

Godkänt
2021-01-28
Giltigt t.o.m
2024-01-28

Versionsnummer
1.0
Diarienummer

Ryggsmärta - patientinformation

Till dig som vårdats på Ortopediska kliniken, Falu lasarett, på grund av ryggsmärta

Du har vårdats inläggande på grund av ryggsmärta. Ryggsmärta kan orsakas av många olika saker, oftast är det muskulärt eller att man gjort illa sig. Om situationen är så att man inte klarar smärtan med hjälp av smärtstillande läkemedel som lämpar sig att använda hemma så händer att man läggs in på sjukhus. Det man försöker göra då är att hitta en smärtlindring som hjälper och som fungerar i hemmet.

Orsaken till din ryggsmärta nu är:

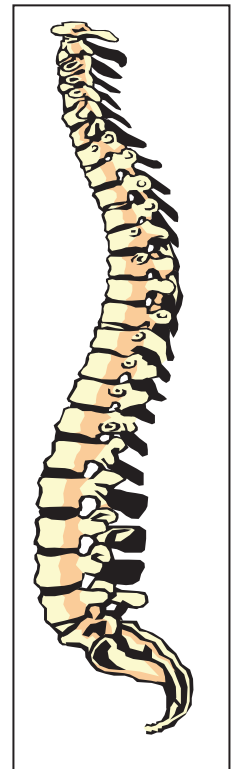
- ☐ Kotkompression En eller flera kotor har tryckts ihop på grund av fall eller skört skelett.
- ☐ Ryggskott (lumbago) Det kan göra mycket ont i ryggen och/eller benet och det gör ont när du försöker att röra på dig.
- ☐ Ischias/diskbråck Muskler eller en disk trycker på en nerv som hamnar i kläm. Smärtan går ner i benet.
- ☐ Annan orsak:

Röntgen

Man kan göra en röntgen av ryggen för att upptäcka eller utesluta eventuell sjukdom eller fraktur.

Röntgen är gjord:/.....

- ☐ Vanlig röntgen.
- ☐ MRT (magnetkameraundersökning) Magnetkameraundersökningen gör man när man kan misstänka att nerver ligger i kläm (diskbråck) eller att allvarigare sjukdom föreligger.
- ☐ CT (datortomografi).
- ☐ Remiss till vårdcentralen för uppföljning av eventuell benskörhet/osteoporos är skriven.



Fysioterapi

Du har eventuellt fått träffa en fysioterapeut och du ska fortsätta träna enligt det program du har fått. Promenera och rör på dig allt som går. Ibland underlättar det att använda något gånghjälpmedel för att avlasta ryggen. Kryckor finns att köpa på hjälpmedelscentralen. Man kan också ta kontakt med en fysioterapeut på vårdcentralen för rådgivning och träning.

☐ Remiss till en fysioterapeut för att få stöd och råd till träningen är skriven. **Ring gärna "din" sjukgymnast och beställ tid snarast.**

Smärta

Du kan behöva ta värktabletter en tid för att kunna röra på dig. Recept är skrivet och medicinen hämtas ut på apoteket. Viktigt att ta tabletterna med jämna mellanrum enligt ordination så att smärtan inte blir så svår att du inte kan röra på dig. Du bör inte bli stillasittande på grund av smärta. Efter en tid kan du prova att trappa ner på användandet av värktabletter. Vanligtvis så läker smärtan ut men det kan ta ganska lång tid, flera månader.

Nyinsatta läkemedel kan hämtas ut på alla apotek, receptet skickas elektroniskt:

- ☐ Alvedon 500 mg, 2 st på morgonen, 2 st vid lunch, 2 st på eftermiddagen, 2 st till kvällen. (4-6 timmar mellan varje dos). Viktig basmedicin i smärtlindringen.
- ☐ Oxycontin, 5 mg på morgonen och till kvällen. Nedtrappas med 1 tablett varannan till var tredje dag. Starkt smärtlindrande medicin (morfin) som nedtrappas först.
- ☐ Pronaxen 250 mg, ... st på morgonen och ...st på kvällen.
- ☐ Movicol, 1-2 dospåsar på morgonen, förebygger förstoppning i samband med behandling med Oxycontin.
- ☐ Paraflex 250 mg,
- ☐ Övriga läkemedelsändringar:

Sjukskrivning

- ☐ Ingen sjukskrivning behövs
- ☐ Du är sjukskriven till och med Behöver du förlängd sjukskrivning kontaktar du oss.

Återbesök

- ☐ Ingen planerad kontakt på Ortopediska kliniken.
- ☐ Uppföljning sker via telefonsamtal till läkare om cirka..... veckor.
- ☐ Du kommer att kallas till ortopedmottagningen om cirka veckor.

För att träffa: ☐ Fysioterapeut
☐ Läkare

Om du har **problem med Din rygg** skall du i första hand vända dig till din vårdcentral om du inte blir bra.

Sök akuten om du får något/några av följande symtom:

- Domningar i ljumske, underliv eller ändtarmsöppning.
 - Nyttillkomna svårigheter att hålla avföring eller svårt att tömma blåsan/känner inte när du är kissnödig.
 - Feber utan tecken på infektion från andra delar av kroppen (tex urinvägar, luftvägar eller magsjuka).
-