

Gula och röda flaggor

Utdrag ur SBU-rapport "Ont i ryggen. Ont i nacken." Rapport nr 145, april 2000.

Innehåll på sidan:

- [Gula flaggor](#)
- [Röda flaggor](#)

Gula flaggor

Gula flaggor kallar man de tecken som signalerar att psykosociala faktorer medverkar

i smärtproblemet och därmed förstärker smärtan och gör den svårare att bemästra.

Lars Englund som nyligen disputerade på sin doktorsavhandling om sjukskrivning

som behandlingsmetod har definierat gula flaggor som tecken på oro, smärtbeteende och psykosociala faktorer som förstärker smärtan och gör patienten rädd för att aktivera sig.

Det finns stor anledning att redan tidigt i det subakuta stadiet av ryggsmärtor försöka identifiera dessa gula flaggor eftersom de är en signal om att patienten löper stor risk att utveckla långvariga besvär om inte rätt åtgärder sätts in. De slutsatser man drar i SBU-rapporten angående psykosociala faktorer i stort är följande;

Det finns stark evidens för att :

- Psykosociala variabler är starkt länkade till övergången från akut till långvarig smärta med funktionshinder.
- Psykologiska faktorer är förknippade med rapporteringen om uppkomst av rygg- och nacksmärta.
- Psykosociala faktorer generellt har större effekt på ryggsmärta med funktionshinder än biomedicinska faktorer.
- Attityder, kognitiva funktioner och önskan att undvika obehag är markant relaterade till utvecklingen av smärta och funktionshinder.
- Depression, ångest, upplevelse av smärta och besläktade känsloupplevelser är starkt förknippade med ryggsmärta och funktionshinder.
- Dåligt hälsotillstånd enligt patientens egen uppfattning har en måttligt stark relation till kronisk smärta och funktionshinder.
- Det finns också måttlig evidens för att psykosociala faktorer är måttligt effektiva prediktorer för långvarig smärta med funktionshinder.

Röda flaggor

De vanligaste indikationerna från anamnes och fysisk undersökning för "röd flagga" - patologi som kräver speciell uppmärksamhet och ibland omedelbart omhändertagande, inklusive bildtagning.

- Ryggsmärta hos barn under 18 år
- Avsevärda smärtor eller smärtdebut efter 55 år
- Våldsamt trauma bakom smärtan
- Konstant eller progredierande smärta under natten
- Tidigare cancersjukdom
- System steroid behandling

- Drogmissbruk, HIV
- Viktförlust
- Allmänt nedgången
- Bestående svår rörelseinskränkning
- Intensifierad smärta vid minsta rörelse
- Strukturell deformitet
- Svårighet att urinera
- Förlust av tonus i analsfinkter eller avföringsinkontinens
- Sadelanestesi
- Utbredd progredierande motorisk svaghet eller gångstörningar
- Misstänkt inflammatorisk sjukdom (Bechterews sjukdom)
- Gradvis insättande sjukdom före 40 års ålder
- Markant morgonstelhet
- Ihållande rörelseinskränkning
- Perifera leder angripna
- Irit, hudutslag, kolit, utsöndring från urinröret
- Ärftlighet

Mer information

Detta är en fördjupning till [Ländryggsmärta](#)

Uppdaterad: 2018-05-23

Åsa Pettersson, Bra Liv Hälsan 2 vårdcentral, Vårdcentralerna Bra Liv
fakta@rjl.se