

Multimodal rehabilitering vid långvarig smärta, MMR2, enl. rehabiliteringsgarantins riktlinjer

Allmän information

Remissrekommendationen tar sin utgångspunkt i och följer nationell medicinsk indikation ”Indikation för multimodal rehabilitering vid långvarig smärta” och SBU’s rapport ”Rehabilitering vid långvarig smärta” (Rapport 198, 2010).

Önskade uppgifter på remiss

- Diagnoser med koppling till smärta i rygg, nacke och axlar.
- Uppgifter kring patientens smärtanamnes, tidigare och aktuella övriga sjukdomar.
- Genomförda utredningar och bedömningar angående orsaken till patientens smärtproblematik. I vilken grad patienten anses vara medicinskt färdigutredd.
- Om det finns en redan påbörjad rehabplan – innehållet i planeringen (t.ex. avstämningsmöten).
 - o Bedömning ang patientens motivation för att stanna kvar/återgå i arbete.
 - o Funktions-och aktivitetsförmågebedömning om sådan är gjord.
- Tidigare genomförda rehabiliteringar och eventuella resultat.
- Aktuell smärtmedicinering och dosering. Tidigare prövade smärtrelaterade läkemedel.
- Innan remiss skrivs bör patientens förutsättningar för att ingå och orka med rehabiliteringen noga övervägas (se bilaga 1)
- Sjukskrivning:
 - o Hur länge har patienten varit sjukskriven?
 - o Vilken grad av sjukskrivning?

Remissen skickas till :

Smärtenheten, Multimodal Rehabilitering, Uddevalla Sjukhus

Bilaga 1

Multimodal rehabilitering (MMR) vid smärta är relevant att erbjudas om följande patientrelaterade förutsättningar är uppfyllda:

- Ihållande eller intermittent smärta som varat mer än 3 månader.
- Icke specifika rygg-, nack- och axelbesvär (enligt tidigare rehabiliterings-garantin) där annan behandling inte har gett tillfredställande resultat.
- Smärtan och dess konsekvenser är av sådan dignitet att det i hög grad påverkar patientens dagliga liv.
- Patienten har potential för ett aktivt förändringsarbete trots smärtan.
- Ingen annan sjukdom eller något annat tillstånd som innebär hinder för att delta i programmet.
- Ålder 16 – 67 år
- Bedöms kunna återgå eller stanna kvar i arbete efter genomgången rehabiliteringsprogram (d v s inte vara helt sjukpensionerad eller omotiverad).
- Bedöms orka med omfattningen av rehabiliteringen inklusive resor.

För utökad information v.g se:

- [Indikation för multimodal rehabilitering vid långvarig smärta](#)
- [Rehabiliteringsgaranti riktlinje](#)
- <http://www.sbu.se/sv/publikationer/SBU-utvarderar/rehabilitering-vid-langvarig-smarta/>

Vid frågor kontakta oss gärna per telefon: 076-7714890

Bilaga 2

Information om Multimodal rehabilitering vid långvarig smärta, Uddevalla sjukhus

Uddevalla smärtenhet bedriver multimodal smärtrehabilitering, MMR 2, för patienter med icke specifika rygg-, nack-och axelbesvär enligt rehabiliteringsgarantins riktlinjer.

Målgruppen är patienter i arbetsför ålder (16 – 67 år) där annan behandling inte har gett tillfredställande resultat och som är eller riskerar att bli sjukskrivna.

Alla delar av rehabiliteringen sker i grupp. För att deltar i rehabiliteringen skall vara aktuell krävs först en genomförd 4 dagars introduktionskurs. Syftet är att patienten bättre ska kunna förstå vad MMR2 innebär. Vid intresse om fortsatt rehabilitering i MMR2, kommer patienten att blir bedömd av rehabiliteringsteamet.

MMR2-perioden pågår dagligen under 8 veckor, på heldagar, 5 dagar per vecka på Uddevalla sjukhus.

Rehabiliteringen består av ett pedagogisk program som ger kunskap om smärtans fysiologi och psykologi, sjukgymnastik och träning i varmvatten-bassäng, basal kroppskännedom och gruppträffar med psykolog. Utöver detta finns möjlighet för individuella besök hos alla teamet (psykolog, sjukgymnast, kurator, arbetsterapeut och smärtsläkare).

Rehabiliteringen ska ge patienten verktyg för att denna ska lära sig hantera smärtans negativa konsekvenser och ska utveckla patientens befintliga resurser. Målet är att patienten ska få ett mer välfungerande liv trots befintliga problem och därmed ökar livskvalitén vilket ofta leder till återgång till arbete.