

Frågeformulär om smärtproblem - Förenklad manual

Screeningformuläret kan användas på alla patienter som söker för muskuloskeletala besvär.

Syfte: **Tidig identifiering av riskpatienter** för att utveckla långvarig smärta. Stöd vid val av behandling/åtgärder och i kommunikationen med patienten.

- Långvarig smärta handlar om en **biopsykosocial utvecklingsprocess**, det är därför viktigt att tidigt identifiera psykosociala och kognitiva riskfaktorer.
- **Tid** är en avgörande faktor för utveckling av smärtförstärkning och prognos.
- Psykosociala faktorer **indikerar** tydligare än medicinska faktorer vem som kommer att utveckla långvarig smärta.
- Screening och prevention ska därför ske tidigt för att förhindra negativa kognitiva, emotionella och beteendemässiga förändringar, som bidrar till fysiologisk förstärkning.

Steven Lintons förslag till information till patienten (med lite modifiering):

Jag skulle vilja att du fyller i det här korta frågeformuläret om hur du upplever din smärta och hur den påverkar dig. Det brukar ta 5-10 minuter att svara. Det ger oss viktig information som ett komplement till dina övriga undersökningar. Det hjälper oss att förstå dina problem bättre och ger vägledning framåt.

Läs varje fråga noggrant, svara så gott du kan. Välj det som passar bäst om du är tveksam.

Det finns inget rätt eller fel svar.

Poängberäkning och tolkning

Screening-formuläret är utformat så att det är ganska enkelt att poängsätta och tolka. Med lite övning kan poängsättningen ta ca en minut. Dessutom ger poäng som screening-instrumentet bara en grov vägledning och ska ses som en utgångspunkt snarare än slutpunkten i bedömnings- och behandlingsgången.

För ut den inringade poängen i marginalen och summera (min 3 poäng – max 210 poäng.)

Poängsättning från fråga 5, från fråga 8 är det 1-10 poäng på varje fråga, 10 poäng innebär hög risk.

Fråga 5

Räkna antalet besvärställen. Multiplicera med 2.

Fråga 6 och 7

Det finns 10 olika svarsalternativ, motsvarar 1-10 poäng. Alltså första rutan motsvarar 1 poäng och sista rutan motsvarar 10 poäng.

Frågeformulär om smärtproblem - Förenklad manual

Fråga 8-11, 13-15, 18-20

Poäng = av patient inringad siffra.

Fråga 12, 16-17, 21-25

Poäng = 10 minus av patient inringad siffra

Saknas det värden får man använda patientens medelvärde som en uppskattning. För att räkna ut medelvärdet lägger man ihop alla poäng och delar med antalet besvarade frågor (räkna inte frågorna 1-4).

Detta medelvärde kan föras in i de skuggade rutorna för de frågor som saknar ett svar.

Saknade värden tenderar att minska frågeformulärets validitet. Därför kan man bara acceptera ett litet antal obesvarade frågor om man ska uppnå en god prediktivitet. Screening-formuläret tar fram en totalpoäng som enkelt kan översättas till ungefärliga riskberäkningar.

- **Över 105 poäng** indikerar **hög risk** för långvarig smärta och funktionspåverkan.
- **Mellan 90 och 105 poäng** indikerar en **måttlig risk** och dessa patienter bör följas upp.
- **Under 90 poäng** tyder på en **låg risk** och de flesta av dessa patienter kommer att bli återställda.

Frågeformuläret kan också studeras för att isolera områden som kan vara av speciell vikt vid riskbedömning eller för att utarbeta ett program för tidig intervention. Det kan ge värdefull information om vilka områden som man borde rikta in sig på. Det kommer att vara värdefullt för beslut om vilken typ av ytterligare utvärderingar eller interventioner som kan vara av nytta.

Slutligen ska positiva aspekter, frågor med en låg riskpoäng, inte förbises. Dessa kan användas för att ge sjukvårdspersonalen en balanserad bild av patienten, ge patienten positiv feedback och de kan vara till hjälp när man bedömer patientens resurser när man lägger upp behandlingen.

Delge patienten resultaten

En av de viktigaste aspekterna av screening är att delge patienterna resultaten då det ger ett utmärkt tillfälle till djupgående samtal. Eftersom personen har lagt ner tid och möda på att fylla i frågeformuläret är det viktigt att ge feedback. Det må ta en del tid, men det erbjuder också en naturlig öppning för samtal kring psykosociala så väl som medicinska aspekter av problemet.

Behandling och egenvård

Det slutgiltiga målet för screeningen och de andra kliniska undersökningarna är att ta fram en behandlingsplan. Därför är kunskap om risknivån värdefullt när man ska ta fram en sådan plan. Det kan också hjälpa till att motivera patienter att ägna sig åt egenvård för att förebygga framtida funktionspåverkan.

Måttliga och höga riskpoäng borde göra läkaren uppmärksam på att tidiga förebyggande åtgärder förmodligen är nödvändiga. Dessutom belyser sådana poäng ett potentiellt behov av uppföljning.