

## Subakut ländryggssmärta

= smärta från ländryggen mer än tre veckor och mindre än tre månader

### Röd flagga

1. Debut före 18 eller efter 55 års ålder
2. Konstant eller progressiv smärta även vid vila, t ex under natten
3. Förekomst av trauma mot ryggen
4. Tidigare cancersjukdom
5. Misstanke om inflammatorisk/infektiös genes
6. Systemisk steroidbehandling
7. Drognissbruk
8. Nedsatt allmäntillstånd eller viktförlust
9. Strukturell deformitet, kyfos/scolios

### • Indikationer för MRÖ:

1. Smärttillstånd i ländryggen > 4 veckor och minst en röd flagga
2. Utstrående smärtor till benen > 6 veckor
3. Smärttillstånd i ländryggen > 8 veckor och minst en gul flagga

### Primärvården

Status, anamnes

### Aktiv behandling av sjukgymnast eller kiropraktor

Smärtduration > 3–4 v och ≥ 1 **röd** flagga

Smärtduration > 8 v och ≥ 1 **gul** flagga

### MR-översikt

Ev KBT/MMS

Ortoped- eller reumatologspecialist (enligt specifika kriterier)

### Gul flagga

1. Emotionella faktorer, t ex:
  - rädsla för ökad smärta vid aktivitet
  - ökat fokus på somatiska symptom
2. Kognitiva faktorer, t ex:
  - katastroftankar eller en övertygelse om att smärta betyder skada
  - övertygelse om att smärtan helt måste försvinna innan normala aktiviteter eller arbete kan återupptas.
3. Beteendefaktorer, t ex:
  - disproportionellt undvikande av aktiviteter och rörelser
  - överkonsumtion av smärtstillande

### • Symtom vid inflammatorisk ryggsjukdom:

1. Ryggsmärta som blir värre på natten
2. Morgonstelhet
3. Smärta och stelhet förbättras av fysisk aktivitet men inte av vila

### • Indikationer för remiss till ortopedspecialist

#### Akut (utan föregående MRÖ):

1. Cauda equina syndrom.
2. Lumbago-ischias med snabbt progredierande pares.
3. Ryggtrauma med stark misstanke om skelett- eller nervskada.
4. Misstanke om spondylit.

#### Ej akut (bör alltid föregås av MRÖ):

1. Funktionshinderande ryggsmärta > 6–8 v som inte avtar trots behandling.
2. Smärtutstrålning med neurologiska bortfall.
3. Tumörsuspekta symtom/fynd.
4. Symtom som vid spinal stenosis med > 12 v duration.
5. Symtomgivande spondylolys/-listes.
6. Svår, arbetshinderande ryggsmärta med 4–6 mån duration. Patienten ska först ha varit föremål för multidisciplinärt smärtomhändertagande (MMS).

Vid symtom och/eller fynd på MRÖ som vid inflammatorisk ryggsjukdom ska patienten remitteras till reumatologspecialist.