Retningslinje for ikke-medicinsk behandling

Nationalt Videnscenter for Hovedpine har ledet udarbejdelsen af National Klinisk Retningslinje for ikke-medicinsk behandling af hovedpinesygdomme, som dækker migræne og spændingshovedpine.

Nationale kliniske retningslinjer er faglige anbefalinger for eller imod en given behandling, der er baseret på en systematisk litteratur gennemgang af den eksisterende evidens, identificerede fordele og patientpræferencer.

Retningslinjerne er fremkommet med baggrund i en fastlagt metode, der sikre kvalitet og gennemsigtighed i arbejdet med at vurdere kvaliteten af andre eksisterende retningslinjer, systemiske oversigtsartikler samt randomiseret, kontrollerede kliniske studier.

Fem behandlingsområder

Nationalt Videnscenter for Hovedpine stod i spidsen for den tværfaglige ekspertgruppe, som udarbejdede National Klinisk Retningslinje for ikke-medicinsk behandling af hovedpinesygdomme.

Retningslinjen gælder behandling af spændingshovedpine og migræne hos personer over 18 år.

Følgende fem behandlingsområder bliver gennemgået:

- Manuelle ledmobiliserende teknikker
- Superviseret fysisk aktivitet
- Psykologisk behandling
- Akupunktur
- Sygdomsspecifik patientuddannelse

Sparsom evidens

Retningslinjen konkluderer overordnet, at der er sparsomt med evidens for effekten af disse ikke-medicinske behandlinger. Denne vurdering betyder ikke nødvendigvis, at den enkelte patient ikke kan opleve effekt af behandlingerne.

Konklusionen kan blandt andet skyldes, at der er få videnskabelige studier, at kvaliteten i ma studierne er for lav; typisk har studierne for få deltagere, der er usikkerhed om

randomiseringsprocessen, eller på grund af manglende blinding, hvilket dog er meget svært i sådanne behandlingsstudier.

Alt i alt gør det, at der i retningslinjen gives en "Svag anbefaling for" på de fleste behandlingsområder, og "God praksis" for patientuddannelse til personer med spændingshovedpine.

Supplement eller alternativ

Den ikke-medicinske behandling kan ses som et supplement eller alternativ til den medicinske behandling, hvis patienten oplever uacceptable bivirkninger af medicinen, utilstrækkelig effekt eller hvis patienten ønsker at minimere brugen af medicin.

Behandlingen bør ske på baggrund af en individuel vurdering i forhold til patientens behov og ressourcer.

Realistiske forventninger

Den grundige evidensgennemgang i National Klinisk Retningslinje en kan anvendes som grundlag for at afstemme forventninger til behandlingseffekt i samarbejde med patienten.

Effekten bør løbende vurderes, om den står mål med de anvendte ressourcer og den tid, der bliver brugt på behandlingen. I den proces kan den kliniske retningslinje være med til at støtte de kliniske behandlere.

Kvalitetsmæssig gennemgang

Fysioterapeut, MPH, ph.d. Lotte Skytte Krøll fra Dansk Hovedpinecenter på Rigshospitalet Glostrup var medlem af den ekspertgruppe, der var med til at udarbejde retningslinjen.

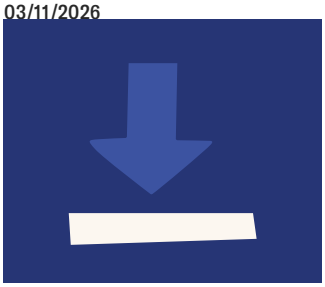
Hun siger sammenfattende om retningslinjen:

”Det positive er, at vi her har en grundig og kvalitetsmæssig gennemgang af eksisterende evidens for manuelle ledmobiliserende teknikker, superviseret fysisk aktivitet, psykologisk behandling, akupunktur og sygdomsspecifik patientuddannelse. Resultaterne er overvejene positive, og der er ingen rapporterede bivirkninger," siger hun:

"Derudover er patientpræferencer ligeledes inddraget i de enkelte anbefalinger. Derved kan denne nationale kliniske retningslinje anvendes som en guide til, i samarbejde med patienten, at identificere og dirigere patienten til den rette behandlingsstrategi målrettet patientens behov og ressourcer og baseret på realistiske forventninger til effekt,” siger Lotte Skytte Krøll.

Herunder kommenterer hun de enkelte undersøgte ikke-medicinske behandlinger og evide or effekt på eksempelvis hyppighed af hovedpine, livskvalitet og andre aspekter:

Materialer



Hent materiale som PDF

National klinisk retningslinje for ikke-medicinsk behandling af hovedpinesygdomme

Senest fagligt opdateret

23.03.2023