

Forskningsprojekt 2020

Titel: Uppföljning och implementering av nackspecifik träning via internet för personer med långvariga besvär efter whiplashtrauma. En randomiserad studie.

Namn: Gunnel Peterson, post doc forskare, leg. Sjukgymnast, specialistkompetens smärta, VC Linden Katrineholm

Sammanfattning:

Av de ca 30 000 personer i Sverige som drabbas av whiplashskada varje år har så många som hälften kvarstående besvär mer än ett år efter skadan, s.k. whiplash-associated disorders (WAD). Symtom är nacksmärta, huvudvärk, yrsel och funktionsnedsättning som kan leda till sjukskrivning och innebär lidande för individen och höga kostnader för samhället. Nackspecifik träning hos fysioterapeut 2 ggr/v i 12 veckor har visat god effekt men för att minska kostnader och tid för både vården och patienter behöver nya former för effektiva behandlingar testas. Internetbaserad vård har visat sig lika bra som personliga vårdmöten vid olika sjukdomar men studier saknas för träning vid kronisk WAD och finns inte heller för annan kronisk nacksmärta. Syftet med studien är att undersöka om internetbaserad nackspecifik träning vid kronisk WAD är lika bra som träning i 12 veckor hos fysioterapeut. Ett syfte är också att utveckla diagnostiska test 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 vid baseline och 3 månader har genomförts. Nu pågår uppföljningstest (ett år efter interventionens slut). 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. Implementering bör ske så snart resultat är sammanställt.