

---

# Prognose ved ryggglidelser

---

ARTIKKEL

URSIN H

---

## Sammendrag

Prognostiske faktorer for friskmelding etter ryggglidelser gjennomgås, basert på norske kontrollerte kliniske forsøk på behandling av rygg smerter. Det er god overensstemmelse mellom norske og internasjonale resultater.

Bare når medisinske, psykologiske og sosiale forhold kombineres, når man et akseptabelt nivå for prediksjon. Viktige prognostiske faktorer er lateral mobilitet, generaliserte og intense smerter, frykt for smerte, lang varighet av tilstanden og av sykmeldingen, dårlig egen vurdering av prognose og mulighet for å komme tilbake til arbeidet, lav vurdering av egen arbeidsevne, liten tro på egen innflytelse på helsen, dårlig fysisk form og lite trening før anfallet og høyt nivå av andre subjektive helseplager. Nyere data for behandling av rygg smerter understreker betydningen av aktivisering av pasienten og av å unngå sengeleie og inaktivitet.

---

Publisert: 20. mai 1999. Tidsskr Nor Legeforen.

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 4. juni 2026.