

Gäller för: Neuro- och rehabiliteringsklinik
Innehållsansvar: Cathrin Aitman, (catai1), Fysioterapeut
Granskad av: Cathrin Aitman, (catai1), Fysioterapeut
Godkänd av: Malin Camper, (malgu5), Verksamhetschef

Giltig från: 2025-02-27

Giltig till: 2027-02-27

Spondylartrit - fysioterapi

Sammanfattning

Detta dokument förklarar fysioterapeutens roll för patienter med spondylartrit inom öppenvård, dagrehabilitering och slutenvård vid verksamhetsområde neurologi, rehabilitering och nära vård. Rehabcentrum fysioterapi SÄS, Borås.

Förutsättningar

Axial Spondylartrit är en inflammatorisk ryggsjukdom. För den mer specifika diagnosen ankyloserande spondylit (AS) krävs en kombination av kliniska och röntgenologiska fynd och sjukdomen benämnes tidigare Bechterews sjukdom.

Spondylartrit/AS är en långvarig ledinflammation som i första hand angriper ryggraden, men uppträder även i extremiteternas leder. Spondylartrit/AS förorsakar även inflammationer i senfästen och ibland i ögats främre del, irit [1].

Typiska symtom är värk i ryggen på sen-natten och stelhet i rygg och leder efter stillasittande. Ofta sker en förbättring under dagen och kroppsrörelser lindrar symtomen.

Fysioterapi kan vara ett sätt att förbättra fysisk funktion, minska smärta och öka medvetenheten om goda levnadsvanor vid spondylartrit/AS [2].

Genomförande

Bedömning

Fysioterapeuten använder dels generella mätmetoder, dels diagnosspecifika. Generella mätmetoder innebär ofta dokumentation av smärta, rörlighet, styrka, kondition, balans och välbefinnande. Diagnosspecifika mätmetoder och självskattningsinstrument är anpassade för spondylartrit/AS.

Diagnosspecifika test

Ryggrörlighet mäts med spondylartritstatus och med BASMI: Bath Ankylosing Spondylitis Metrologi Index. Resultatet för BASMI registreras av fysioterapeuten i det nationella reumatologiska registret SRQ, som finns på Srq.nu.

Fler specifika självskattningsformulär som utformats för diagnosgruppen är:

BASDAI: Bath Ankylosing Spondylitis Disease Activity Index, ett frågeformulär för skattning av smärta, stelhet och trötthet. Självskattning från 0 – 10.

BASFI: Bath Ankylosing Spondylitis Functional Index, frågeformulär för skattning av funktionell rörlighet i vardagen. Självskattning från 0 – 10.

BAS-G: Bath Ankylosing Spondylitis Global Score, frågeformulär med två frågor om välbefinnande i förhållande till sjukdomen. Självskattning från 0 – 10.

Åtgärder

Syftet med rehabiliteringen är att förbättra fysisk funktion, minska smärta och öka medvetenheten om goda levnadsvanor vid reumatisk sjukdom. Målet på längre sikt är att bidra till lindring av sjukdomens förlopp, öka livskvalitet för patienten samt ökad/bibehållen arbetsförmåga och/eller delaktighet i samhället.

Åtgärder planeras utifrån patientens behov och grundar sig främst i en långsiktig plan för hälsofrämjande fysisk aktivitet och träning, information om hälsosamma levnadsvanor och smärtlindring vid behov.

Träningen inriktar sig på att förbättra och bibehålla rörlighet och styrka i rygg och leder och att främja en så rak och ergonomisk hållning som möjligt/ minska spinal deformitet. Det är extra viktigt vid spondylartrit/AS med pulsökande träning för att förbättra funktion och kondition och förebygga hjärt-, kärlsjukdom [2–5].

Vid behov förskrivs Fysisk aktivitet på Recept, FaR®, se nedan [5].

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.

Dagrehabilitering

Patienter som följs på reumatologen har också möjlighet att vid behov erbjudas en multiprofessionell dagrehabilitering. Detta innebär en treveckorsperiod med teambaserad daglig träning, föreläsningar och behandling med heldagsschema. Kriterier för deltagande i dagvård finns specificerade och innebär exempelvis

att rehabiliteringen inte kan tillgodoses med enbart polikliniska insatser, att patienten bedömts behöva hela teamets insatser och att patienten bedömts klara av ett heldagsschema.

FaR®

Fysisk aktivitet på Recept / FaR® förskrivs vid behov som ett sätt att dokumentera en överenskommen målsättning. Syftet är att främja hälsoinriktad fysisk aktivitet och träning i en levnadsvaneomställning. Uppföljning kan ske vid behov per telefon eller som bokat besök [5].

Uppföljning

Uppföljning sker i regel 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. Uppföljning kan ske via bokat besök, telefonuppföljning eller genom att patienten har möjlighet att höra av sig själv vid behov.

Referensförteckning

1. <https://www.1177.se/sjukdomar--besvar/skelett-leder-och-muskler/hofter/axial-spondylartrit/>
2. Brodin N. Ankyloserande spondylit. I: Opava C, redaktör. Fysisk aktivitet vid reumatisk sjukdom. Upplaga 1:1. Lund: Studentlitteratur; 2014.
3. FYSS.se
4. Nationella riktlinjer för rörelseorganens sjukdomar 2012. Osteoporos, artros, inflammatorisk ryggsjukdom och ankyloserande spondylit, psoriasisartrit och reumatoid artrit. ISBN 978-91-87169-32-8. Artikelnr 2012-5-1.
5. Levnadsvanor och reumatisk sjukdom – Svensk Reumatologisk Förening

Dokumentinformation

För innehållet svarar

Cathrin Aitman, leg fysioterapeut

VO neurologi, rehabilitering och nära vård. Rehabmedicin
fysioterapi, SÄS

Sara Hansfeldt, leg fysioterapeut

VO neurologi, rehabilitering och nära vård. Rehabcentrum
fysioterapi, SÄS

Remissinstanser

Lars Björk, enhetschef

VO neurologi, rehabilitering och nära vård. Rehabcentrum
arbets- och fysioterapi, SÄS

Fastställt av

Malin Camper, verksamhetschef

VO neurologi, rehabilitering och nära vård, SÄS

Nyckelord

fysioterapi, fysioterapeut, sjukgymnast, sjukgymnastik,
spondylartrit, ankyloserande spondylit, mb Bechterew, rehab,
rehabilitering

Giltig från: 2025-02-28

Giltig till: 2027-02-27

Information om handlingen

Handlingstyp: Rutin

Gäller för: Neuro- och rehabiliteringsklinik

Innehållsansvar: Cathrin Aitman, (catai1), Fysioterapeut

Granskad av: Cathrin Aitman, (catai1), Fysioterapeut

Godkänd av: Malin Camper, (malgu5), Verksamhetschef

Dokument-ID: SAS9630-14576379-168

Version: 5.0

Giltig från: 2025-02-27

Giltig till: 2027-02-27