

Ortopedisk medicin/Fysikalisk medicin för Allmänmedicinare/Distriktsläkare - Koncept för bedömning/analys o rehabilitering av smärtpatienter i primärvården

Inledning

Smärta är den enskilt vanligaste sökorsaken i all öppen sjukvård. Patienter som presenterar smärta från rörelseorganen, inte sällan med ett mindre eller större funktionsbortfall, skapar ofta diagnostiska problem hos den pressade allmänläkaren. Det skapar också pedagogiska problem då man inte alltid kan presentera en, för patienten, klar och tydlig diagnos. Våra diagnossystem, både ICD-10 och DSM IV, är mycket ospecifika när det gäller smärtor och i synnerhet smärtor från rörelseorganen. Det rör sig då mest om symtomdiagnoser. Därtill har vi i vår läkarutbildning sparsamt med utbildning i undersökningsteknik, evaluering o diagnostik rörande rörelseorganens smärtande tillstånd som inte är kirurgiskt eller reumatologiskt behandlingsbara.

Kursens syfte

Att kunna se smärtspektrumet hos den enskilde patienten och bättre kunna identifiera behandlingsbara tillstånd, skilja mellan lokal, neuropatisk och refererad smärta, bättre smärtanalys.

- Att göra den enskilde doktorn mera förtrogen med ortopedmedicinsk undersökningsteknik och viss behandling i relation till olika kroppsregioners besvärsflora.
- Att minska behovet av fruktlösa eller till och med missvisande radiologiska undersökningar.
- Att bättre kunna evaluera funktionsbortfall och aktivitetsminskning.
- Att bättre kunna kommunicera med olika aktörer i smärt/rehabteam och vårdkedja (sjukgymnaster, kurator, psykolog, ortopedkirurger. etc).
- Att bättre kunna lotsa patienten igenom smärtrehabilitering varande kvar i sitt närverk. Att minska remitteringsbehovet.

Kursens genomförande

Att från specifika fall diskutera differentialdiagnostik, utredningsgång, undersökningsgång med praktisk träning, värdera undersökningsfynd i relation till besvär och vidare utredning/behandling. Träna vissa manuella behandlingar/injektions- och sticktekniker (IMS och blockader). Utvärdera utfall av olika behandlingstrategier, att välja mellan olika strategier för olika patienter.

Stor vikt kommer att läggas vid praktisk/manuell träning av ortopedmedicinsk undersökningsteknik, viss behandling, träning av olika injektions- och sticktekniker samt utvärdering av dessa. Varje kursdeltagare får tillgång till kursmaterial (i vissa fall ett USB-minne) med de grepp och moment som används under kursen, det blir då lättare att på hemmaplan rekapitulera det man gått igenom och vidmakthålla kunskaperna.

Indelning

Av praktiska skäl kommer kroppen att delas in i regioner (3) som är funktionellt sammanhållna. Per region kommer vi att diskutera smärta och funktionsbesvär i allmänhet, alltså inte följa ortopediska eller andra gränser utan så som patienter presenterar sina besvär på en öppenvårdsmottagning. Det innebär att även medicinska, neurologiska-, hud-, cirkulatoriska- mm sjukdomar kommer att tas upp i diskussionerna. Tonvikt kommer dock att läggas på den praktiska handläggningen som läkaren efter hemkomst omedelbart skall kunna omsätta i sin egen praktik med ökad säkerhet.

Huvud - Nacke - Skuldra - Arm

Dag 1	kl 09.00	Inledning, presentation - Kaffe samtidigt Klinikdiskussion smärta i huvud/nackregion 'Anatomisk orientering'
	kl 12.00	Lunch
	kl 13.00	Undersökning o evaluering av huvud/nacksmärta, palpation och diskussion.
	kl 15.00	Fika
	kl 15.20	Forts värdering/palpation av huvud/nacke med behandlingsförslag (IMS, triggerpunkter, blockader, sjg..)

Kl 17.00 Dagen slut

Kl 19.00 Middag

- Dag 2,**
- Kl 08.00 Ortopedmedicinska principer, Repetition dag 1, Forts nacksmärta med koppling skuldra. WAD, degeneration, disker, nervrötter mm.
 - Kl 09.30 Fika
 - Kl 09.50 Forts teknik nacke/skuldra undersökning - behandling. Injektionens plats?

 - Kl 12.00 Lunch

 - Kl 13.00 Skuldra/överarm/arm undersökning
 - Kl 14.45 Fika
 - Kl 15.00 Klinik Arm /hand - olika smärttillstånd, diffdiagnos Forts palpation
- Dag 3**
- kl 08.00 Repetition
Olika behandlingsförslag vid besvär i Nacke-Arm
Forts palpation och evaluering av olika symtom
 - Kl 09.30 Fika
 - Kl 09.50 Utveckling av Långvarig smärta, olika synsätt och behandlingsförslag

 - Kl 12.00 Lunch

 - Kl 13.00 Patientfall, för träning, evaluering och diskussion
Undersökning-diagnos-behandling-rehabilitering
Under eftermiddagen fika insprängt
 - Kl 16.30 Avslut - kursutvärdering - Intyg

Bröstrygg - Ländrygg - Bäckén

- Dag 1,**
- kl 09.00 Inledning, presentation - kaffe samtidigt
Klinikdiskussion smärta i bröst-/ländrygg/bäckenregion
'Anatomisk orientering'
 - kl 12.00 Lunch
 - kl 13.00 Undersökning och evaluering av ryggsmärta, bröstrygg-
bäcken.
 - kl 14.45 Fika
 - kl 15.00 Ortopedmedicinska aspekter på ryggsmärta,
 - kl 17.00 Dagen slut

 - kl 19.00 Middag
- Dag 2,**
- kl 08.00 Forts träning palpation ländrygg/bäcken
 - kl 09.30 Fika
 - kl 09.50 När remittera patienten till ortopedkirurg
När röntga?
 - kl 12.00 Lunch
 - kl 13.00 Olika behandlingsstrategier i relation till utveckling av
långvarig ryggsmärta
 - kl 14.30 Rotsyndrom - neurologiskt status, träning
 - kl 17.00 Dagen slut

 - kl 19.00 Middag
- Dag 3,**
- kl 08.00 Rekapitulering och träning av palpation kotpelare
och lumbosacralövergång, ligamentapparat och
muskulatur.
Fika insprängt
Injektioner i ryggregionen - Effekt?

 - kl 12.00 Lunch

- Kl 13.00 Patientfall för träning, evaluering och diskussion
Undersökning-diagnos-behandling-rehabilitering
Under eftermiddagen fika insprängt
- Kl 16.30 Avslut - kursutvärdering - Intyg

Höft - Ben - Fot

- Dag 1,
 - kl 09.00 Inledning, kaffe samtidigt - presentation
Klinikdiskussion smärta i Höft-Ben-Fot
'Anatomisk orientering'
 - kl 12.00 Lunch
 - kl 13.00 Undersökning och evaluering av Höft-Bensmärta
 - kl 15.00 Fika
 - kl 15.20 Forts värdering av Höft-Ben med behandlingsförslag,
sensorisk stimulering (IMS, triggerpunkter mm)
 - kl 17.00 dagen slut
 - kl 19.00 middag

- Dag 2,
 - kl 08.00 Diskussion, klinik Höft/Bensmärta, Fotsmärta. Postural
Artros, belastning, entrapment nerver mm
 - Kl 09.30 fika
 - Kl 09.20 Forts träning teknik Ben-Fot undersökning - behandling.
Injektionens plats? Kirurgi? Skor?
 - Kl 12.00 Lunch

- KI 13.00 Patientfall, för diskussion, träning och evaluering undersökning-diagnos-behandling-rehabilitering. Under eftermiddagen fika insprängt.
- KI 16.30 Avslut - kursutvärdering - Intyg