



Långvarig smärta hos barn och ungdomar

UTBILDNINGSDAG TERAPIGRUPP BARN 25 OKT. 2024
ULLA CAVERIUS, SMÄRTLÄKARE, SMÄRTREHAB - BARN, LUND

Definition långvarig smärta

- ❖ Smärttillstånd som kvarstår mer än 3-6 månader = förväntad läkning av vävnadsskadan
- ❖ INTE detsamma som akut smärta utdragen i tid
- ❖ Smärta som inte har något uppenbart biologiskt värde
- ❖ Smärtan har gått från att vara meningsfullt symptom till att vara en sjukdomsentitet i sig.

Ref: Långvarig smärta. Smärtmedicin vol. 2. Red E Bäckryd och M Werner, Liber 2021



Hur vanligt är det?

- 20% rapporterar långvarig smärta
- Många rapporterar påverkan på det dagliga livet
- Huvudvärk, mag- och extremitetssmärter vanligast
- 50% av barn med långvarig smärta har ont på flera ställen.
- Flickor > pojkar
- Prevalensen ökar med åldern

Chambers, C. et al. The prevalence of chronic pain in children and adolescents: a systematic review update and meta-analysis. Pain. 2024



Smärtbedömning

Akut

Cancerrelaterad

Långvarig

Smärttpyp:

Nociceptiv

Neuropatisk

Nociplastisk

Förhållningssätt:

Biologiskt

Psykologiskt

Socialt

Läkemedelsval utgående från smärtgenes

Smärttyp	Nociceptiv	Neuropatisk	Nociplastisk
Mekanism	A- δ , C-fibermedierad	NMDA-medierad	Plasticitet, sensitisering
Läkemedel	Paracetamol Coxhämmare ("NSAID") Alfa-2-agonister Opioider Lokalanestetika S-Ketamin	<u>Antidepressiva:</u> Tricyclica (amitriptylin), Duloxitin (SNRI) <u>Antikonvulsiva:</u> Gabapentinoider <u>Analgetika:</u> S-ketamin, Metadon lågdos <u>Lokalbehandling:</u> Lidokain, Capsaicin <u>Adjuvans:</u> Alfa-2-agonister	Läkemedel: ??? Tänk multi-/interdisciplinärt

”Hjälpnödig” eller evidensbaserad behandling?

LMV 2017

[Läkemedel vid långvarig smärta hos barn och vuxna – behandlingsrekommendation | Läkemedelsverket \(lakemedelsverket.se\)](#)

WHO 2020

Guidelines on the management of chronic pain in children. Geneva: World Health Organization; 2020. [Guidelines on the management of chronic pain in children \(who.int\)](#)

Nationellt vårdprogram 2023

[Nationellt vårdprogram för långvarig smärta hos barn \(1177.se\)](#)



Evidensbaserad behandling?

Guidelines on the management of chronic pain in children. WHO 2020.



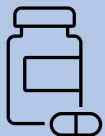
Fysioterapi

Minskad smärta på kort, men inte lång sikt (MLE)
Ökad fysisk funktion och delaktighet (MLE)



Psykoterapi

Minskad smärta och ökad funktion både kort (LE)
och lång sikt (ME).



Farmakologisk behandling

Viss smärtminskning vid specifika långvariga
smärttillstånd (MLE-LE). Inga låntidsuppföljningar.

Läkemedel? Effekt på vad???

Smärta, livskvalitet, aktivitet och delaktighet, emotionell funktion, sömn, fatigue, allmän känsla....?

- Paracetamol
- NSAID
- Gabapentinoider – gabapentin, pregabalin
- Antidepressiva – SSRI, SNRI, TCA
- Triptaner

Opioider vid långvarig smärta

- Indikation: vård i livets slutskede eller palliativ vård.
- Ska förskrivas och följas upp av läkare med erfarenhet av tillståndet och preparat.
- Behandlingsplan
- Följ upp– effekt och biverkningar
- Informerad patient/familj



Läkemedel?

Låg evidens för läkemedelsbehandling vid långvarig smärta hos barn och ungdomar

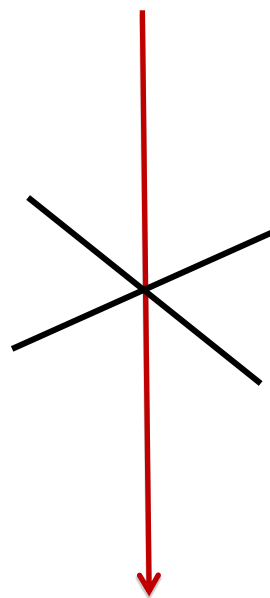
~~Opioder inkl. Tramadol och kodein~~



Behandlingsmål smärtfrihet?

"LIVET"
Skola, vänner, familj,
fritidsaktiviteter/hobbys,
röra på sig...

VAS 7

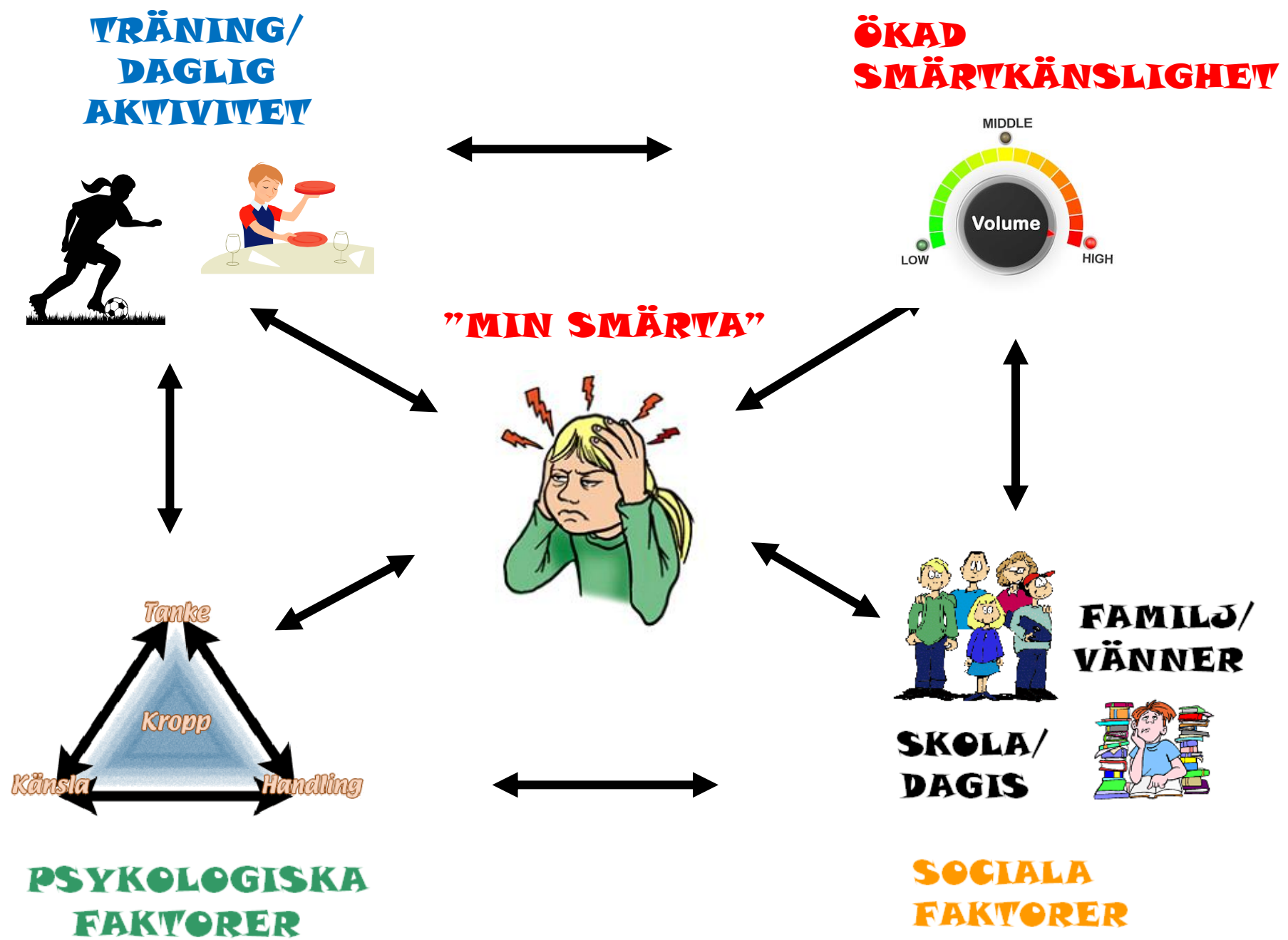


VAS 7



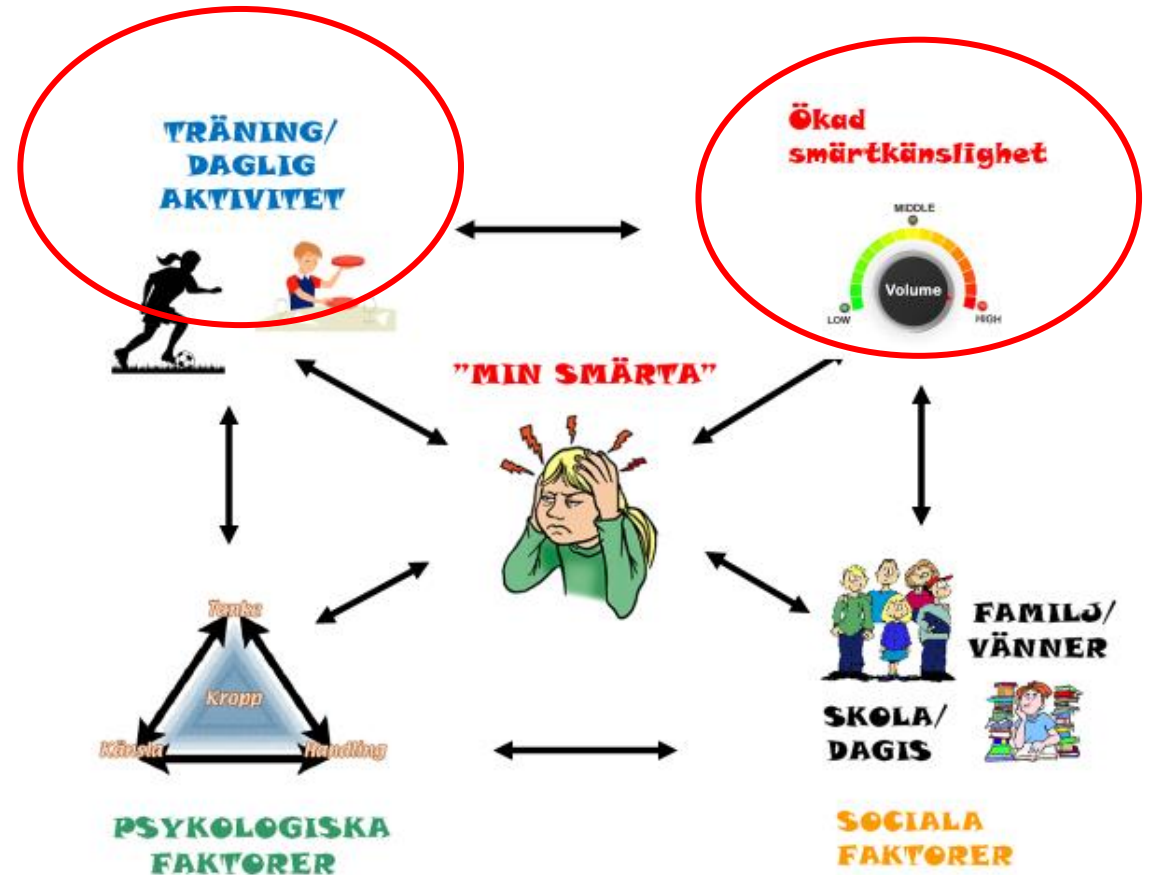
BIOPSYKOSOCIAL FÖRKLARINGSMODELL

barn och ungdomar



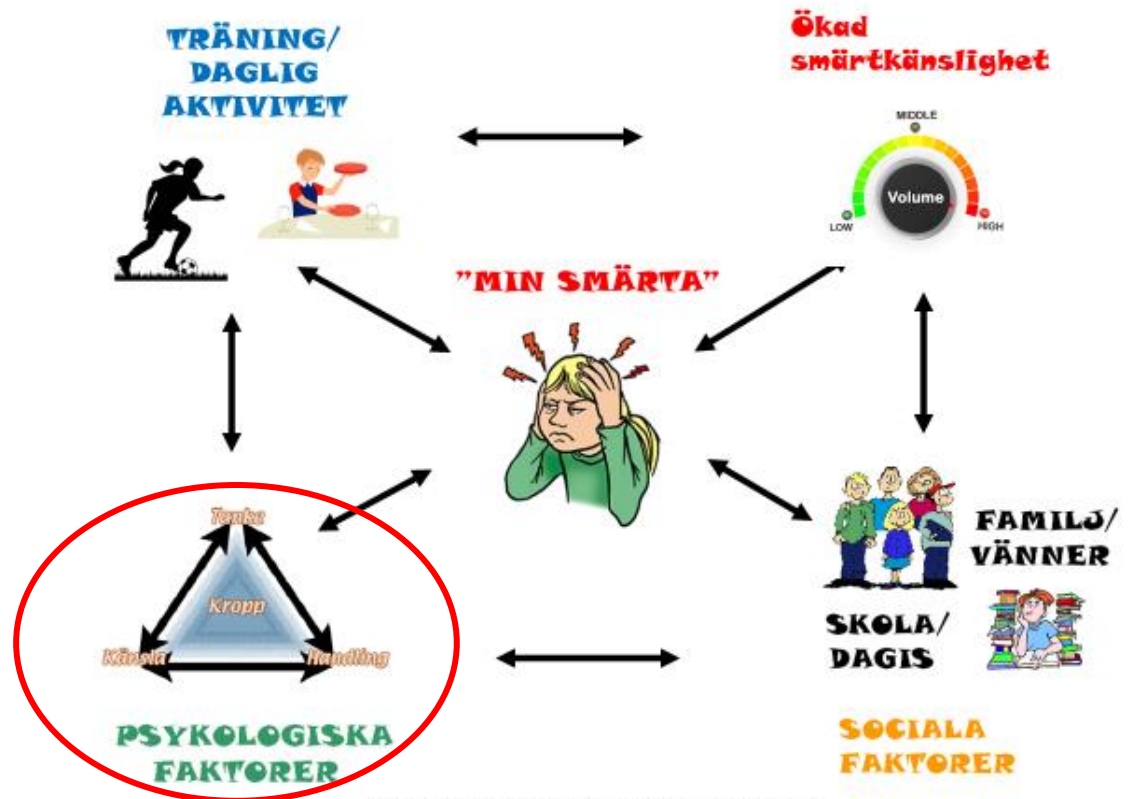
BIO-

- Primär smärta > sekundär
- Multipla lokalisationer
- Sensitisering
- Fysisk aktivitet och funktion låg
- Många prövade behandlingar



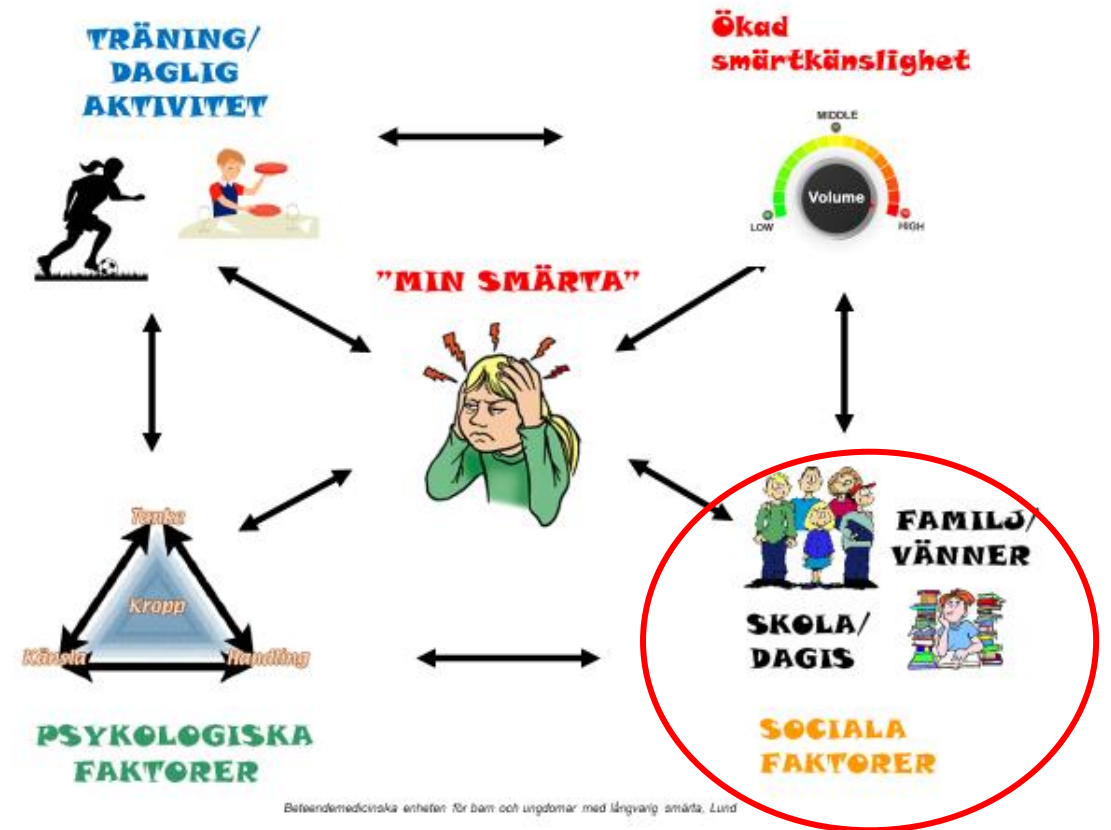
PSYKO-

- Psykiatrisk komorbiditet
- Neuropsykiatrisk problematik
- Oro – rädsla – undvikande
- Psykologisk flexibilitet
- ”Diagnostic uncertainty”



SOCIAL-

- Skola
- Vänner
- Fritidsaktiviteter
- Familj
- Föräldrar



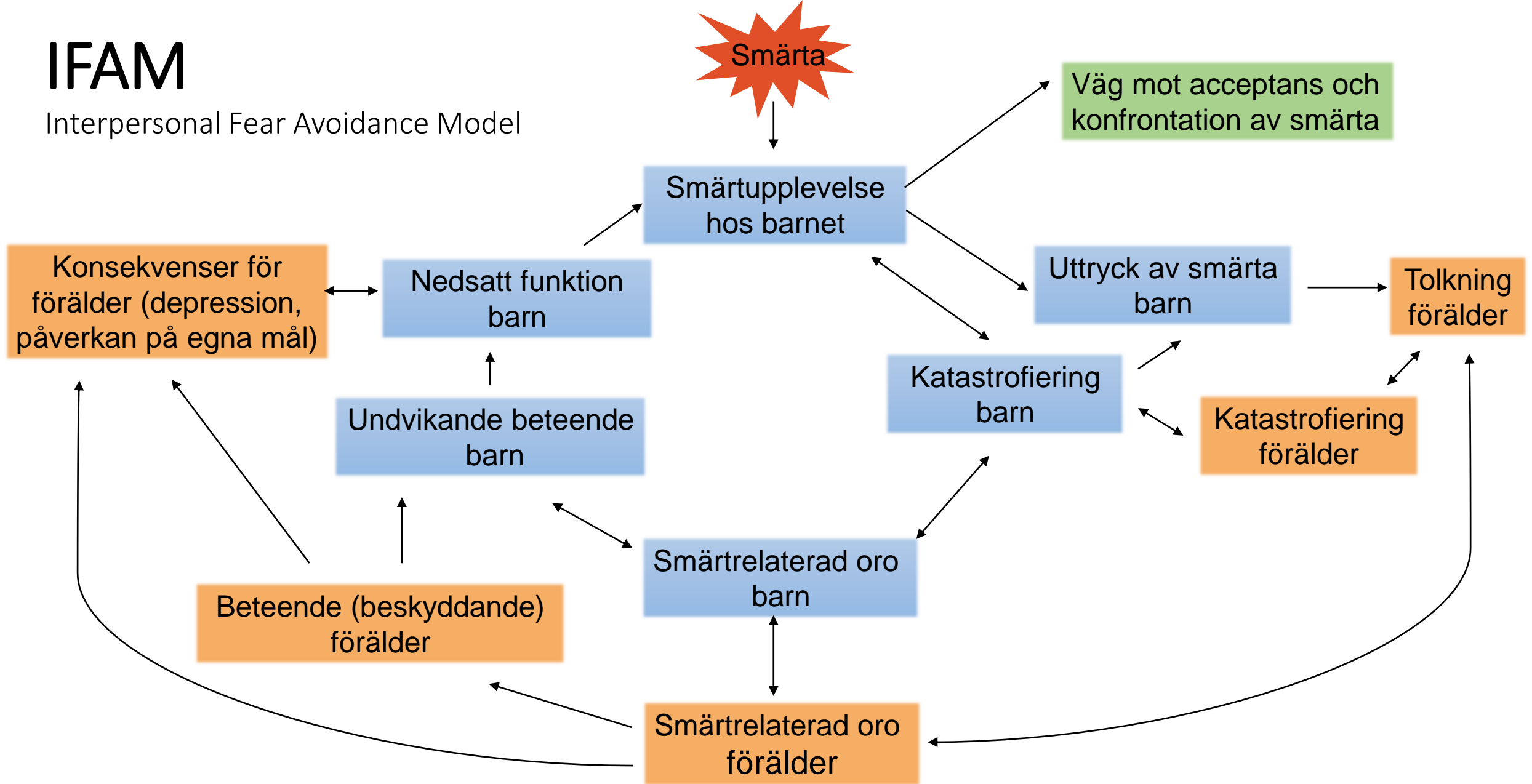
FAM Fear Avoidance Model

Vlaeyen & Linton (2000)



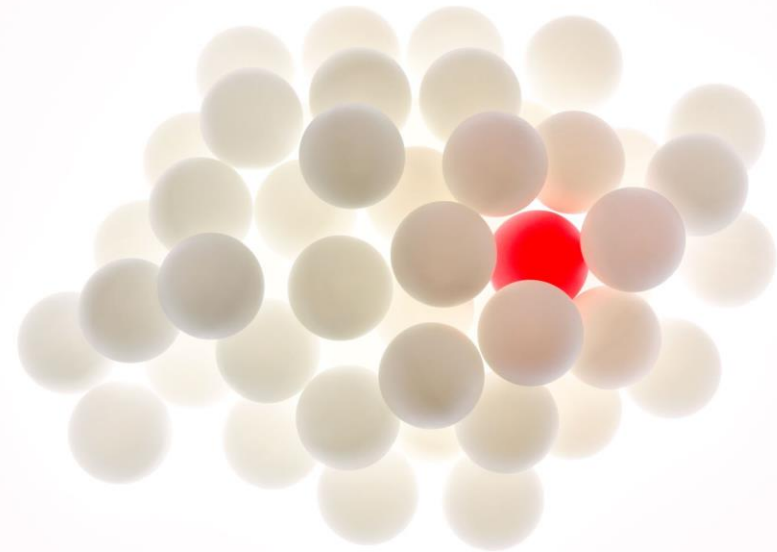
IFAM

Interpersonal Fear Avoidance Model



Alla barn utvecklar inte långvarig smärta. Varför?

- Riskfaktorer - oro, rädsla, ärftlighet, kontext
- Vidmakthållande faktorer - undvikande, fusion, kontext, "diagnostic uncertainty"
- Resiliencefaktorer – kontext, copingstrategier



Bedömning och behandling

- Utred klart! Återkoppla!
- Smärtanalys
- Förklara/utbilda
- Förväntningar
- Ingjut hopp om ökad funktion
- Egen/uni-/multimodal/annan behandling?
- Primärvård eller specialistvård?
- Samordna
- Utvärdera

One size does
NOT fit all



Vill du veta mer?

TIRED OF WAITING FOR PAIN TO GO AWAY?

- <https://www.retrainpain.org/>

TAME THE BEAST

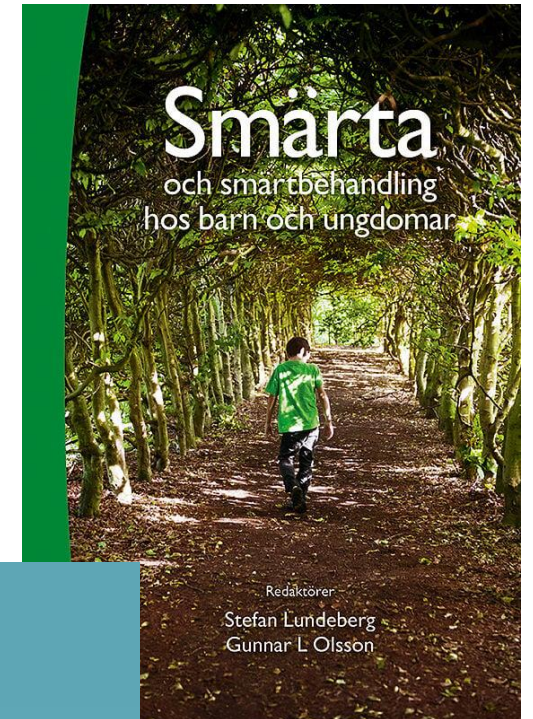
- <https://www.youtube.com/watch?v=ikUzvSph7Z4>

EXPLAIN PAIN IN LESS THAN FIVE MINUTES

- https://www.youtube.com/watch?v=C_3phB93rvI

WHY THINGS HURT

- <https://www.youtube.com/watch?v=gwd-wLdlHjs>



Tack för uppmärksamheten!



Definition av långvarig smärta enligt ICD-11

cancerrelaterad, neuropatisk, primär, postoperativ/traumatisk, sekundär huvudvärk/orofacial, sek. muskuloskeletal, sek. visceral

Primär

Primär huvudvärk (HV)

Ex. HV av spänningstyp, migrän

Primär visceral

Ex. Funktionella buksmärtor/IBS,

Primär muskuloskeletal

Ex. Primär ländryggssmärta, extremitetssmärta

Spridd smärta (WSP)

Ex. fibromyalgi

Komplext regionalt smärtsyndrom (CRPS)

Sekundär

Sekundär HV

Ex. Kraniell el.vaskulär sjd., temporomandibulär dysfunktion

Sekundär visceral

Ex. persisterande inflammation thx, buk och bäcken

Sekundär muskuloskeletal

Ex. inflammation av autoimmun sjd, MS, artros