

# Reumatoid artrit – fysioterapi

## Sammanfattning

Detta dokument förklarar fysioterapeutens roll för patienter med reumatoid artrit inom öppenvård, dagsjukvård och slutenvård vid neuro- och rehabiliteringsklinikens fysioterapienhet, SÄS, Borås.

## Förutsättningar

Reumatoid artrit (RA) är en kronisk inflammatorisk sjukdom som karaktäriseras av ledinflammation i framför allt händer och fötter, men förekommer även i andra leder. Den inflammatoriska processen i ledhinnan orsakar ofta smärta, stelhet och ibland felställningar. Flera läkemedel har tillkommit i behandlingen mot RA, men trots detta finns fortfarande en stor andel patienter som inte når full remission i sjukdomen. Fysioterapi kan vara ett sätt att förbättra fysisk funktion, minska smärta och öka medvetenheten om goda levnadsvanor vid reumatisk sjukdom [1].

## Genomförande

### Bedömning

Nydiagnostiserade patienter med RA följer ett standardiserat vårdförlopp för RA som fastställts av Socialstyrelsen i Sverige [2]. I vårdförloppet ingår bland annat en tidig bedömning av fysioterapeut och arbetsterapeut. Fysioterapeuten träffar patienten för att bedöma och dokumentera aktuellt status, ge information om fysisk aktivitet och träning, samt för att formulera en patientcentrerad målsättning för rehabiliteringen tillsammans med patienten.

## Åtgärder

Syftet med rehabiliteringen är att förbättra fysisk funktion, minska smärta och öka medvetenheten om goda levnadsvanor vid reumatisk sjukdom. Målet på längre sikt kan vara att sammantaget bidra till remission i sjukdomen och till en förbättrad livskvalitet för patienten samt ökad/bibehållen arbetsförmåga och/eller delaktighet i samhället [1,2,3].

Fysioterapeuten använder olika mätmetoder för att bedöma rörlighet, smärta, muskelstyrka, syreupptagningsförmåga och välbefinnande. Det kontrolleras även balans, koordination och nervfunktion. Smärtintensitet skattas med Visuell Analog Skala (VAS) och för smärtutbredning och smärtkaraktär används smärteckning. För test av fysisk prestationsförmåga används konditions-test enligt Åstrands cykeltest eller enligt 6-minuters gångtest. Båda tester kompletteras med ansträngningsskattning via Borgsskalan eller VAS. Styrka testas med 0-5 skalig bedömning enligt Timed Stands Test.

## Rehabbadet

Patienter som följs på reumatologen har möjlighet att vid behov träna en begränsad period polikliniskt i Rehabbadet på SÄS, var god se Rehabbadets aktuella verksamhetsrutin.

## Dagrehab

Patienter som följs på reumatologen har också möjlighet att vid behov erbjudas en multiprofessionell dagrehabilitering. Detta innebär en treveckorsperiod med teambaserad träning, föreläsningar och behandling med heldagsschema. Ett deltagande förutsätter att patienten bedömts behöva hela teamets insatser och bedömts klarar av ett heldagsschema.

## Digitala Plattformen för patienter med ledgångsreumatism

Nydiagnostiserade patienten med RA erbjuds att registreras för den Digitala Plattformen för personer med ledgångsreumatism som finns på reumatologen Borås. Där finns information, tips och kunskap från alla professioner i teamet som kan underlätta vardagen och främja goda levnadsvanor för dig med reumatisk sjukdom.

## FaR®

Fysisk aktivitet på Recept / FaR® förskrivs vid behov som ett sätt att dokumentera en överenskommen målsättning. Syftet är att främja hälsostärkande fysisk aktivitet och träning i en levnadsvaneomställning. Uppföljning kan ske vid behov per telefon eller som bokad besök [4].

## Uppföljning

Uppföljning sker vid behov efter ett planerat intervall. Fysisk funktion, smärta och levnadsvanor följs upp utifrån de målsättningar som formulerades tillsammans med patienten. De parametrar som var av vikt vid målformuleringen följs upp genom att exempelvis upprepa relevanta undersökningar.

## Dokumentinformation

För innehållet svarar

Cathrin Aitman, leg fysioterapeut

Sara Hansfeldt, leg fysioterapeut

Neuro- och rehabiliteringskliniken, reumatologen, fysioterapin, SÄS

### Remissinstanser

Lars Björk, VEC reumatologen, fysioterapin, Verksamhetsområde, neurologi, rehabilitering och nära vårdSÄS

Fastställt av

Malin Camper, verksamhetschef, Verksamhetsområde, neurologi, rehabilitering och nära vårdSÄS

Nyckelord

fysioterapi, fysioterapeut, sjukgymnast, sjukgymnastik, reumatoid artrit, rehab, rehabilitering

## Referenser

1. [Reumatoid artrit \(RA\), fysioterapi \(sjukgymnastik\) - Internetmedicin](#)
2. <https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/nationella-riktlinjer/2021-1-7137.pdf>

3. Bremander A. Reumatoid artrit. I: Opava C, redaktör. Fysisk aktivitet vid reumatisk sjukdom. redaktör. Upplaga 1:1. Lund: Studentlitteratur; 2014.
4. [Levnadsvanor och reumatisk sjukdom – Svensk Reumatologisk Förening](#) [Levnadsvanor och reumatisk sjukdom - Svensk Reumatologisk Förening](#)

# Information om handlingen

**Handlingstyp:** Rutin

**Gäller för:** Neuro- och rehabiliteringsklinik

**Innehållsansvar:** Cathrin Aitman, (catai1), Fysioterapeut

**Godkänd av:** Malin Camper, (malgu5), Verksamhetschef

**Dokument-ID:** SAS9630-14576379-163

**Version:** 5.0

**Giltig från:** 2025-02-03

**Giltig till:** 2027-02-03