



Stockholm
Spine Center



PÅ UPPDRAG AV
STOCKHOLMS
LÄNS LANDSTING

Fibromyalgi

Hos oss finns hela vårdkedjan, här träffar patienten läkare, psykolog, sjukgymnast, kurator och smärtsjuksköterska. Alla med stor erfarenhet av långvarig generaliserad smärtproblematik.



Vad är Fibromyalgi?

Fibromyalgi är ett smärttillstånd som karakteriseras av långvarig migrerande utbredd smärta, ömhet, sömnstörning och uttalad trötthet. 80% av patienterna har långvarig lokaliserad smärta i grunden, exempelvis en WAD –skada, långvarig lumbago eller cervikalgi. Andra faktorer som stress, fysisk och psykisk belastning samt dålig sömn kan också bidra till spridning av smärta i kroppen. Cirka 2% av befolkningen drabbas av fibromyalgi och majoriteten av dem är kvinnor.

Framträdande symptom

- Generaliserad smärta (i muskler och leder)
- Generaliserad ömhet
- Muskulär uttrötthet
- Trötthet
- Sömnstörning
- Morgonstelhet

Övriga symptom

- Nedsatt minne och koncentration
- Stressöverkänslighet
- Psykiska symptom(depression/ångest)

Idag finns inga välfungerande läkemedel för att behandla fibromyalgi. Enligt en SBU-rapport från 2010 är den bästa metoden för att höja livskvaliteten hos patienter med fibromyalgi multimodal rehabilitering. Vi är väldigt stolta över våra resultat från Nationella registret över smärtrehabilitering (NRS) som visar att vår klinik är en av de bästa smärtrehabiliteringsklinikerna i Sverige. Våra resultat sticker framförallt ut i mätningen av livskvalitet (EQ-5D), självskattning av upplevd hälsa (SF36) och multidimensionell mätning av smärta (MPI) där man jämför patientens egna skattningar vid start, avslut och uppföljning efter ett år.

Läs gärna mer om våra resultat på www.ucr.uu.se/nrs



Fibromyalgi multimodal rehabilitering

GHP Stockholm Spine Center, en av Sveriges största ryggkliniker, har sedan 2014 ett multimodalt team som arbetar med patienter med diagnosen fibromyalgi. Hos oss möts patienten av smärtspecialist Med. Dr Diana Kadetoff och ett rehabiliteringsteam med stor erfarenhet av långvarig generaliserad smärtproblematik. Teamet består av läkare, psykolog, sjukgymnast, smärtsjuksköterska samt även av kurator vid behov.

Rehabiliteringsprogrammet är cirka 14 veckor långt och bygger på evidensbaserade metoder som fysisk träning (basal kroppskännedom och bassängträning), medveten närvaro-träning och psykologisk behandling utifrån Acceptance and Commitment Therapy (ACT). Programmet lämpar sig bäst för de som har en arbetsförmåga på minst 50% och aktivt kan delta i ett program omfattande 20 timmar per vecka. Patienten erbjuds en förebyggande sjukskrivning omfattande 50% under pågående medicinsk rehabilitering. Teamet arbetar aktivt med att stötta patienter till arbetsåtergång och kuratorn har ett nära samarbete med vårdgrannar, arbetsgivare, rehabkoordinatorer och myndigheter. Avstämningmöten med externa parter hålls regelbundet utefter patientens behov.

Före behandling

Det är viktigt att de patienter som remitteras till oss är medicinskt färdigutredda (viss. nu) och att andra sjukdomar (exempelvis RA) är uteslutna. Patienterna behöver vara beredda att själva vara en aktiv del av rehabiliteringen genom att arbeta med beteendeförändringsprocesser. Då det i dagsläget saknas välfungerande läkemedel för behandling av fibromyalgi utgår behandlingen från en biopsykosocial behandlingsmodell.

Remiss

För att vi ska kunna hjälpa de som remitteras till oss på bästa sätt behöver vi en remiss med information om patientens anamnes och tidigare utredningar samt eventuella provresultat. Remissen sänds med e-remiss via Take Care eller per post till:

Stockholm Spine Center/Fibromyalgiteamet
Karlavägen 108 (Garnisonen)
115 26 Stockholm

Kontakt

Behöver ni råd eller har ni några frågor?
Tveka inte att kontakta oss!

Carin Gustafsson, smärtsjuksköterska

Telefon: 08-509 028 05

Mail: carin.gustafsson@spinecenter.se



Dr Diana Kadetoff,
GHP Stockholm Spine Center



Professor Eva Kosek,
GHP Stockholm Spine Center

Forskningen fortsätter

Dr Diana Kadetoff har år 2012 doktorerat på en avhandling om fibromyalgi tillsammans med professor Eva Kosek som handledare. Nu fortsätter forskningen på GHP Stockholm Spine Center med anknytning till Institutionen för klinisk Neurovetenskap på Karolinska Institutet.