

Forskningsprojekt 2019

Titel: Internetbaserad nackspecifik träning för personer med långvariga besvär efter whiplashtrauma. En randomiserad kontrollerad studie.

Namn: Gunnel Peterson

Sammanfattning:

Årligen drabbas ca 30 000 personer i Sverige av whiplashskada och så många som hälften har besvär ett år efter skadan, s.k. whiplash-associated disorders (WAD). Vanliga symtom är nacksmärta, huvudvärk, yrsel, fysisk och psykisk funktionsnedsättning som kan leda till sjukskrivning, vilket innebär lidande för individen och höga kostnader för samhället. För personer med kronisk WAD har nackspecifik träning hos fysioterapeut 2 ggr/v i 12 veckor visat god effekt. För att minska kostnader och tid för vården och den drabbade individen behöver nya former för effektiva behandlingar testas. Internetbaserad vård har visat sig lika bra som personliga vårdmöten vid olika sjukdomar. Internetbaserade studier saknas dock för träning vid kronisk WAD och finns inte heller för annan kronisk nacksmärta. Syftet med studien är att undersöka om effekten av internetbaserad nackspecifik träning vid kronisk WAD är lika bra som träning i 12 veckor hos fysioterapeut. Ett syfte är också att utveckla diagnostiska test för muskelfunktion efter whiplashskada. Studien är en prospektiv randomiserad multicenterstudie där 140 individer med kronisk WAD deltar. Mätningar av smärta, fysisk- och psykisk funktion, hälsa, nöjdhet med vård, livskvalitet och hälsoekonomi sker vid baseline, 3 och 15 månader (ett år efter interventionens slut). Resultaten av studien kan bidra till en flexibel rehabilitering till lägre kostnad samt kortare väntetid om träning via internet har lika god effekt som träning hos sjukgymnast.