

PROGRAMI MULTIDISCIPLINARNOG LIJEČENJA BOLESNIKA S KRIŽOBOLJOM

Multidisciplinary treatment in low back pain

Simeon Grazio

Križbolja nije samo fizički problem nego ovisi i o pacijentovim stajalištima i uvjerenjima, psihološkom stresu i poremećenom ponašanju. Stoga intervencije u nespecifičnoj kroničnoj križbolji trebaju biti multidisciplinarne, usmjerene na biheviorijalni, kognitivni i fiziološki aspekt.

Studije su pokazale da lošiji ishod liječenja imaju bolesnici koji imaju bol visokog intenziteta i probleme na poslu, te oni s niskom uporabom aktivnih vještina nošenja s bolešću i s visokom percepcijom ograničenja aktivnosti. Učinkovita strategija u modifikaciji pacijentovih uvjerenja glede križbolje i njezinih posljedica te povećanju adherencije za vježbanjem, uz odgovarajuće informacije pacijentu, temeljene su na biopsihosocijalnom modelu.

Glavni koncepti programa obnavljanja funkcije su: prihvaćanje boli, upravljanje njome, strategije aktivnog nošenja s boli i „progresija vježbi prema ugovoru“. Programi obnavljanja funkcije pozitivno utječu na parametre snage i izdržljivosti, pokretljivost kralježnice, aerobni kapacitet, te na parametre psiholoških funkcija. U sistematskom pregledu literature o programima obnavljanja funkcije bolesnika s kroničnom nespecifičnom križboljom nađeno je da se posjetima radnomu mjestu, lakšim dužnostima i skraćenim radnim vremenom postiže dvostruko brži povratak na posao. Na stopu povratka na posao utječe i povezanost radnika s poslom i kolegama prije nastanka križbolje.

Recentni sistematski pregled literature govori u prilog dugotrajnog (1-5 godina praćenja) pozitivnog učinka multidisciplinarnog treninga na participaciju u poslu, možebitno i na kvalitetu života, dok je učinak na bol i funkciju dvojbena. Zaključno, bolesnicima s kroničnom nespecifičnom križboljom potrebno je pristupiti multidisciplinarno, timskim radom, a na temelju rezultata dobre kliničke prakse, odnosno medicine temeljene na dokazima.

Ključne riječi: križbolja, kronična križbolja, multidisciplinarni pristup

Key words: low back pain, chronic low back pain, multidisciplinary approach

doc. dr. sc. Simeon Grazio, dr. med., Klinika za reumatologiju, fizikalnu medicinu i rehabilitaciju,
Klinička bolnica "Sestre milosrdnice", Vinogradska 29, Zagreb