

Fokuserede spørgsmål

NKR nr. 45: National klinisk retningslinje for ikke-kirurgisk behandling af nyopståede nakkesmerter

Version 09-09-2016

Indhold

PICO 1 Bør patienter med nyopståede nakkesmerter tilbydes superviseret øvelsesterapi i tillæg til anden behandling?.....	2
PICO 2 Bør patienter med nyopståede nakkesmerter tilbydes ledmobiliserende teknikker i tillæg til anden behandling?	3
PICO 3 Bør patienter med nyopståede nakkesmerter tilbydes øvelsesterapi i kombination med ledmobiliserende teknikker frem for øvelsesterapi alene?.....	4
PICO 4 Bør patienter med nyopståede nakkesmerter tilbydes ledmobiliserende teknikker i kombination med øvelsesterapi frem for ledmobiliserende teknikker alene?.....	5
PICO 5 Bør patienter med nyopståede nakkesmerter tilbydes rådgivning med fokus på tryghedsskabende information i tillæg til anden behandling?	6
PICO 6: Bør patienter med nyopståede nakkesmerter tilbydes akupunktur i tillæg til anden behandling?	7
PICO 7: Bør patienter med nyopståede nakkesmerter tilbydes massage i tillæg til anden behandling?	8
PICO 8: Bør patienter med nyopståede nakkesmerter tilbydes NSAID i tillæg til anden behandling?	9
PICO 9: Bør patienter med nyopståede nakkesmerter tilbydes tramadol i tillæg til anden behandling?	10
PICO 10: Bør patienter med nyopståede nakkesmerter tilbydes øvelsesterapi/ledmobiliserende teknikker frem for smertestillede medicin?	11

PICO 1 Bør patienter med nyopståede nakkesmerter tilbydes superviseret øvelsesterapi i tillæg til anden behandling?

Tovholdere: Steffan W. Kristensen og Alice Kongsted

Population (population)

Voksne patienter med nyopståede, ikke traumatisk udløste, smerter i nakken:

- Voksne: alder over 18
- Nyopståede smerter: smerter, der er opstået akut eller gradvist, herunder akut forværrede, og ikke har været til stede i mere end 12 uger. Længerevarende smertetilstande kan indgå forudsat der er tale om en ny smerteepisode. Patienter med 'red flags' er ekskluderet.

Intervention

Superviseret øvelsesterapi (alle typer), herunder øvelsesinstruktion, i et afgrænset behandlingsforløb i tillæg til anden behandling (minimum 1 gang om ugen i op til otte uger).

Subgruppeanalyse på forskellige træningsformer hvis relevant og muligt (subgrupper defineres ud fra de underliggende studier, fx retningspecifikke øvelser, stabilitetstræning og vejledt individualiseret motion)

Comparison (sammenligning)

Anden behandling som beskrevet i de underliggende studier (ingen superviseret træning). Der er stor variation i den behandling, som normalt praktiseres - både lokalt i Danmark og mellem lande indbyrdes.

Outcomes	Måleredskab	Timing	Kritisk/Vigtigt
Smerter i nakke (inkl. skulderåg)	VAS (alternativt NRS eller lign.)	Behandlingsafslutning	Vigtigt
Smerter i nakke (inkl. skulderåg)	VAS (alternativt NRS eller lign.)	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Kritisk
Funktionsevne (ADL)	NDI (alternativt BNQ eller lign.)	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Kritisk
Forbrug af smertestillende medicin (paracetamol og NSAID)	Ja/nej	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Vigtigt
Tilbagevenden til arbejde	Ja/nej	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Vigtigt
Sygefravær	Dage	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Vigtigt
Livskvalitet	SF36, SF12, EQ5D eller lign.	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Vigtigt
Frafald	Ja/nej	Behandlingsafslutning	Vigtigt
Komplikationer (specificeres sammen med tovholderen)		Behandlingsafslutning	

PICO 2 Bør patienter med nyopståede nakkesmerter tilbydes ledmobiliserende teknikker i tillæg til anden behandling?

Tovholdere: Steffan W. Christensen og Peter Kryger-Baggesen

Population (population)

Voksne patienter med nyopståede smerter i nakken:

- Voksne: alder over 18
- Nyopståede smerter: smerter, der er opstået akut eller gradvist, herunder akut forværrede, og ikke har været til stede i mere end 12 uger. Længerevarende smertetilstande kan indgå forudsat der er tale om en ny smerteepisode. Patienter med 'red flags' er ekskluderet.

Intervention

Ledmobiliserende teknikker i tidsafgrænset behandlingsforløb i tillæg til anden behandling (minimum 3 sessioner indenfor 8 uger). Ledmobiliserende teknikker omfatter ledmobilisering og manipulation udført af fysioterapeut, kiropraktor eller osteopat, som retter sig mod thorakale eller cervikale ledsegmenter uanset kraft og hastighed.

Comparison (sammenligning)

Anden behandling som beskrevet i de underliggende studier (ingen manuel behandling). Der er stor variation i den behandling, som normalt praktiseres - både lokalt i Danmark og mellem lande indbyrdes.

Outcomes	Måleredskab	Timing	Kritisk/Vigtigt
Smerter i nakke/ skulder	VAS (alternativt NRS eller lign.)	Behandlingsafslutning	Vigtigt
Smerter i nakke/ skulder	VAS (alternativt NRS eller lign.)	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Kritisk
Funktionsevne (ADL)	NDI (alternativt BNQ eller lign.)	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Kritisk
Forbrug af smertestillende medicin (paracetamol og NSAID)	Ja/nej	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Vigtigt
'Return to work'	Ja/nej	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Vigtigt
Sygefravær	Dage	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Vigtigt
Livskvalitet	SF36, SF12, EQ5D eller lign.	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Vigtigt
Frafald	Ja/nej	Behandlingsafslutning	Vigtigt
Komplikationer (specificeres sammen med tovholderen)		Behandlingsafslutning	

PICO 3 Bør patienter med nyopståede nakkesmerter tilbydes øvelsesterapi i kombination med ledmobiliserende teknikker frem for øvelsesterapi alene?

Tovholdere: Alexander Isenberg Jørgensen og Jørgen Korsgaard

Population (population)

Voksne patienter med nyopståede smerter i nakken:

- Voksne: alder over 18
- Nyopståede smerter: smerter, der er opstået akut eller gradvist, herunder akut forværrede, og ikke har været til stede i mere end 12 uger. Længerevarende smertetilstande kan indgå forudsat der er tale om en ny smerteepisode. Patienter med 'red flags' er ekskluderet.

Intervention

Ledmobiliserende teknikker i kombination med superviseret øvelsesterapi (alle typer), herunder øvelsesinstruktion, i et afgrænset behandlingsforløb i tillæg (minimum 3 sessioner indenfor 8 uger)

Subgruppeanalyse på forskellige træningsformer efter behov (subgrupper defineres ud fra de underliggende studier, fx MDT, stabilitetstræning og vejledt individualiseret motion)

Comparison (sammenligning)

Superviseret træning (alle typer), herunder øvelsesinstruktion, i et afgrænset behandlingsforløb (minimum 3 sessioner indenfor 8 uger) – samme type som i interventionsgruppen

Outcomes	Måleredskab	Timing	Kritisk/Vigtigt
Smerter i nakke/ skulder	VAS (alternativt NRS eller lign.)	Behandlingsafslutning	Vigtigt
Smerter i nakke/ skulder	VAS (alternativt NRS eller lign.)	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Kritisk
Funktionsevne (ADL)	NDI (alternativt BNQ eller lign.)	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Kritisk
Forbrug af smertestillende medicin (paracetamol og NSAID)	Ja/nej	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Vigtigt
'Return to work'	Ja/nej	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Vigtigt
Sygefravær	Dage	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Vigtigt
Livskvalitet	SF36, SF12, EQ5D eller lign.	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Vigtigt
Frafald	Ja/nej	Behandlingsafslutning	Vigtigt
Komplikationer (specificeres sammen med tovholderen)		Behandlingsafslutning	

PICO 4 Bør patienter med nyopståede nakkesmerter tilbydes ledmobiliserende teknikker i kombination med øvelsesterapi frem for ledmobiliserende teknikker alene?

Tovholdere: Alexander Isenberg Jørgensen og Jørgen Korsgaard

Population (population)

Voksne patienter med nyopståede smerter i nakken:

- Voksne: alder over 18
- Nyopståede smerter: smerter, der er opstået akut eller gradvist, herunder akut forværrede, og ikke har været til stede i mere end 12 uger. Længerevarende smertetilstande kan indgå forudsat der er tale om en ny smerteepisode. Patienter med 'red flags' er ekskluderet.

Intervention

Ledmobiliserende teknikker i kombination med superviseret øvelsesterapi (alle typer), herunder øvelsesinstruktion, i et afgrænset behandlingsforløb i tillæg til anden behandling (minimum 3 sessioner indenfor 8 uger).

Comparison (sammenligning)

Ledmobiliserende teknikker i tidsafgrænset behandlingsforløb (minimum 3 sessioner indenfor 8 uger) – samme type som i interventionsgruppen

Outcomes	Måleredskab	Timing	Kritisk/Vigtigt
Smerter i nakke/ skulder	VAS (alternativt NRS eller lign.)	Behandlingsafslutning	Vigtigt
Smerter i nakke/ skulder	VAS (alternativt NRS eller lign.)	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Kritisk
Funktionsevne (ADL)	NDI (alternativt BNQ eller lign.)	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Kritisk
Forbrug af smertestillende medicin (paracetamol og NSAID)	Ja/nej	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Vigtigt
'Return to work'	Ja/nej	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Vigtigt
Sygefravær	Dage	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Vigtigt
Livskvalitet	SF36, SF12, EQ5D eller lign.	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Vigtigt
Frafald	Ja/nej	Behandlingsafslutning	Vigtigt
Komplikationer (specificeres sammen med tovholderen)		Behandlingsafslutning	

PICO 5 Bør patienter med nyopståede nakkesmerter tilbydes rådgivning med fokus på tryghedsskabende information i tillæg til anden behandling?

Tovholdere: Alice Kongsted og Anne Gram/Per Markussen

Population (population)

Voksne patienter med nyopståede, ikke traumatisk udløste, smerter i nakken:

- Voksne: alder over 18
- Nyopståede smerter: smerter, der er opstået akut eller gradvist, herunder akut forværrede, og ikke har været til stede i mere end 12 uger. Længerevarende smertetilstande kan indgå forudsat der er tale om en ny smerteepisode. Patienter med 'red flags' er ekskluderet.

Intervention

Rådgivning med eksplicit fokus på tryghedsskabende information i tillæg til anden behandling.

Rådgivningen kan gives individuelt eller i gruppe. Subgruppe: Individuel rådgivning.

Patientuddannelse, som omfatter flere forskellige elementer udover tryghedsskabende information, indgår ikke.

Comparison (sammenligning)

Anden behandling som beskrevet i de underliggende studier (ingen rådgivning med eksplicit fokus på tryghedsskabende information). Der er stor variation i den behandling, som normalt praktiseres - både lokalt i Danmark og mellem lande indbyrdes.

Outcomes, eksempler	Måleredskab	Timing	Kritisk/Vigtigt
Smerter i nakke (inkl. skulderålg)	VAS (alternativt NRS eller lign.)	Behandlingsafslutning	Vigtigt
Smerter i nakke (inkl. skulderålg)	VAS (alternativt NRS eller lign.)	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Kritisk
Funktionsevne (ADL)	NDI (alternativt BNQ eller lign.)	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Kritisk
Forbrug af smertestillende medicin (paracetamol og NSAID)	Ja/nej	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Vigtigt
'Return to work'	Ja/nej	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Vigtigt
Sygefravær	Dage	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Vigtigt
Livskvalitet	SF36, SF12, EQ5D eller lign.	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Vigtigt
Frafald	Ja/nej	Behandlingsafslutning	Vigtigt

PICO 6: Bør patienter med nyopståede nakkesmerter tilbydes akupunktur i tillæg til anden behandling?

Tovholdere: Charlotte Krog og Hans Kristian Lauritsen

Population (population)

Voksne patienter med nyopståede, ikke traumatisk udløste, smerter i nakken:

- Voksne: alder over 18
- Nyopståede smerter: smerter, der er opstået akut eller gradvist, herunder akut forværrede, og ikke har været til stede i mere end 12 uger. Længerevarende smertetilstande kan indgå forudsat der er tale om en ny smerteepisode. Patienter med 'red flags' er ekskluderet.

Intervention

Akupunktur, hvor sterile nåle enten placeres ud fra traditionel kinesisk praksis (medianpunkter) eller efter tender- eller trigger-punkter i tillæg til anden behandling (minimum 3 sessioner indenfor 8 uger).

Akupunktur foretages af sundhedsfaglig person i en afgrænset tidsperiode.

Både vestlig og kinesisk. Akupunktur defineres bredt som alle metoder, der benytter sig af nåle, som penetrerer huden uden hensyn til underliggende teoretisk grundlag.

Comparison (sammenligning)

Anden behandling som beskrevet i de underliggende studier (ingen akupunktur). Der er stor variation i den behandling, som normalt praktiseres - både lokalt i Danmark og mellem lande indbyrdes.

Outcomes	Måleredskab	Timing	Kritisk/Vigtigt
Smerter i nakke (inkl. skulderåg)	VAS (alternativt NRS eller lign.)	Behandlingsafslutning	Vigtigt
Smerter i nakke (inkl. skulderåg)	VAS (alternativt NRS eller lign.)	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Kritisk
Funktionsevne (ADL)	NDI (alternativt BNQ eller lign.)	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Kritisk
Forbrug af smertestillende medicin (paracetamol og NSAID)	Ja/nej	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Vigtigt
'Return to work'	Ja/nej	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Vigtigt
Sygefravær	Dage	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Vigtigt
Livskvalitet	SF36, SF12, EQ5D eller lign.	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Vigtigt
Bivirkninger (specificeres sammen med tovholderen)		Behandlingsafslutning	
Komplikationer (specificeres sammen med tovholderen)		Behandlingsafslutning	
Frafald	Ja/nej	Behandlingsafslutning	Vigtigt

PICO 7: Bør patienter med nyopståede nakkesmerter tilbydes massage i tillæg til anden behandling?

Tovholdere: Charlotte Krog og Anne Gram/Per Markussen

Population (population)

Voksne patienter med nyopståede smerter i nakken:

- Voksne: alder over 18
- Nyopståede: smerter, der er opstået akut eller gradvist, herunder akut forværrede, og ikke har været til stede i mere end 12 uger. Længerevarende smertetilstande kan indgå forudsat der er tale om en ny smerteepisode. Patienter med 'red flags' er ekskluderet.

Intervention

Massage i et tidsafgrænset behandlingsforløb i tillæg til anden behandling (minimum 3 sessioner indenfor 8 uger). Massage defineres som alle manuelle teknikker, der udføres af en autoriseret behandler og retter sig mod bløddele (muskler, bindevæv) omkring nakke, hals, skuldre og øvre del af brystryggen.

Comparison (sammenligning)

Anden behandling som beskrevet i de underliggende studier (ingen massage). Der er stor variation i den behandling, som normalt praktiseres - både lokalt i Danmark og mellem lande indbyrdes.

Outcomes	Måleredskab	Timing	Kritisk/Vigtigt
Smerter i nakke (inkl. skulderåg)	VAS (alternativt NRS eller lign.)	Behandlingsafslutning	Vigtigt
Smerter i nakke/ skulder	VAS (alternativt NRS eller lign.)	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Kritisk
Funktionsevne (ADL)	NDI (alternativt BNQ eller lign.)	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Kritisk
Forbrug af smertestillende medicin (paracetamol og NSAID)	Ja/nej	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Vigtigt
'Return to work'	Ja/nej	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Vigtigt
Sygefravær	Dage	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Vigtigt
Livskvalitet	SF36, SF12, EQ5D eller lign.	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Vigtigt
Bivirkninger (specificeres sammen med tovholderen)		Behandlingsafslutning	
Komplikationer (specificeres sammen med tovholderen)		Behandlingsafslutning	
Frafald	Ja/nej	Behandlingsafslutning	Vigtigt

PICO 8: Bør patienter med nyopståede nakkesmerter tilbydes NSAID i tillæg til anden behandling?

Tovholdere: Martin Bach Jensen og Peter Duel

Population (population)

Voksne patienter med nyopståede, ikke traumatisk udløste, smerter i nakken:

- Voksne: alder over 18
- Nyopståede smerter: smerter, der er opstået akut eller gradvist, herunder akut forværrede, og ikke har været til stede i mere end 12 uger. Længerevarende smertetilstande kan indgå forudsat der er tale om en ny smerteepisode. Patienter med 'red flags' er ekskluderet.

Intervention

NSAID efter foreskrevne doser i tillæg til anden behandling

Comparison (sammenligning)

Anden behandling som beskrevet i de underliggende studier (ingen NSAID). Der er stor variation i den behandling, som normalt praktiseres - både lokalt i Danmark og mellem lande indbyrdes.

Outcomes	Måleredskab	Timing	Kritisk/Vigtigt
Smerter i nakke (inkl. skulderåg)	VAS (alternativt NRS eller lign.)	Behandlingsafslutning	Kritisk
Smerter i nakke (inkl. skulderåg)	VAS (alternativt NRS eller lign.)	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Vigtigt
Funktionsevne (ADL)	NDI (alternativt BNQ eller lign.)	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Vigtigt
'Return to work'	Ja/nej	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Vigtigt
Sygefravær	Dage	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Vigtigt
Livskvalitet	SF36, SF12, EQ5D eller lign.	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Vigtigt
SAE (Serious adverse events)	Ja/nej	Behandlingsafslutning	Kritisk
Specifikke bivirkninger (specificeres sammen med tovholderen)		Behandlingsafslutning	
Komplikationer (specificeres sammen med tovholderen)		Behandlingsafslutning	
Frafald	Ja/nej	Behandlingsafslutning	Vigtigt

PICO 9: Bør patienter med nyopståede nakkesmerter tilbydes tramadol i tillæg til anden behandling?

Tovholdere: Martin Bach Jensen og Peter Duel

Population (population)

Voksne patienter med nyopståede, ikke traumatisk udløste, smerter i nakken:

- Voksne: alder over 18
- Nyopståede smerter: smerter, der er opstået akut eller gradvist, herunder akut forværrede, og ikke har været til stede i mere end 12 uger. Længerevarende smertetilstande kan indgå forudsat der er tale om en ny smerteepisode. Patienter med 'red flags' er ekskluderet.

Intervention

Tramadol efter foreskrevne doser i tillæg til anden behandling

Comparison (sammenligning)

Anden behandling som beskrevet i de underliggende studier (ingen tramadol). Der er stor variation i den behandling, som normalt praktiseres - både lokalt i Danmark og mellem lande indbyrdes.

Outcomes	Måleredskab	Timing	Kritisk/Vigtigt
Smerter i nakke (inkl. skulderåg)	VAS (alternativt NRS eller lign.)	Behandlingsafslutning	Kritisk
Smerter i nakke (inkl. skulderåg)	VAS (alternativt NRS eller lign.)	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Vigtigt
Funktionsevne (ADL)	NDI (alternativt BNQ eller lign.)	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Vigtigt
'Return to work'	Ja/nej	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Vigtigt
Sygefravær	Dage	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Vigtigt
Livskvalitet	SF36, SF12, EQ5D eller lign.	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Vigtigt
SAE (Serious adverse events)	Ja/nej	Behandlingsafslutning	Kritisk
Specifikke bivirkninger (specificeres sammen med tovholderen)		Behandlingsafslutning	
Komplikationer (specificeres sammen med tovholderen)		Behandlingsafslutning	
Frafald	Ja/nej	Behandlingsafslutning	Vigtigt

PICO 10: Bør patienter med nyopståede nakkesmerter tilbydes øvelsesterapi/ledmobiliserende teknikker frem for smertestillede medicin?

Tovholdere: Peter Kryger-Baggesen og Hans Kristian Lauritsen

Population (population)

Voksne patienter med nyopståede, ikke traumatisk udløste, smerter i nakken:

- Voksne: alder over 18
- Nyopståede smerter: smerter, der er opstået akut eller gradvist, herunder akut forværrede, og ikke har været til stede i mere end 12 uger. Længerevarende smertetilstande kan indgå forudsat der er tale om en ny smerteepisode. Patienter med 'red flags' er ekskluderet.

Intervention

NSAID og/eller tramadol evt. i kombination med paracetamol efter foreskrevne doser (ingen øvelsesterapi og/eller ledmobiliserende teknikker)

Comparison (sammenligning)

Øvelsesterapi eller ledmobiliserende teknikker eller en kombination af de to behandlingsformer (ingen smertestillende medicin).

Outcomes	Måleredskab	Timing	Kritisk/Vigtigt
Smerter i nakke (inkl. skulderåg)	VAS (alternativt NRS eller lign.)	Behandlingsafslutning	Kritisk
Smerter i nakke (inkl. skulderåg)	VAS (alternativt NRS eller lign.)	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Kritisk
Funktionsevne (ADL)	NDI (alternativt BNQ eller lign.)	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Vigtigt
'Return to work'	Ja/nej	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Vigtigt
Sygefravær	Dage	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Vigtigt
Livskvalitet	SF36, SF12, EQ5D eller lign.	4-12 uger efter behandlingsafslutning	Vigtigt
SAE (Serious adverse events)	Ja/nej	Behandlingsafslutning	Kritisk
Specifikke bivirkninger (specificeres sammen med tovholderen)		Behandlingsafslutning	
Komplikationer (specificeres sammen med tovholderen)		Behandlingsafslutning	
Frafald	Ja/nej	Behandlingsafslutning	Vigtigt