

M54 Ryggvärk

Vägledning om sjukskrivning vid olika situationer

- Vid funktionsbegränsande lumbago-ischias där arbetsbelastningen innefattar fysiskt lätta arbeten (med få lyft, böjningar och vridningar) kan behov av sjukskrivning finnas på heltid upp till 4 veckor.
- Vid funktionsbegränsande lumbago-ischias där arbetsbelastningen innefattar fysiskt tunga arbeten (med många eller tunga lyft, böjningar och vridningar) kan behov av sjukskrivning finnas upp till 6 veckor på heltid.
- Vid kvarstående uttalade symtom och funktionsnedsättning fyra veckor efter debuten är det ofta aktuellt med radiologisk utredning och eventuellt vidareremittering till specialistvård alternativt fortsatt rehabilitering. Detta kan förlänga behovet av sjukskrivning på hel- eller deltid.
- Efter diskbråcksoperation där arbetsbelastningen innefattar fysiskt lätta arbeten (med få lyft, böjningar och vridningar) kan behov av sjukskrivning finnas på heltid upp till 3 veckor.
- Efter diskbråcksoperation där arbetsbelastningen innefattar fysiskt tunga arbeten (med många lyft, böjningar och vridningar) kan behov av sjukskrivning finnas upp till 6 veckor på heltid.
- Efter operation av spinal stenosis kan behov av sjukskrivning finnas på heltid upp till 8 veckor beroende på ingreppets omfattning och arbetsbelastningen.
- I vissa fall av långvarig lumbago-ischias görs operation med fusion (steloperation) varvid behov av sjukskrivning kan finnas på heltid upp till 3 månader beroende på arbetsbelastningen.

Försäkringsmedicinsk information

Det finns en spännvidd för hur lumbago-ischias påverkar olika individers arbetsförmåga och förmåga att utföra olika aktiviteter. Därför ska bedömning av arbetsförmågan ske individuellt utifrån individens unika förutsättningar och sysselsättning.

Långvariga ryggbesvär är ofta förknippade med psykosociala faktorer och arbetsrelaterade problem. Det är därför viktigt att gå igenom individens arbetsplatsförhållanden och psykosociala situation. Vid risk för långvarig sjukskrivning kan det vara bra att utreda individens arbets- och livssituation samt

tydliggöra en plan för återgång i arbete. För individer med arbetsuppgifter inkluderande frekventa tunga lyft, böjningar och vridningar som utvecklar kroniska besvär och funktionsnedsättning bör uppgifterna långsiktigt anpassas till en minskad arbetsbelastning.

Så snart symtomen medger eller arbetsanpassning genomförts bör partiell sjukskrivning övervägas.

Individer med ångest, depressiva besvär eller neuropsykiatriska tillstånd har generellt svårare att hantera smärta och därmed en sämre prognos vad gäller tillfrisknandet från ryggbesvär. Dessa tillstånd behöver behandlas parallellt med den övriga rehabiliteringen. Multimodal smärtrehabilitering kan övervägas.

Individer med kronisk lumbago-ischias har ofta återkommande akuta skov med ökade besvär. Dessa uppträder vanligtvis utan något direkt samband med oförsiktiga rörelser eller andra tänkbara belastningar.

Läs mer på Socialstyrelsens försäkringsmedicinska beslutsstöd för diagnoser, ryggvärk på www.forsakringsmedicin.socialstyrelsen.se

Vanliga funktionsnedsättningar

Patienten har

- smärta i rygg
- nedsatt rörlighet och stabilitet i rygg
- nedsatt styrka och uthållighet i ryggmuskler
- utstrålande smärta i ben/fot
- nedsatt kraft och svaghet i ben/fot
- nedsatt känsel i ben/fot
- nedsatt balans

Patienten beskriver

- svårigheter att sova på grund av smärta
- nedsatt fysisk och psykisk energi relaterad till skada, smärta och sömnsvärigheter

Vanliga aktivitetsbegränsningar

Patienten har nedsatt förmåga att

- gå och stå
- gå i trappor
- resa sig, sätta sig, böja sig, stå framåtböjd samt sitta längre stunder
- lyfta och bära föremål
- räcka fram, dra, knuffa föremål
- använda redskap
- arbeta på knä, krypa eller klättra
- köra bil eller annat fordon

Går med gånghjälpmedel

Gradering av funktionsnedsättningar och aktivitetsbegränsningar

Gradering enligt ICF			Andra vanliga ord för gradering
0	INGET problem	0-4 %	(inget, ingen, avsaknad, obetydlig...)
1	LÄTT problem	5-24 %	(lätt, litet, lågt...)
2	MÅTTLIGT problem	25-49 %	(måttligt, medel, ganska stort...)
3	STORT problem	50-95 %	(stort, gravt, högt, extremt, svårt...)
4	TOTALT problem	96-100%	(fullständigt...)