

Kortversion av rehabriktlinje akut rygg- och nackbesvär

Gäller för: Region Kronoberg

BEDÖMNING/UTREDNING

Patient med akut ländryggssmärta/nacksmärta söker själv kontakt med fysioterapeut eller söker fysioterapeut efter rekommendation av annan vårdgivare. Fysioterapeuten gör bedömning och behandling påbörjas. Hur länge behandlingen pågår och vad behandlingen innehåller avgörs i samråd med patienten och av besvärsggraden. Vid misstanke om annan allvarlig sjukdom hänvisas patienten till läkare.

Utifrån en eventuell riskbedömning kommer ytterligare aktörer att kopplas in tex vårdcentralens rehabteam, företagshälsovården och arbetsgivare.

Vid behov kopplas också rehabkoordinator, arbetsterapeut och kurator eller psykosocial resurs in.

BEHANDLING

Fysioterapeut: Behandlingen ska ge positiva effekter i direkt anslutning till behandlingen. Vid utebliven effekt omprövas behandlingen eller efterfrågas second opinion av kollega. En behandlingsplan utformas i samråd med patienten. Råd om egenvård, information, regim/hållning, träningsprogram.

Ledmobilisering/manipulation. Ergonomisk undervisning. Gånghjälpmiddel vid behov.

Arbetsterapeut: Arbetsterapeut på lasarett ger ergonomisk information och gör hjälpmedelsbedömning för att underlätta och möjliggöra aktiviteter i dagliga livet. Arbetsterapeut i primärvård kan ge råd och stöd gällande arbetsteknik, ergonomi och behov av hjälpmedel samt lära ut strategier för att kunna utföra arbetsuppgifter eller enskilda aktiviteter såväl på arbetet som i hemmet/fritiden.

Vid behov upprätta plan för återgång i arbete eller anpassningar på arbetsplatsen.

Kurator: Kurator på lasarettet kan ge stödsamtal med lösningsfokuserad inriktning. Vid behov informera om samhällets resurser t ex socialförsäkringar och samarbeta med/hänvisa till andra instanser.

Rehabkoordinator och psykosocial resurs i primärvård kopplas in utifrån eventuell riskbedömning.

AVSLUT/HUR GÅR VI VIDARE

Bestäms efter dialog med patienten. Uppföljningen kan vara i form av telefonkontakt. Patienten följer anvisad regim samt tränar med anpassat träningsprogram i syfte att förhindra recidiv.

PATIENTENS DELAKTIGHET OCH INFORMATION

Patient och behandlare är överens om lämpligt behandlingsalternativ samt realistisk mål för behandlingen. Information om träning och egenvård ges muntligt och skriftligt.