

Pixi vejledning til

Strukturerede forløb for patienter med primære smerter i lænderyggen

JUNI 2025

Pixivejledning

til strukturerede forløb for patienter med primære smerter i lænderyggen

Denne vejledning er tiltænkt praktiserende fysioterapeuter. Her finder du en kort oversigt over det strukturerede forløb for patienter med primære smerter i lænderyggen. Du får overblik over målgruppen, formål med det strukturerede forløb, adgangsveje, ydelser og anbefalinger til indhold.

Den korte vejledning er baseret på aftaleteksten, strukturerede forløb for patienter med primære smerter i lænderyggen og de underliggende faglige anbefalinger. Vi anbefaler, at du benytter de underliggende dokumenter til yderligere inspiration og for flere detaljer.

Strukturerede forløb for patienter med primære smerter i lænderyggen

Målgruppe

Målgruppen er patienter med smerter i lænderyggen med eller uden udstråling til ben. Symptomerne er smerter og/eller funktionsbegrænsninger, som stammer fra lænderyggen. Det strukturerede forløb er til patienter, som har tilbagevendende og/eller længerevarende problemer med lænderyggen.

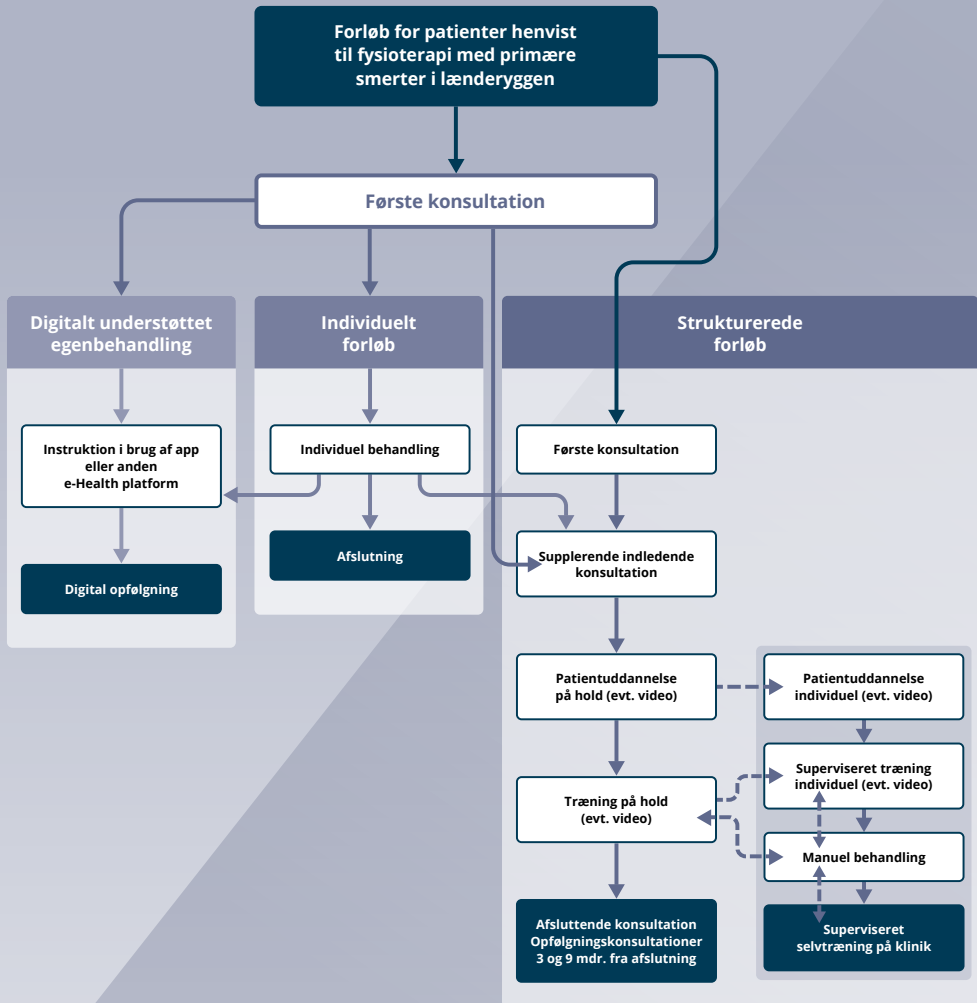
Formål

De generelle formål med strukturerede forløb er dels at understøtte en mere ensartet tilgang til patienter med primære smerter i lænderyggen, dels at styrke evidensbaseret undersøgelse og behandling i fysioterapipraksis. Fokus er på en aktiv tilgang bestående af grundig undersøgelse, patientuddannelse og træning, som skal understøtte patientens evne til egenhåndtering af smerter og ændringer i funktionsevne. Desuden indgår systematisk monitorering med test og spørgeskemaer for at understøtte fælles beslutninger om indhold og mål for behandling samt vurdering af patientens udbytte af behandling.

Specifikke formål i dette forløb er at mindske patientens symptomer og forbedre funktion gennem evidensbaseret behandling bestående af patientuddannelse og træning. Yderligere er det at understøtte patientens egenhåndtering af symptomer. I enkelte tilfælde vil der være behov for at understøtte patienten i at træffe informerede valg om medicinsk eller videre udredning i tæt samarbejde med dig, patienten og egen læge.

Adgang

Patienten kan starte forløbet med en *Første konsultation* ved henvisning eller henvendelse, som tydeligt indikerer smerter i lænderyggen. Her får patienten forinden tilsendt spørgeskemaer. En anden adgang er, at du ved *Første konsultation*, eller i løbet af et individuelt behandlingsforløb finder, at patienten egner sig til et struktureret forløb. I de tilfælde starter patienten med *Supplerende indledende konsultation*. Også her får patienten forinden tilsendt spørgeskemaer. Forskellige adgangsveje fremgår af [Figur 1](#).



Figur 1. Patienter med primære smerter i lænderyggen får tilbudt struktureret forløb. Siger patienten nej, eller vurderer du som fysioterapeut, at det ikke passer til patienten, starter patienten i et individuelt forløb, eller eventuelt app-understøttet egenbehandling, og kan evt. senere skifte over efter en Supplerende indledende konsultation. I forløbet kan der indgå individuelle konsultationer med Patientuddannelse, Superviseret træning eller Manuel behandling.

Ydelser i det strukturerede forløb

Strukturerede forløb for patienter med primære smerter i lænderyggen består primært af følgende ydelser:

- *Første konsultation (0110)*
- *Supplerende indledende konsultation (0261)*
- *Holdkonsultation: Patientuddannelse (0263)*
- *Holdkonsultation: Superviseret træning (0264)*
- *Afsluttende konsultation (0267)*
- *To opfølgningskonsultationer (0268)* ca. 3 og 9 måneder efter *Afsluttende konsultation*, dog indenfor 12 måneder fra henvisningsdato

Har patienten ikke mulighed for at gennemføre forløbet på hold, eller kan klinikken på grund af plads eller patientgrundlag ikke tilbyde træning på hold, kan du tilbyde *Individuel konsultation: Patientuddannelse* og *Individuel konsultation: Superviseret træning*, suppleret med *Superviseret selvtræning på klinik* og/eller *selvtræning* efter træningsprogram. Yderligere er det muligt at tilbyde *Manuel behandling* kortvarigt som smertelindring og for at understøtte en aktiv tilgang med træning (se [Figur 1](#)).

I [Figur 2](#) finder du en oversigt over indhold i ydelser i det strukturerede forløb. I det følgende uddyber vi kort noget af indholdet i de enkelte ydelser. For yderligere detaljer henviser vi til overenskomstens aftale om strukturerede forløb for patienter med primære smerter i lænderyggen, de faglige anbefalinger og beskrivelsen af det strukturerede forløb.

Første konsultation

Første konsultation og *Supplerende indledende konsultation* kan ligge på samme dag, hvis

patienten starter direkte i det strukturerede forløb. Ellers starter forløbet med *Supplerende indledende konsultation*.

Den *Supplerende indledende konsultation* indeholder sammen med *Første konsultation* flere komponenter, som du som fysioterapeut på baggrund af dine faglige kompetencer prioriterer ift. hver enkelt patient, se [Figur 2](#).

Spørgeskemaer

Du gennemgår sammen med patienten svar på spørgeskemaerne:

- Numeric Pain Rating Scale (NPRS), som patienten har udfyldt på forhånd
- Oswestry Disability Index (ODI), som patienten har udfyldt på forhånd
- Patient Specifik Funktions Skala (PSFS), som I udfylder sammen ved *Supplerende indledende konsultation*

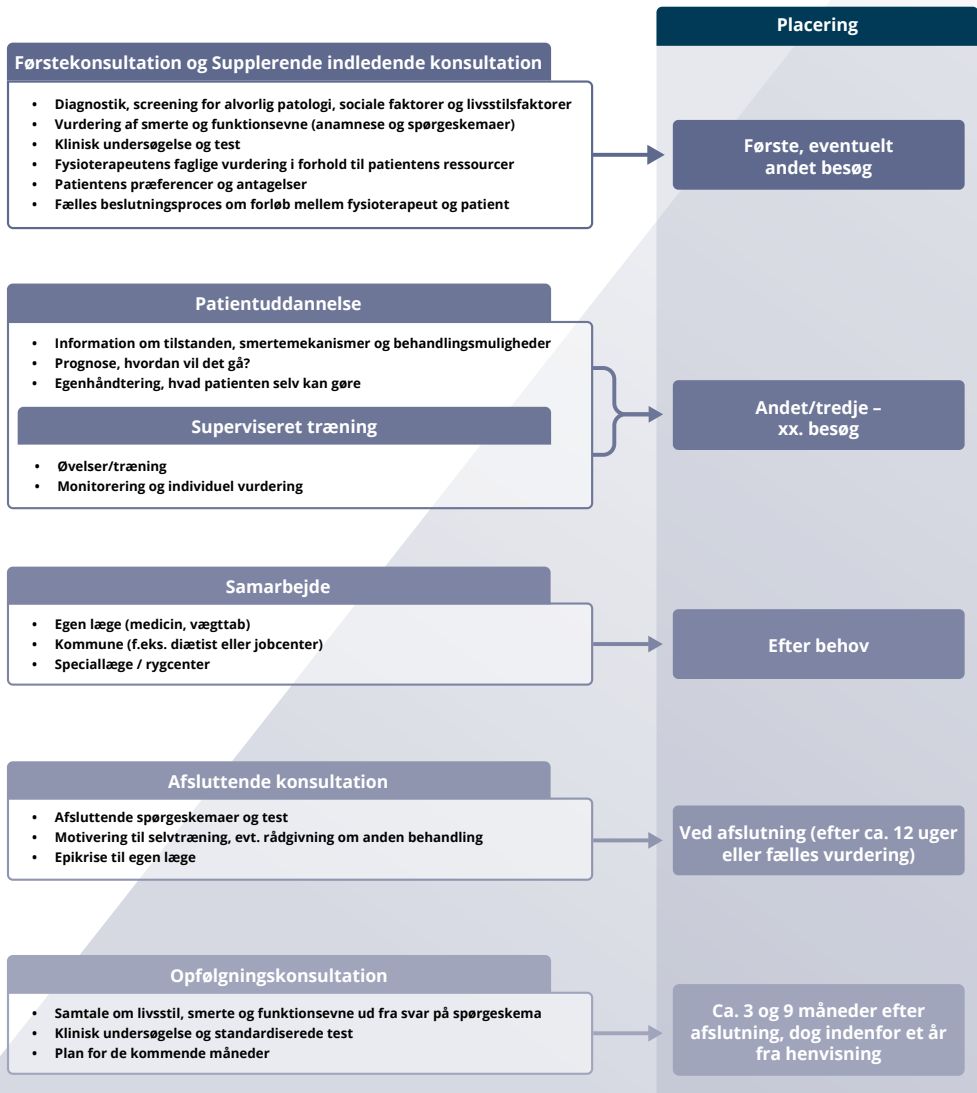
Klinisk undersøgelse

Udover klinisk undersøgelse udfører du som fysioterapeut relevante funktionstest, som udgangspunkt for vurdering af niveau for træning og mål, der følges op på senere i forløbet: rejse/sætte sig (obligatorisk og registreres), eller andre relevante test såsom udholdenhed i bug- og rygmuskler.

Fælles beslutningstagen

På baggrund af anamnesen, svar på spørgeskemaer, undersøgelsesresultater og patientens mål aftaler I en plan for det videre forløb, herunder tid og form (hold eller individuel) for patientuddannelse og træning.

Oversigt over ydelser i strukturerede forløb for patienter med primære smerter i lænderyggen



Figur 2. Oversigt over elementer i et struktureret forløb for patienter med primære smerter i lænderyggen.

Patientuddannelse

Patientuddannelse skal medvirke til at forbedre compliance, sygdomsopfattelse, smertehåndtering, egenhåndtering og motivere til forståelse af træning som den væsentligste behandling. Patientuddannelse bør af hensyn til compliance ligge tidligt i forløbet, særskilt fra træningen, men elementer fra patientuddannelsen integreres i hele forløbet.

Patientuddannelsen er som udgangspunkt gruppebaseret, og udnytter den dynamik, der kan være i en gruppe. Hvis patientuddannelse ikke er muligt på hold, kan patientuddannelse undtagelsesvist foregå individuelt eventuelt via video.

Superviseret træning

Holdkonsultation

Træning er en del af kernebehandlingen i det strukturerede forløb, og kan bestå af styrketræning, udholdenhedstræning, konditionstræning, balance- og stabilitetstræning, som er tilpasset den enkelte patient. Evidensen viser, at der ikke er forskel på, hvilken af ovenstående træningsformer patienten udfører, effekten er den samme. Det vigtigste er, at patienten udfører træning som en del af deres kernebehandling. I træningsforløbet indgår opfølgning på patientuddannelse, justering af øvelser og vurdering af i hvor høj grad den enkelte patient har nået sine mål og kan afsluttes. Overenskomsten angiver 12-16 gange med træning, men det kan være mere eller mindre, det er din vurdering sammen med patienten. Du kan tilbyde holdtræning via video.

Individuel konsultation

Træningen er som udgangspunkt holdtræning, men der er mulighed for at tilbyde individuel superviseret træning, hvis holdtræning ikke er muligt. Det kan være som følge af, at patienten har social angst, risiko for patientsikkerheden eller på klinikker med få patienter med den pågældende diagnose. Ydelsen kan gives op til seks gange og lægger op til videre *Selvtræning*

på klinik eller hjemme. Du kan tilbyde individuel træning via video.

Individuel konsultation: Manuel behandling

Ydelsen *Individuel konsultation: Manuel behandling* kan undtagelsesvist benyttes kortvarigt som smertelindring eller for at understøtte, at patienten kan lave øvelser.

Afsluttende konsultation

Ved den *Afsluttende konsultation* gennemgår du sammen med patienten resultaterne målt på spørgeskemaer og de standardiserede test, som også blev udført ved starten af det strukturerede forløb.

Det er væsentligt, at du som fysioterapeut fremhæver vigtigheden af vedvarende træning og fysisk aktivitet, samt understøtter overgangen til patientens egenhåndtering af træning. En af de bærende elementer i konsultationen er dermed motivation for egenhåndtering fremover og strategier ved tilbagefald.

Opfølgningskonsultation

Formålet er at rådgive omkring træning og livsstil, samt motivere til videre træning. Indholdet består af en samtale om livsstil, smerte og funktionsevne ud fra svar på spørgeskema, en plan for de næste tre eller seks mdr., samtale om motivation for selvtræning, information om forebyggelse af tilbagefald, understøtte patientens egenhåndtering, fornyelse af behandlingsplan for patienten med fokus på selvtræning samt journalføring af fund og ny behandlingsplan.

Samarbejde

Der kan opstå situationer, hvor der er brug for at koordinere indsatser med andre sundhedsprofessionelle, især i de tilfælde hvor gode resultater udebliver, eller der opstår forværring og operation er en overvejelse.

Ved smertefulde tilstande, kan samarbejde med egen læge om kortvarig medicinering



komme på tale, men også det modsatte, nemlig udtrapning af ineffektiv eller vanedannende medicin.

For enkelte patienter, som ikke har gavn af træning, og hvor der er mistanke om specifik rygdiagnose eller patologi, kan henvisning til speciallæge eller rygcenter blive aktuelt.

