



Ravijuhendi käsitusala

Ravijuhendi pealkiri: Alaseljavalu diagnostika ja ravi esmatasandil

Algataja: Eesti Valu Selts

Sihtrühm: Kõik alaseljavaluga patsientidega tegelevad tervishoiutöötajad

Hõlmatud isikud: kõik alaseljavaluga täiskasvanud patsiendid. Välja on jäetud lapsed <15 aastat.

Juhendiga hõlmamata küsimused:

Ravijuhend ei käsitle lülisamba kaela- ja rinnaosa valusid, seljatraumasid.

Tausta kirjeldus:

Alaseljavalu on äärmiselt levinud nähtus. Ta esineb elu jooksul 84-90% inimestest. Hetkel Eestis puudub alaseljavalu käsitluse juhend. Selle tõttu patsientide ravi toimub erinevate põhimõtete alusel. Ebaadekvaatne ravi on tüsistuste põhjuseks ning suurendab ajutise töövõimetuse kestvust. Teostatakse suur hulk ebavajalikke uuringuid ja eriarstide konsultatsioone (eriti neuroloogide). Alaseljavalu ravi ühtlustamine võimaldab tagada kõikidele patsientidele adekvaatse ravi. Parimat tulemust on võimalik saavutada läbi loodava ravistandardi.

Ravijuhendi eesmärk

Ravijuhendi eesmärgiks on vähendada Eestis alaseljavaluga patsientide ravivariatsioonust erinevates haiglates ning parendada alaseljavalu esmast diagnostika- ja ravikäsitlust. Ravijuhendi rakendumisel pikemas perspektiivis väheneb tänu paremale alaseljavaluga patsiendi käsitlusele esmatasandil ka eriarstiabi koormus ja lühenevad eriarstiabi ravijärjekorrad. Lisaks vähenevad ajutise töövõimetusega seotud haiguspäevad ning kroonilisest alaseljavalust tingitud püsiva töövõimetusega seotud kulud.

Ravijuhendi kliinilised küsimused koos peamiste tulemusnäitajatega:

DIAGNOSTIKA:

Alaseljavalu esmatasandi diagnostikas on siiani efektiivseim üksikasjaliku anamneesi võtmine, objektiivse leiu(neuroloogilise staatuse miinimum), haige seisundi hindamine ja tulemuste omavaheline süntees ja analüüs esmatasandi arsti poolt. Kliiniliselt on praktiline alaseljavalu jaotada kolme kategooriasse enimlevinud mittespetsiifiline alaseljavalu, degeneratiivsetel alustel alaseljavalu s.h. radikulopaatiad ja potentsiaalselt rasked lülisamba haigused.

Nn. „lippude“ süsteemi kasutamine mõjutab oluliselt alaseljavaluga patsiendi käekäiku, ja meditsiinisüsteemi kulutõhusust nimetatud alalõigus. Punased lipud on sümptomid ja märgid, mis viitavad võimalikele potentsiaalselt rasketele patoloogiatele ja vajavad suunamist eriarsti konsultatsioonile. Punased lipud on rahvusvaheliselt tunnustatud ja valideeritud süsteem. Kollased lipud viitavad emotsionaalsele sättumusele, valukäitumisele ja hirmule võimaliku „raske“ haiguse ees. Kollaste lippudega patsiendid on haavatavamad ja omavad vastanduvat käitumismustrit

tervishoiutöötajatele. Kollaste lippude ilmumine on prognostiline tunnus seljavalu võimalikule kroonistumisele, millest lähtuvalt vajavad sellised patsiendid kõrgendatud tähelepanu ja erilähenedmist kroonilisuse võimalikuks vältimiseks. VAS (valu analoog skaala) skaala võimaldab mõnevõrra objektiviseerida ja hinnata patsiendi hetkeseisundit.

1. Kas kõigil patsientidel kasutada elukvaliteedi hindamiseks küsimustikku vs mitte kasutada?

Tulemusnäitajad

- *Mõõdiku tundlikkus, spetsiifilisus*

2. Kas kõigil patsientidel esmasel visiidil kasutada funktsioonivõime hindamiseks küsimustikku vs mitte kasutada?

Tulemusnäitajad

- *Mõõdiku tundlikkus, spetsiifilisus*

3. Kas kõigil patsientidel esmasel visiidil kasutada psühhomotsionaalse seisundi hindamiseks küsimustikku vs mitte kasutada?

Tulemusnäitajad

- *Mõõdiku tundlikkus, spetsiifilisus*

4. Kas kõigil alaseljavaluga patsientidel esmakordsel pöördumisel efektiivseks seljavalu diagnostikaks teha röntgenuuring vs kompuutertuuring vs magnetuuring vs mitte ühtki nimetatud uuringuist?

Tulemusnäitajad

- *Uuringu ohutus*
- *Uuringu tundlikkus, spetsiifilisus*

RAVI:

5. Kas kõigil alaseljavaluga patsiendid vajavad esimese ravimeetodina medikamenttooset ravi või mitte?

Tulemusnäitajad:

- *Valu vähenemine*
- *Elukvaliteedi paranemine*
- *Funktsioonivõime paranemine*

6. Kas kõigil alaseljavaluga patsientidel efektiivseks valu raviks kasutada multimodaalset valuravi vs monoteeraapiat?

Tulemusnäitajad:

- *Valu vähenemine*
- *Elukvaliteedi paranemine*
- *Funktsioonivõime paranemine*

7. Kas kõigil alaseljavaluga patsientidel kasutada efektiivseks valu raviks interventsionaalne valuravi vs konservatiivset ravi?

Tulemusnäitajad:

- *Valu vähenemine*

- *Elukvaliteedi paranemine*
- *Funktsioonivõime paranemine*

8. Kas kõik alaseljavalu patsiendid vajavad terapeutilisi harjutusi vs mitte?

Tulemusnäitajad:

- *Valu vähenemine*
- *Elukvaliteedi paranemine*
- *Funktsioonivõime paranemine*

9. Kas kõigil alaseljavalu patsientidel soovitada füüsilise aktiivsuse vähendamist vs suurendamist vs mitte muutmist?

Tulemusnäitajad:

- Valu vähenemine
- Funktsioonivõime paranemine
- Elukvaliteedi paranemine
- Aktiivsesse tööellu naasmine, tööturul püsimine

Tervishoiukorralduslikud küsimused

10. Milliseid alaseljavaluga patsiente ja millise ajaperioodi jooksul tuleb suunata taastusarsti ja füsioterapeudi vastuvõtule?
11. Milliseid alaseljavaluga patsiente ja millise ajaperioodi jooksul tuleb suunata neurokirurgi/lüüsisamba kirurgi vastuvõtule?
12. Milliseid alaseljavaluga patsiente ja millise ajaperioodi jooksul tuleb suunata neuroloogi vastuvõtule?
13. Milliseid alaseljavaluga patsiente ja millise ajaperioodi jooksul tuleb suunata valuarsti vastuvõtule?
14. Milliseid alaseljavaluga patsiente ja millise ajaperioodi jooksul tuleb suunata psühhiaatri vastuvõtule?
15. Milliseid alaseljavaluga patsiente ja millise ajaperioodi jooksul tuleb suunata kliinilise psühholoogi vastuvõtule?

Majanduslik hindamine

Majandusanalüüs (kulukasulikkuse analüüs) tehakse, kui kliinilisest soovituselt tulenevalt on oodata olulist mõju Eesti Haigekassa eelarvele.

Tulemusnäitajate loetelu ja olulisus, mida töörihm neile omistas

Hindamiskaala oli järgmine:

1 kuni 3 - tulemusnäitaja ei ole ravijuhendi otsuste jaoks oluline

4 kuni 6 - tulemusnäitaja on oluline

7 kuni 9 - tulemusnäitaja on ravijuhendi otsuste jaoks kriitilise tähtsusega

| Tulemusnäitaja | Olulisus |
|---|-----------------|
| <u>Diagnostika:</u> | |
| Uuringu ohutus | 8 |
| Mõõdiku tundlikkus, spetsiifilisus | 7 |
| Uuringu tundlikkus, spetsiifilisus | 7 |
| <u>Ravi:</u> | |
| Valu vähenemine/vali intensiivsuse muutus | 9 |
| Elukvaliteedi paranemine/muutus | 9 |
| Funktsioonivõime paranemine/muutus | 9 |
| Aktiivsesse tööellu naasmine, tööturul püsimine | 8 |

28.08.2017