

Betydningen af bevægeapparats- sygdomme i forhold til udstødning

Arbejdsmarkedskommissionens seminar 10. juni 2008

Poul Frost, overlæge, PhD



Hvor mange har ondt i lænd, nakke, skulder, arm eller ben?

Gordon Waddell: the back pain revolution, 1998

- Inden for et år vil 35 - 40 % af os få ondt i lænden
- Mange har også ondt andre steder
- Det kan gøre meget ondt, men de fleste episoder klinger af inden for dage til få uger
- Det er ikke unormalt, at smerterne i perioder kan komme igen eller forværres

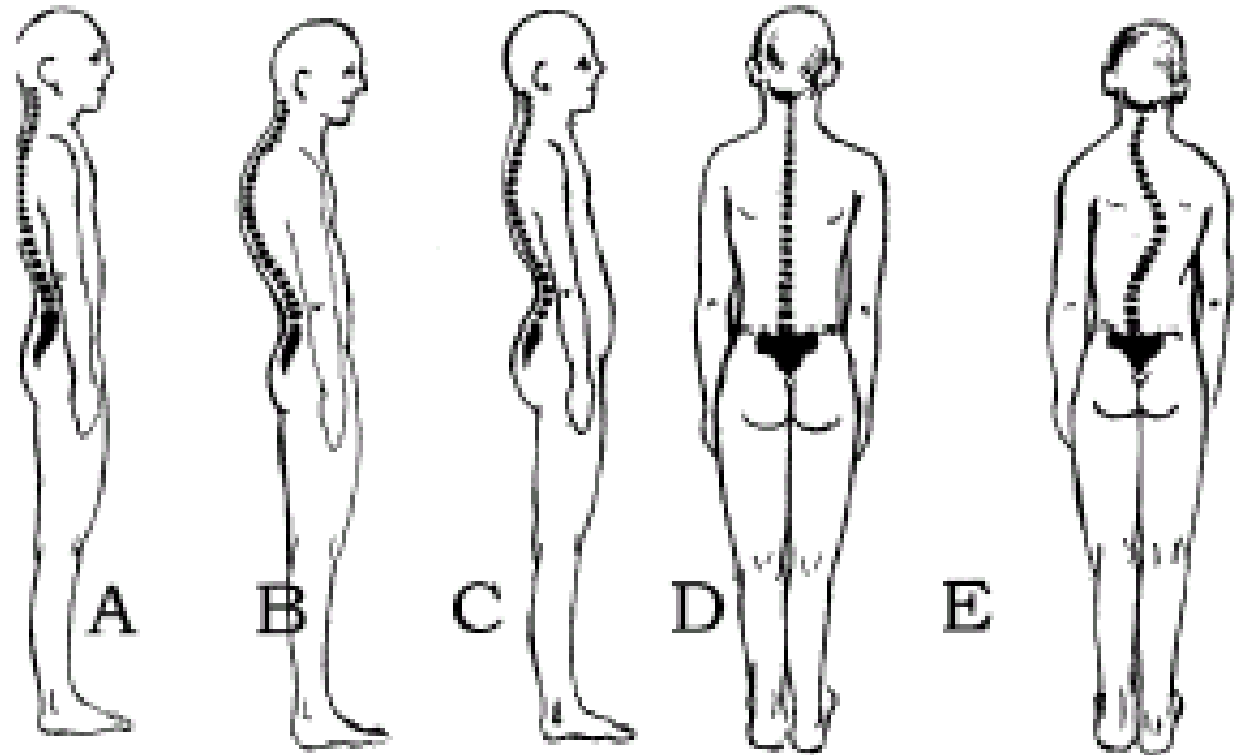


Figure 1. Normal spine (A and D) and spinal deformities (B, kyphosis; C, lordosis; E, scoliosis).

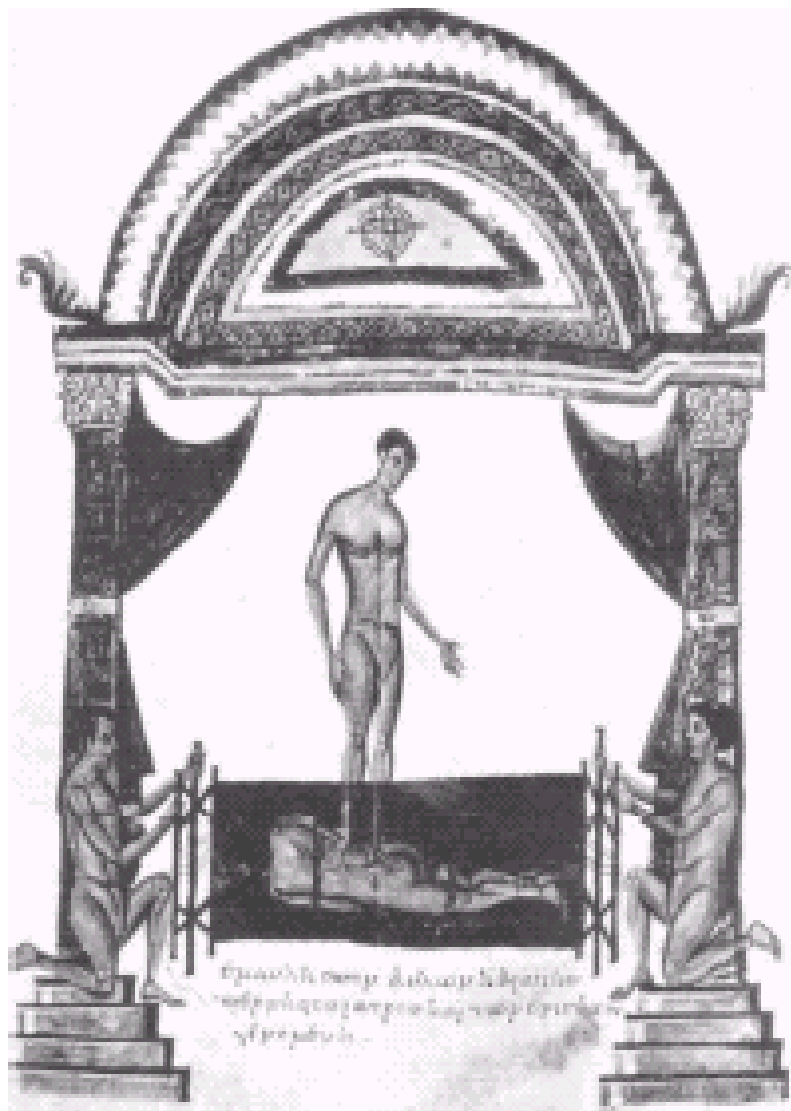


Figure 2. Correction of spinal deformity by stepping on it.

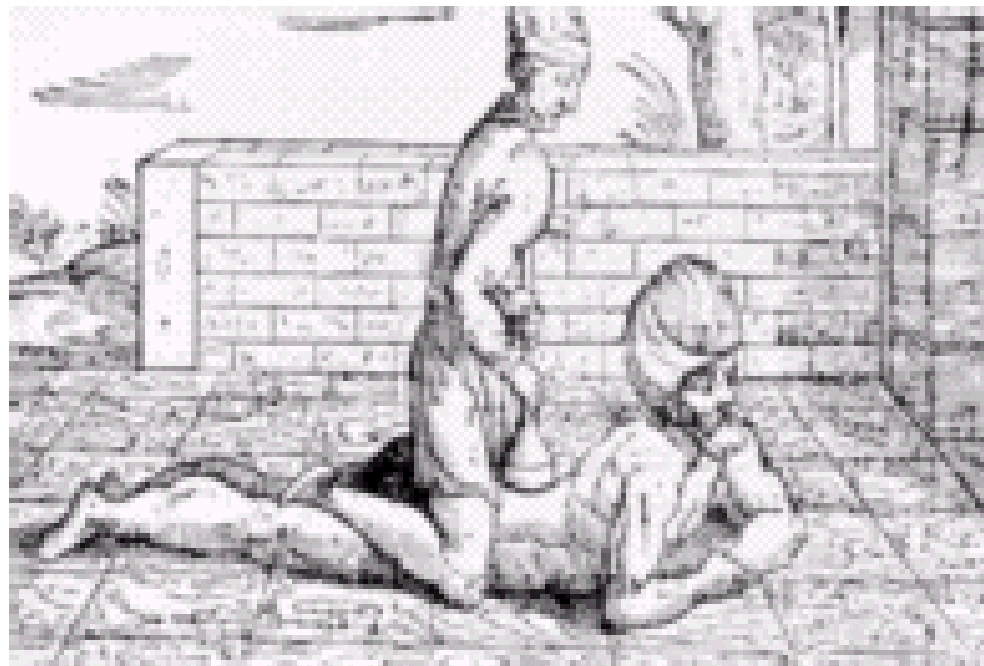


Figure 4. Correction of spinal deformity by the use of cuppings.

Hvad er det, der gør ondt?

- Smerterne kan i sjældne tilfælde være symptom på underliggende sygdomme, som kan diagnosticeres og som kræver særlig behandling
- Som regel kan der ikke påvises egentlig sygdom

Hvem får ondt og kan det forebygges?

Backpaineurope.org 2004

- Rammer på tværs af køn, alder og samfundsgrupper
- Især dem der har haft ondt tidligere
- Svagt relateret til fysiske og psykosociale arbejdsmiljøforhold
- Svagt relateret til psykisk velbefindende
- Metoder til effektiv forebyggelse af ondt i ryggen kendes ikke

Hvor mange oplever at smerterne indvirker på dagligdagens aktiviteter i løbet af et år?

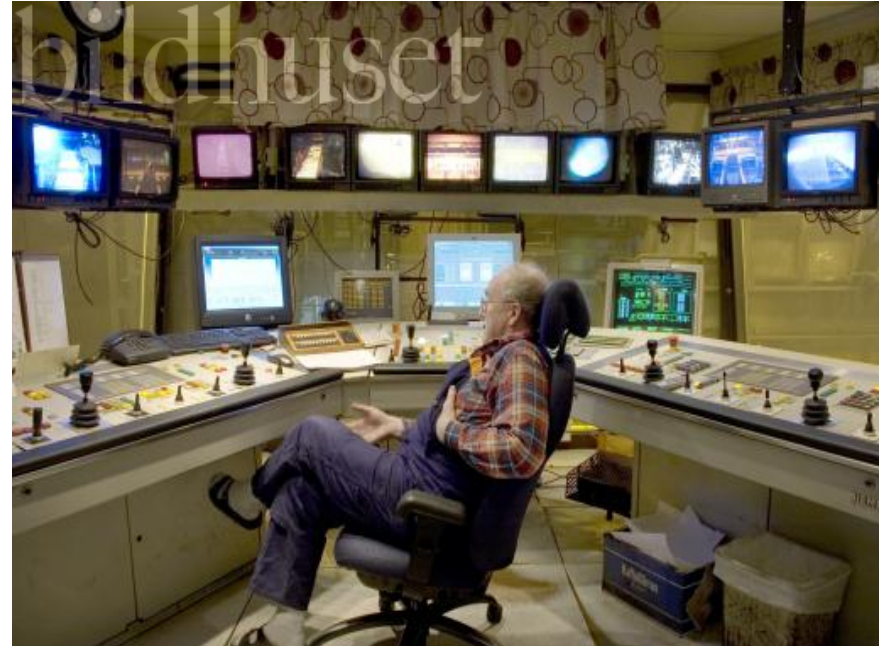
- Omkring 5 – 10 % rapporterer en eller anden form for begrænsning
- I omegnen af 5 % må sygemelde sig, men tallet er usikkert
- Blandt disse vil de fleste (>85 %) være tilbage i arbejdet inden for 1 uge
- Mindre end 1 % oplever permanent aktivitets-begrænsning og omkring 1 promille ender med permanent helbredsrelateret overgangsydelse (ca. 2380 i DK i 2006)

Hvem oplever aktivitetsbegrænsning?

Backpaineurope.org 2004

- Personer med manuelt arbejde, især løftearbejde og arbejde i akavede stillinger
- Uanset årsagen, vil smerterne sandsynligvis på kort sigt give anledning til flere aktivitetsbegrænsninger, hvis man har et manuelt arbejde. I det lange løb ved vi ikke om der er ikke stor forskel
- Rådgivning om fremtidig arbejdsforhold er en yderst alvorlig sag.
- Læger og andre behandlere skal undlade at rådgive til arbejdsskifte eller arbejdsophør, da der ikke er noget godt grundlag for at gøre det

Problemer på kort og langt sigt?



Hvem oplever aktivitetsbegrænsning?

Backpaineurope.org 2004

- Rodtryk eller anden specifik patologi
- Smerternes sværhedsgrad
- Forestillinger om at smerterne skyldes fysisk aktivitet
- Psykisk velbefindende
- Indflydelse og støtte på arbejdet
- Arbejdsskadesag
- Varighed af sygemelding

Lænderyggen, sygefravær og udstødning

Primær forebyggelse

arbejdspladsen
individuelle forhold

Ingen smerter



Sekundær/tertiær forebyggelse

individuelle forhold
arbejdspladsen
samfundet
behandling

Fortsætter som normalt
og klarer det selv, evt. via midler-
tidige justeringer i de daglige
aktiviteter - de fleste

Fortsætter ikke som normalt,
foretager mere omfattende
justeringer, må sygemelde
sig og søger ofte hjælp.

Er hurtigt tilbage – 90 %

Forbliver sygemeldt – 10 %

Anbefalinger – de fleste smerteproblemer

backpaineurope.org 2004

- Fysisk aktivitet og opretholdelse af dagligdagens gøremål
- Mulighed for midlertidig modifikation af arbejdet kan fremme hurtigere tilbagevenden til arbejdet – komfortable arbejdspladser

Anbefalinger - behandling

- Udeluk behandlingskrævende alvorlig sygdom
- Informere om tilstanden, opfordre til regelmæssig fysisk aktivitet og anvis simple smertebehandlinger, hvis det er nødvendigt
- Tidlig fokus på barrierer på arbejdspladsen og hos den enkelte for tilbagevenden til arbejdet
- Kontakt til virksomhed/jobcenter ved behov for modifikationer i arbejdet
- Hos patienter med længerevarende besvær og funktionsbegrænsninger anbefales flerstrengt tilgang, der ud over medicinsk behandling og arbejdsmodifikation omfatter behandling rettet mod reduktion af frygt og katastrofetanker om lidelsens natur



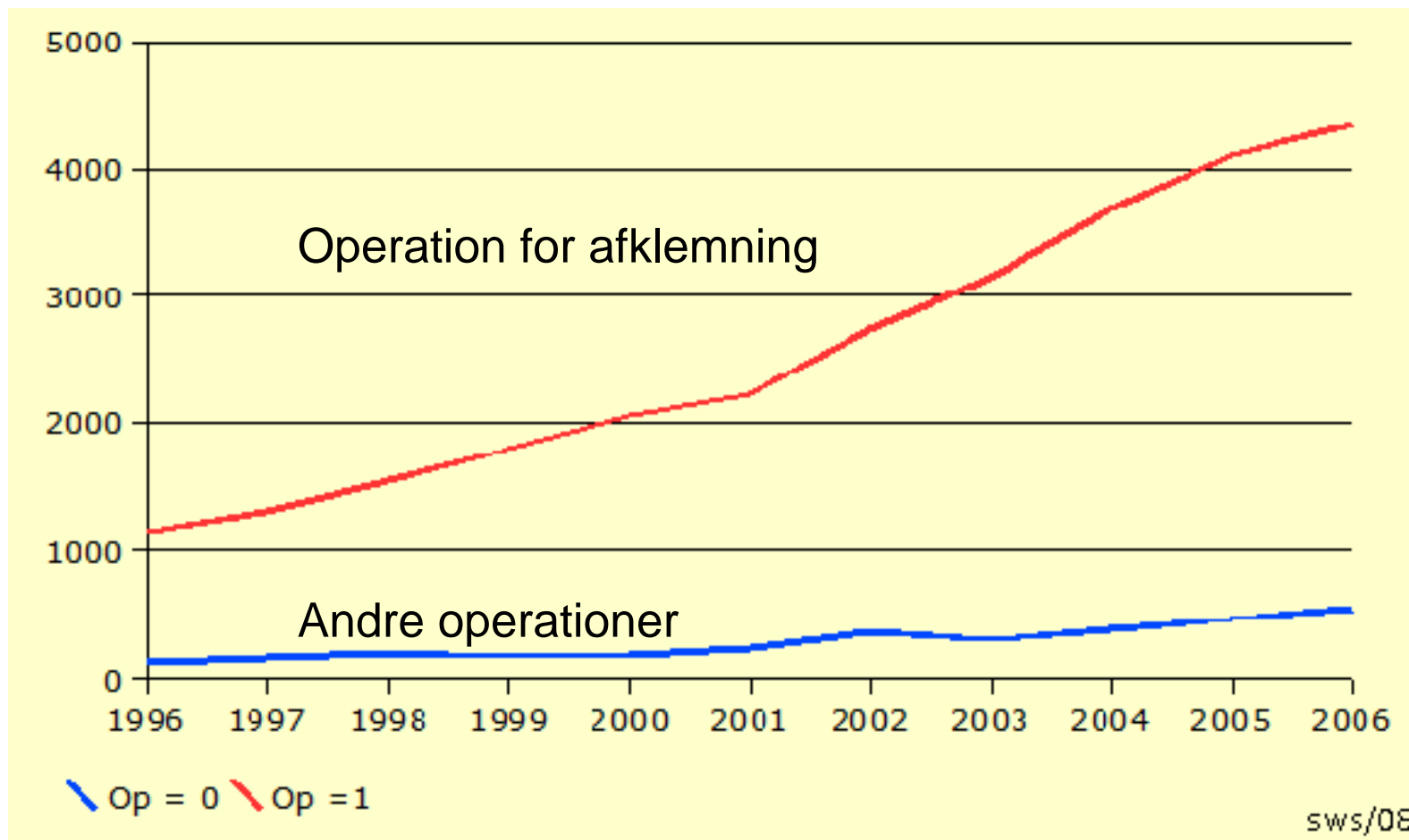
-Det har vel drillet mig en måned efterhånden,
-og på en eller andet måde er der noget inde i knæet,
-der er blevet irriteret eller klemt, da jeg landede ned
på det. Det gjorde sindssygt ondt, lige da det skete, og
da jeg gik fra banen, var jeg ærligt talt bange for, at
det var slut med mig i den her turnering. Men det føles
meget bedre i dag, og jeg forventer helt klart at spille
mod Polen, lød det fra den danske bagspiller.

Hvad ved man om andre sygdomme?

- Kroniske reumatiske sygdomme, slidgigt, leddegigt
- Skulderlidelser
- Specielle ryggsygdomme

Skulderoperationer i Danmark 1996-2006

Personer i alderen 18-64 år



Andre operationer/behandlinger blandt personer i den erhvervsaktive alder

- På 10 år fra 1996 til 2006 er antallet af operationer med udskiftning af hofte eller knæ steget fra 372 til 2106 om året
- I perioden 2001-2005 blev 6779 erhvervsaktive undersøgt på Århus Universitetshospital for lænderyg sygdom
- I løbet af de efterfølgende 2 år endte 10-12 % på førtidspension eller i fleksjob
- Man ved så godt som ingenting, men det kunne være vigtigt, at fokus på arbejdsfastholdelse var et naturligt led i behandlingstilbudene

Hvad gør sundhedsvæsenet i andre lande?

Kulturskifte!

Det engelske eksempel: Healthcare Professionals' Consensus Statement – Statement of Health and Work

- Anerkender at arbejde under ordentlige betingelser er fremmende for den fysiske og psykiske sundhed
- Denne afgørende sammenhæng foreskriver, at forbliven eller tilbagevende til et passende arbejde skal være et afgørende mål for behandlingssucces
- anbefaler at nye aktiviteter hviler på sundt grundlag og tilrettelægges, så de kan underkastes videnskabelig evaluering

