
God prognose ved kroniske korsryggssmerter

NYHETER

TRINE B. HAUGEN

Email: trine.b.haugen@hf.hio.no

Tidsskriftet

Over en tredel av pasientene med kroniske, uspesifikke korsryggssmerter er helt symptomfrie etter ni måneder.

Kroniske korsryggssmerter utgjør et stort helseproblem. Mange prognostiske studier har svakheter som innebærer altfor pessimistiske estimater. I en australsk studie ble 406 personer med korsryggssmerter i over tre måneder fulgt i ett år for å identifisere prognostiske markører [\(1\)](#).

Den kumulative sannsynligheten for fullstendig restitusjon med henblikk på smerte, funksjonsevne og arbeidsstatus var 35 % og 42 % ved henholdsvis ni og 12 måneder. Tidligere sykmelding pga. korsryggssmerter, betydelig redusert funksjonsnivå eller høy smerteintensitet ved studiestart, lavt utdanningsnivå og frykt for vedvarende smerte var assosiert med forsinket restitusjon.

– Resultatene underbygger gjeldende behandlingsstrategi for denne pasientgruppen, sier professor Erik Bautz-Holter ved Nakke- og ryggpoliklinikken ved Oslo universitetssykehus, Ullevål. – Prognosen er god, derfor må pasientene bli trygge på at de kan opprettholde fysisk og sosial aktivitet så langt det er mulig, sier han.

– Resultatene kan faktisk tolkes enda mer positivt enn det forfatterne gjør. Etter ni måneder var tre firedeler enten symptomfrie eller hadde bare lette eller svært moderate plager, hvilket neppe er stort mer enn det man finner i normalbefolkningen. Bare ti personer var sykmeldt. Dette støtter en offensiv strategi for tilbakevending til arbeid – som gjøres best ved rask intervensjon med medisinsk avklaring, vektlegging av arbeid og/eller funksjonsfremmende tiltak, som trening, sier Bautz-Holter.

LITTERATUR

1. da Cunha Menezes Costa L, Maher CG, McAuley JH et al. Prognosis for patients with chronic low back pain: inception cohort study. BMJ 2009; 339: b3829.

Publisert: 25. mars 2010. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.10.0228

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 25. juli 2026.