

Årets generalforsamling i Dansk Selskab for Kiropraktik og Klinisk Biomekanik blev holdt i Odense 29. april. Referatet kan læses på www.dskkb.dk – her opsummeres pointer fra det tilhørende faglige arrangement.

Flere ældre i befolkningen, men ikke i kiropraktorklinikkerne



Af kiropraktor **Lise Hestbæk**, bestyrelsesmedlem Dansk Selskab for Kiropraktik og Klinisk Biomekanik.

••••• I 2050 vil der være dobbelt så mange 60+ årige i Europa som i dag, og de har lige så mange nakke- og rygsmerter som mennesker i den arbejdsdygtige alder. Det går hårdt ud over deres livskvalitet, aktivitetsniveau m.m. Dét fortalte professor Jan Hartvigsen som indledning til sit oplæg om træning og manipulation af ældre.

I et amerikansk studie med dansk islæt - Michele Maiers' ph.d.projekt *Chiropractic and exercise for elderly with neck pain: a mixed method comparative effectiveness trial* fra Syd-dansk Universitet - sammenlignede man effekten af tre indsatser: hjemmeøvelser alene, hjemmeøvelser kombineret med manipulation (SMT) og hjemmeøvelser kombineret med øvelser på hold. Patienterne var alle over 65 og havde kroniske nakkesmerter.

SMT-gruppen klarede sig bedst, og hjemmetræning alene dårligst, specielt på kort sigt (3 vs. 12 mdr.). Et interessant fund var, at gruppen med holdtræning oplevede markant flere bivirkninger end SMT-gruppen. Det rigtigt motiverende kom dog til sidst, hvor patienterne blev interviewet om, hvilke konsekvenser behandlingen havde haft for deres liv; det var ikke småting! Reference til studiet

er nederst på siden. Artiklerne kan rekvireres fra NIKKB.

Cand.scient.fys. Sarah Louise Kroman fortalte om GLA:D (Godt Liv med Artrose i Danmark), som er et uddannelses- og træningstilbud til alle med symptomer på artrose i hofte og/eller knæ. Formålet er at reducere smerte, forbedre funktion og undgå eller ud-sætte operation.

Konceptets bærende elementer er uddannelse og træning. Begge dele er sat meget stramt i system, så patienterne gennemfører ensartede forløb hos certificerede behandlere. Der er tre undervisningsseancer på hold, og træningen består af 6-8 ugers individuelle forløb med både hjemme- og holdtræning. Også effekten vurderes efter regelrette kriterier og indberettes til en central database.

Indtil videre har 13.000 patienter været igennem forløb og resultaterne har været ret positive. For at blive certificeret GLA:D-behandler skal man følge et kursus på SDU, der omhandler evidens, procedurer og implementering. I kan læse meget mere på www.glaidd.dk

Dette korte referat yder ikke de to oplæg retfærdighed, og vi vil meget opfordre de, der gik glip af det, til at springe til, hvis chancen opstår en anden gang. ❧

- **Ældre mennesker har mange MSK-problemer**
- **Konsekvenserne af dem bliver større med alderen**
- **SMT virker**
- **Øvelser virker**
- **Ældre mennesker opsøger ikke kiropraktor**

De to store opgaver, der ligger forude er at:

- **Få flere kiropraktorer til at interessere sig mere for behandling af ældre mennesker**
- **Fortælle den ældre befolkning, at kiropraktorerne har et tilbud, der kan hjælpe mange af dem til et liv med mindre smerte og mere bevægelse – og gode følger af det.**

Læs forskning om behandling af ældre med muskel- og ledproblemer:

Adverse events among seniors receiving spinal manipulation and exercise in a randomized clinical trial. Maiers M, Evans R, Hartvigsen J, Schulz C, Bronfort G, Man Ther. 2015 Apr;20(2):335-41. doi: 10.1016/j.math.2014.10.003. Epub 2014 Oct 14.

Perceived value of spinal manipulative therapy and exercise among seniors with chronic neck pain: a mixed methods study. Maiers M, Vihstadt C, Hanson L, Evans R. J Rehabil Med. 2014 Nov;46(10):1022-8. doi: 10.2340/16501977-1876.

"I know it's changed": a mixed-methods study of the meaning of Global Perceived Effect in chronic neck pain patients. Evans R, Bronfort G, Maiers M, Schulz C, Hartvigsen J. Eur Spine J. 2014 Apr;23(4):888-97. doi: 10.1007/s00586-013-3149-y. Epub 2014 Jan 10.

Spinal manipulative therapy and exercise for seniors with chronic neck pain. Maiers M, Bronfort G, Evans R, Hartvigsen J, Svendsen K, Bracha Y, Schulz C, Schulz K, Grimm R. Spine J. 2014 Sep 1;14(9):1879-89. doi: 10.1016/j.spinee.2013.10.035. Epub 2013 Nov 10