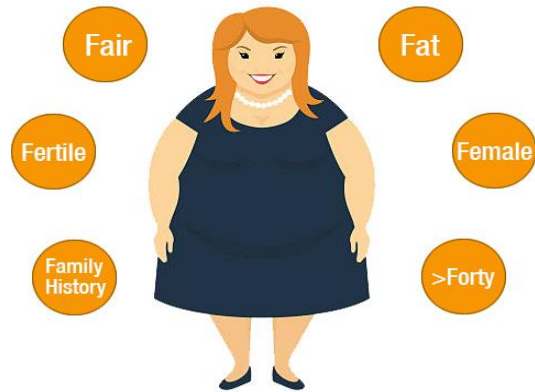


Folket får vondt

- Skyldes langvarig smerte pågående vevskade?
 - Nociceptiv smerte, visceral smerte, nevropatisk smerte og idiopatisk smerte
 - Sentral sensitivisering



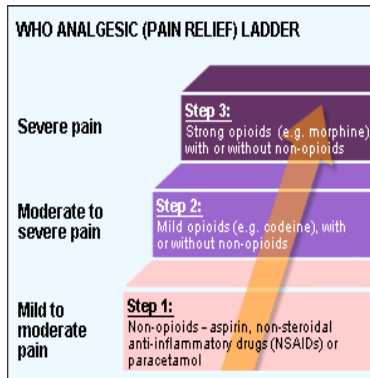
Folket får vondt



Fastlegen har vondt



Behandling av akutte smerter



Behandling av akutte smerter

- Gradvis økende aktivitet
- Normalt bevegelsesmønster
- Unngå sosial isolasjon
- Opprettholde funksjon



Medikamentell behandling av langvarig smerte



Ikke medikamentell behandling av langvarig smerte

- Hvordan skal vi behandle pasienter med langvarige smerter når medisiner ikke strekker til?

Are Opioids the Right Choice for Chronic Pain?

The United States is a global leader in the prevalence of opioid use. In 2012, 259 million prescriptions were written for opioids, which is more than enough to give every American adult their own bottle of pills.

Behandling av langvarig smerte

P

TEKST: REBECCA MIKKELSEN

Publisert: 15. apr. 2016. Sist oppdatert: 15. apr. 2016.

Mange mennesker lever et liv med smerter. Årsakene til smertene er ulike, men mange av pasientene har noe til felles: en til de grader *vond erfaring* fordi de ikke blir tatt på alvor eller i verste fall ikke blir trodd. En gjenganger er at behandlere avviser pasientens smerteopplevelse når det ikke foreligger en objektiv medisinsk årsak til smertene. Et slik møte med behandlingsapparatet bidrar til at et liv med smerter blir enda vanskeligere enn nødvendig.



Behandling av langvarig smerte



Behandling av langvarig smerte



Behandling av langvarig smerte

Bli kvitt smerten?

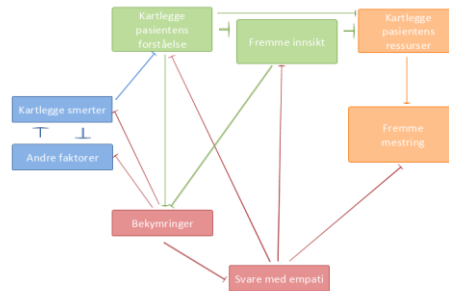
Hvilke faktorer kan man
gjøre noe med?

Mestring



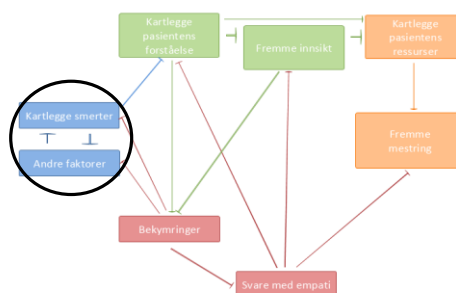
Behandling av langvarig smerte

- Smerteanamnese
- Andre faktorer
- Forståelse av årsak til smerter
- Bekymringer
- Mestring
- Smertemotstand



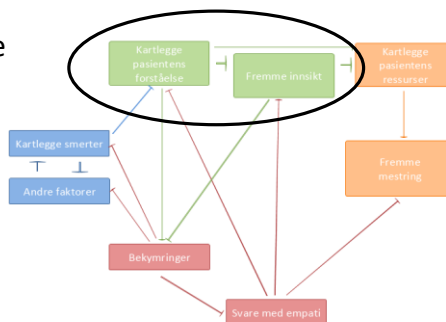
Behandling av langvarig smerte

- Smerteanamnese
 - Karakter, lokalisasjon, endring, intensitet, varighet, ledsagende symptomer
- Andre faktorer
 - Kultur, NAV, andre sykdommer, forsikring, økonomi, samliv



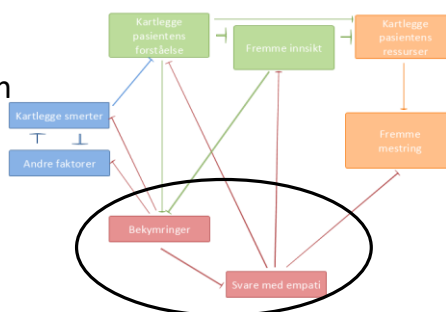
Behandling av langvarig smerte

- Forståelse av årsak
 - Kultur, hva andre behandlere sier, hva nettverket sier, google
- Fremme innsikt
 - Sensitivisering



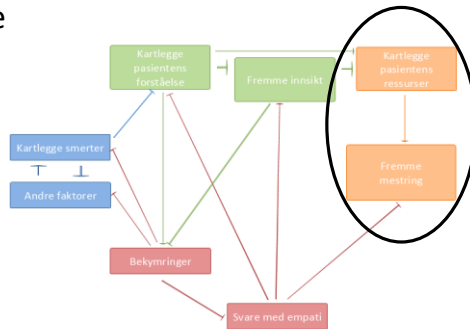
Behandling av langvarig smerte

- Bekymringer
 - Sosiale tap, økonomi, funksjon
 - Egen skyld?
- Møte pasienten der den er

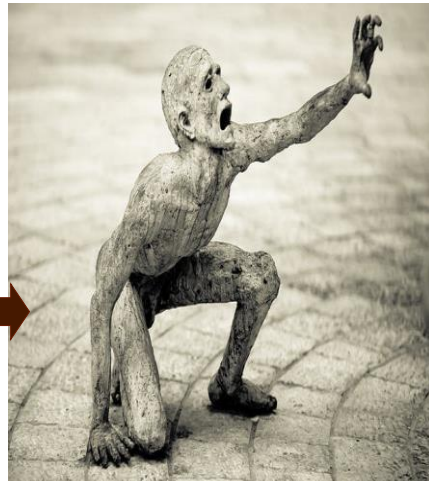


Behandling av langvarig smerte

- Ressurser
 - Kroppslige, psykologiske, sosiale
- Mestring
 - Bli kvitt smerten?
 - aksept



Behandling av langvarig smerte



Behandling av langvarig smerte

- Samhandling med fysikalske behandlere
- Fysikalsk behandling
 - Passive tiltak
 - Aktive tiltak

