

Tilbage til fysisk krævende arbejde med dårlig ryg

Et prospektivt, kontrolleret interventionstudie

Overlæge Ann Kryger

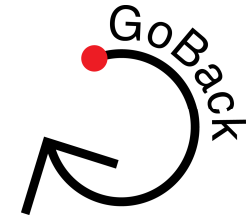
Arbejds – og miljømedicinsk afdeling

Bispebjerg Hospital

Projektgruppen

Arbejds- og Miljømedicinsk Afdeling, Bispebjerg Hospital	Parker Institutet, Bispebjerg og Frederiksberg Hospital	Radiologisk afdeling, Bispebjerg og Frederiksberg Hospital
Ann Kryger Lilli Kirkeskov Luise M Begtrup Jonathan A Petersen Esben M Flachs Ditte L Andersen	Bjarke B Hansen Henning Bliddal Lars Erik Kristiansen Robin Christensen Inger F Wätjen	Michael P Boesen Philip Hansen

Baggrund



- Livstidsprævalens 70%
 - uændret fra 1983
 - medfører 330.000 sengedage/år
 - omkostning 16,8 mia. kr/år (5,6 mia.kr behandling;
 - 2,3 mia.kr. sygedagpenge; 8,9 mia.kr. førtidspension)

Det er vanskeligt at forbygge at mennesker får ondt i ryggen

MEN:

Vi kan forhindre at ondt i ryggen udvikler sig til funktionsforringelse

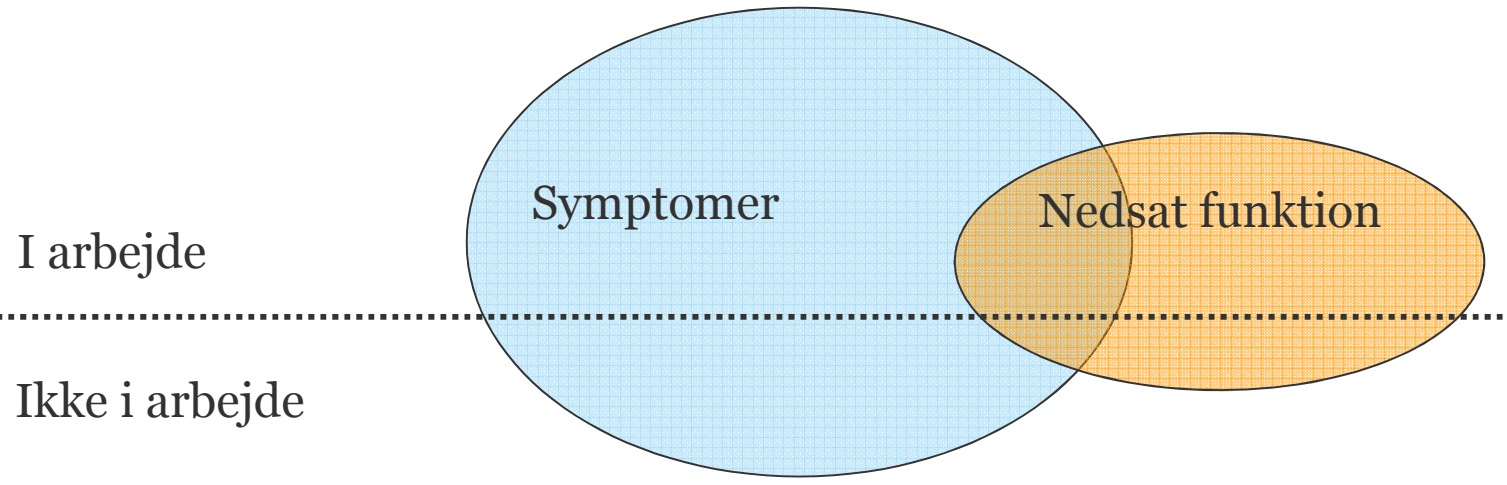
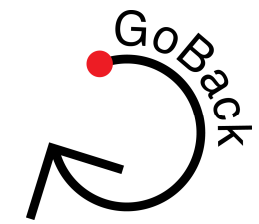


Dias nummer 3

F13

Har ændret lidt på designet/opstillingen - som forslag

Forfatter; 10-01-2018



Formål

- Kan en tidlig og fokuseret indsats med arbejdspladstilpasning evt. arbejdspladsbesøg kombineret med øget fysisk aktivitet hjælpe folk med fysisk krævende arbejde og rygsmerter til at forblive i arbejde.
- At identificere de faktorer, som har betydning for fastholdelse i arbejdet



Bispebjerg Hospital Arbejds- og Miljømedicinsk Afdeling

Frederiksberg Hospital Parker Instituttet



Har du ONDT I RYGGEN og et fysisk krævende arbejde?

Deltagere søges til videnskabeligt forsøg på Bispebjerg og Frederiksberg Hospitaler.

Forsøget indebærer blandt andet:

- En rygundersøgelse og samtale med en rygspecialist.
- En MR scanning af ryggen.
- Halvdelen af deltagerne vil ved tilfældig fordeling få social og arbejdsmæssig opfølgning, evt. med involvering af arbejdspladsen, samt få lagt en konkret plan for øget motion i hverdagen. Vi kontakter naturligvis kun din arbejdsplads efter aftale med dig.

For at deltage skal du:

- Være mellem 18 og 65 år.
- Have ondt i ryggen.
- Have et fysisk krævende arbejde (mindst 30 timer pr. uge), som du er bange for, at du ikke kan passe i fremtiden på grund af din ryg.
- Være bosiddende i Region Hovedstaden.

Projektet er godkendt af etisk komite jr. Nr H-3-2013-161

Ønsker du at deltage, så send en mail med dit telefonnummer til: bfh-goback@regionh.dk

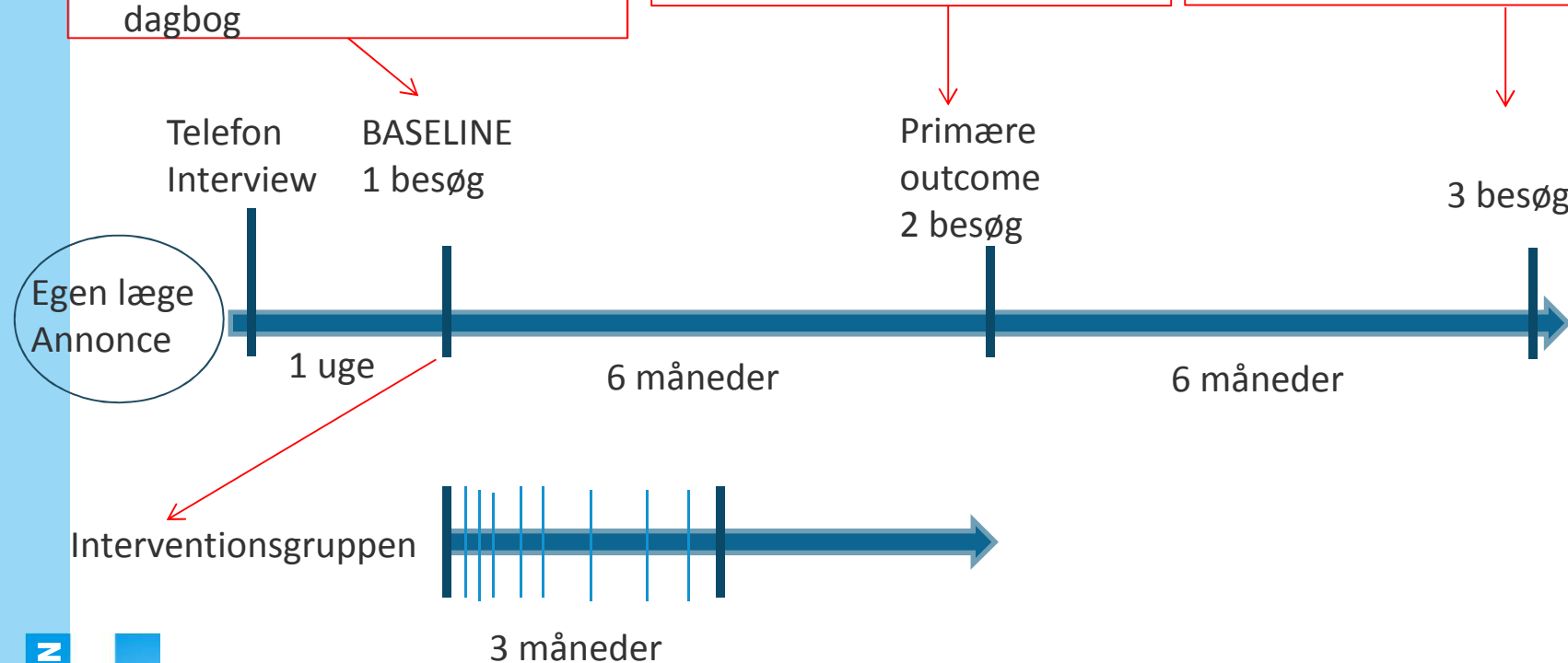
Du kan læse mere om forsøget på www.goback.dk

Flow skema

- Undersøgelse og vejledning af ryglæge med fokus på fear avoidance
- Udfyldelse af **spørgeskema** på finger touch skærm.
- **MR** scanning
- **Ud**levering af sygefraværs dagbog

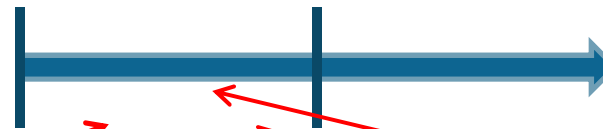
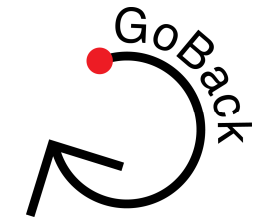
- Undersøgelse og vejledning af **ryglæge** med fokus på fear avoidance
- Udfyldelse af **spørgeskema** på finger touch skærm.
- **Af**levering af sygefraværs dagbog

- Undersøgelse og vejledning af **ryglæge** med fokus på fear avoidance
- Udfyldelse af **spørgeskema** på finger touch skærm.
- **MR** scanning



REGION

Intervention



Ugentlig telefon opkald 1.måned
Opkald hver anden uge 2.-
3.måned

Arbejdsmedicinsk samtale

- Fysiske Belastninger
- Arbejds mængde
- Smertehåndtering (Fear avoidance)
- Barrierer for fastholdelse
- Arbejdspladsbesøg

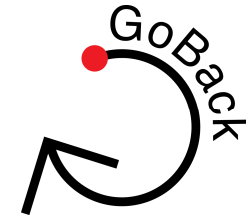



Samtale med fysioterapeut

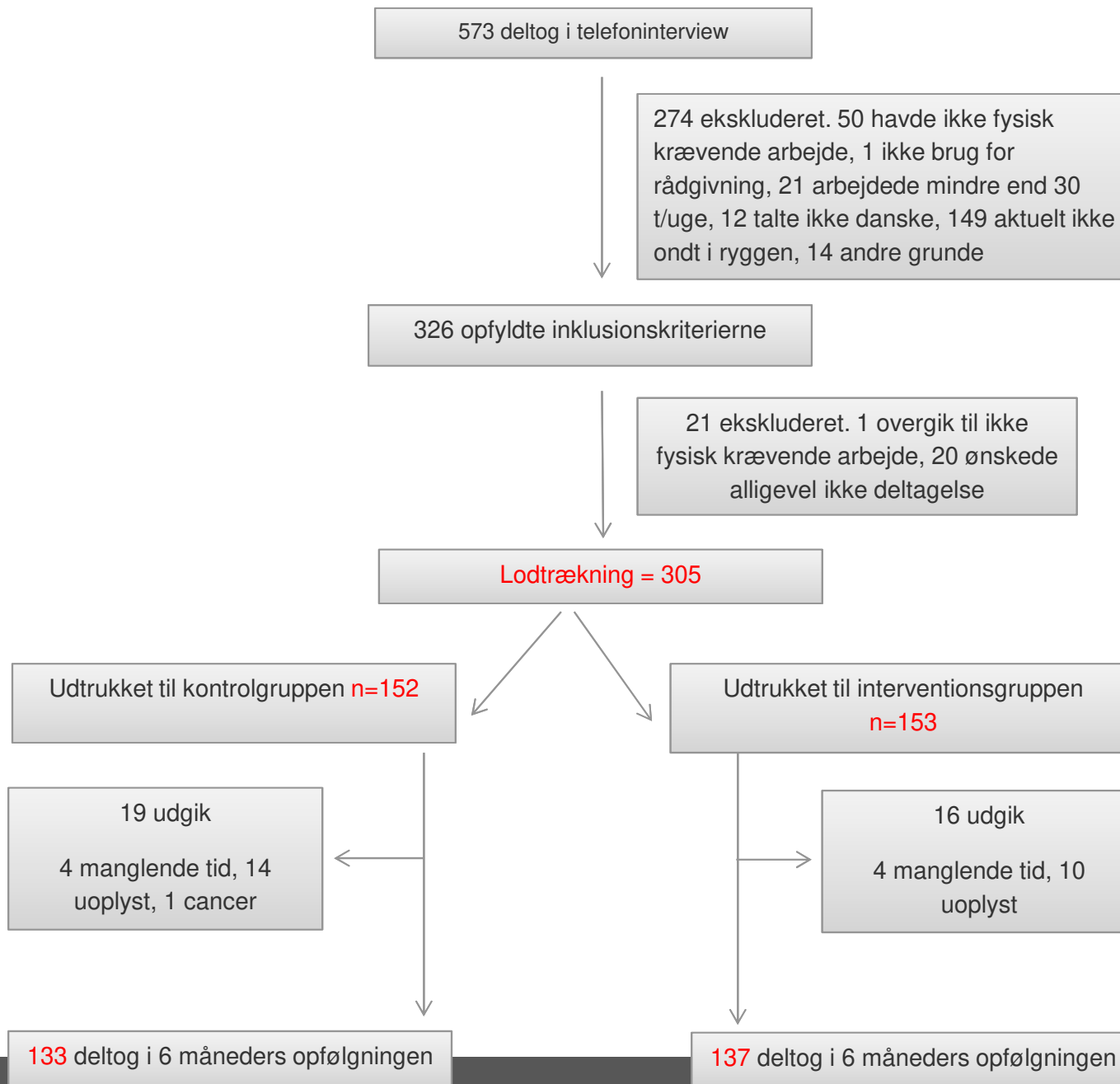
- Aktivitet/inaktivitet
- 45 min fysisk aktivitet i hverdagen x 3 / ugen
Ex. cykling, gang i rask tempo eller sportsaktiviteter.
- Instruktion i øvelser



Anbefalinger



- Ergonomiske ændringer
 - Mulighedserklæring
 - Deltidssygemelding
 - Arbejdspladsbesøg 
- Ergonomiske ændringer
 - Omplacering (midlertidigt)
 - Rotation
 - Hjælpemidler



	Kontrolgruppe N=152	Interventionsgruppe N=153	Alle N=305
Alder*	45,7 (10,5)	45,3 (10,1)	45,5 (10,3)
Mænd	128 (84,2%)	129 (84,3%)	257 (84,3%)
Disco >5; faglærte og ufaglærte	79 (52,0%)	94 (61,4%)	173 (56,7%)
Arbejdsevne*	6,23(1,87)	6,24(2,18)	6,24 (2,03)
Fysisk krævende arbejde	75 (49.3%)	69 (45.1%)	144 (47.2%)
Fysisk meget krævende arbejde	77 (50.7%)	84 (54.9%)	161 (52.8%)
Smerte score*	5.5 (1.98)	5.7 (1.88)	5.6 (1.93)
Varighed ≥ 3 måneder	110 (72.4%)	116 (75.8%)	226 (74.1%)

Selvrapporteret fysisk krævende arbejde

	Meget krævende		krævende		P-value
Alder, mean (\pm SD)	47.5	(9.8)	43.3	(10.4)	0.001*
Mænd, n (%)	96	(66.7%)	110	(68.3%)	0.853+
BMI, mean (\pm SD)	27.2	(4.1)	26.7	(4.4)	0.278*
Disco kode					0.816+
-DISCO-88# 1, 2: professionals and high educated, n (%)	9	(6.3%)	12	(7.5%)	
-DISCO-88# 3, 4, 5: office, teaching and nursing, n (%)	47	(32.6%)	56	(34.8%)	
-DISCO-88# 6, 7, 8, 9: blue collar, n (%)	88	(61.1%)	93	(57.8%)	

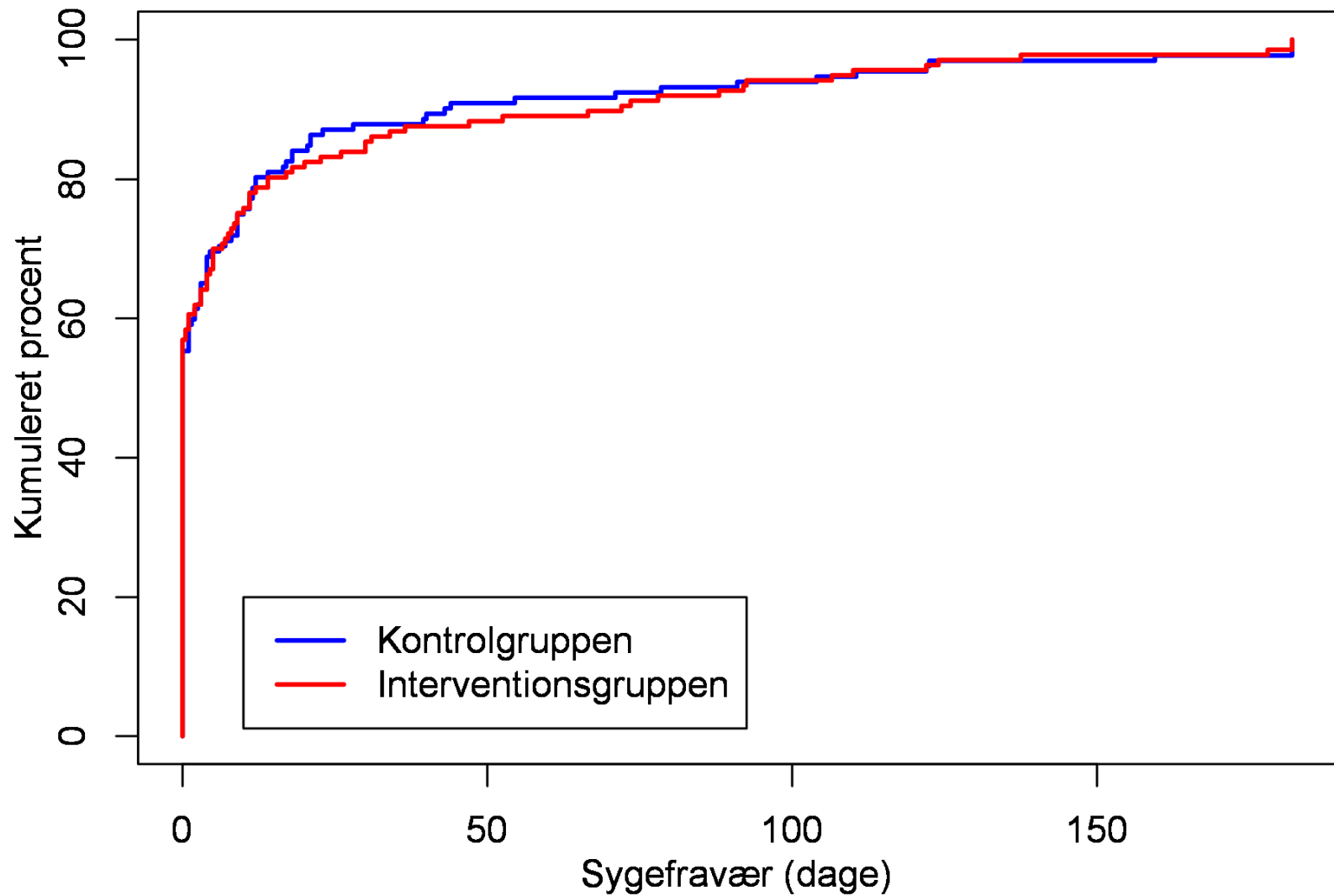
*t-test, + χ^2 -test, # Danish version of the International Standard Classification of Occupations

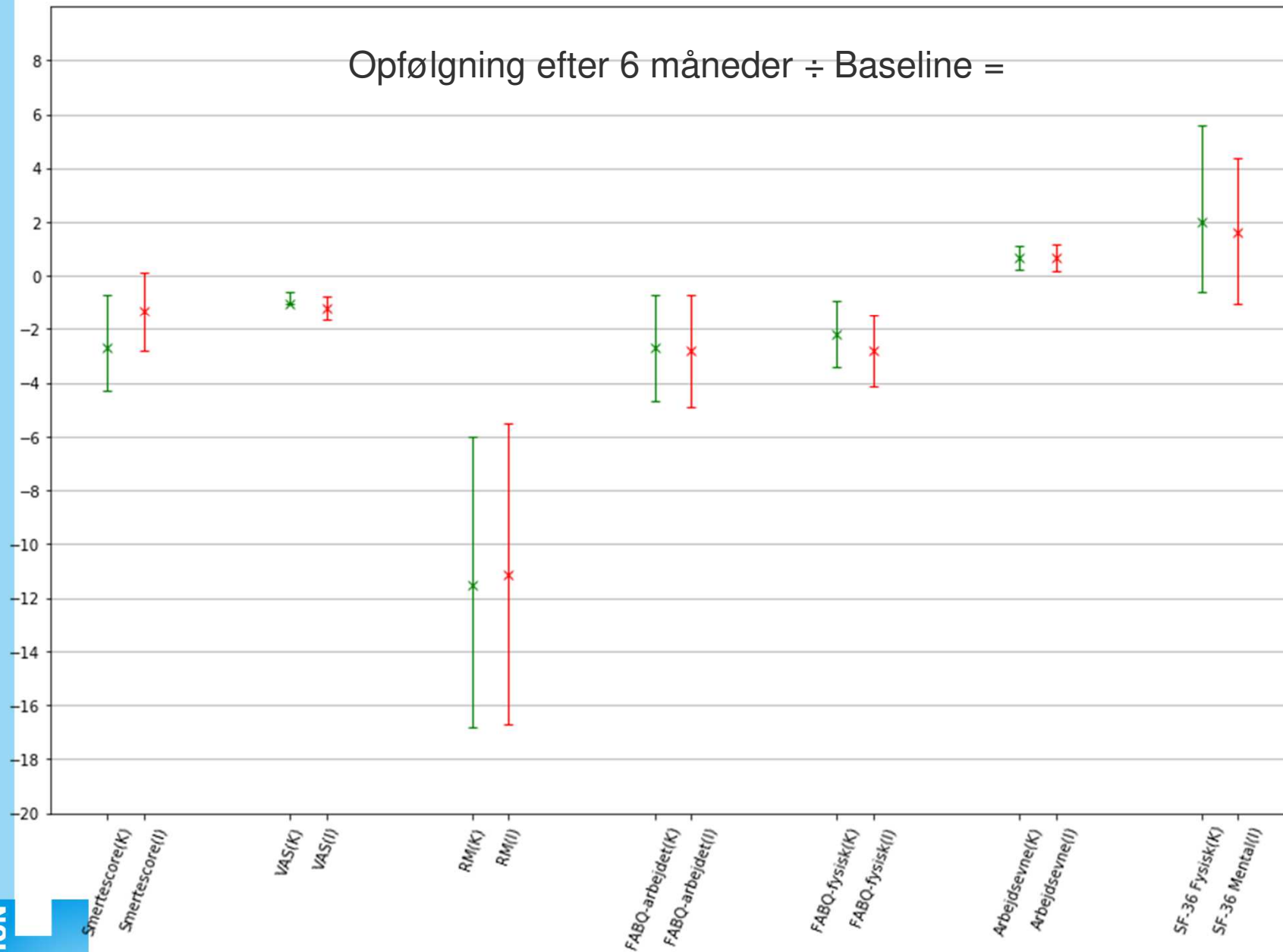
	Kontrolgruppe N=152	Interventionsgruppe N=153	Alle N=305
RMQ*	51.5 (22.7)	48.3 (22.7)	49.9 (22.7)
FABQ-fysisk aktivitet	14.6 (5.0)	14.6 (5.0)	14.6 (5.0)
FABQ-arbejde	25.2 (7.3)	24.9 (7.6)	25.0 (7.4)
Medicin			
NSAID	109 (71.7%)	113 (74.3%)	222 (72.8%)
Morfika	32 (21.1%)	38 (24.8%)	70 (23.0%)

Sammenhængen mellem ryg relaterede sygefravær **forud for baseline** og selvrapporteret fysisk krævende arbejde, fear avoidance behavior og job eksponeringen beskrevet ved JEM.

	Unadjusted OR (95%CI)	P-value	Adjusted* OR (95%CI)	P-value
Self-rated physical demand				
Demanding	1		-	-
Very demanding	1.75 (1.10-2.75)	0.018	1.60(1.00-2.56)	0.050
Fear avoidance beliefs				
FABQ-W \leq 20 ⁺	1		-	-
FABQ-W $>$ 20 ⁺	2.75 (1.61-4.84)	<0.001	2.67 (1.55-4.73)	0.001
Physical demanding workloads				
Standing/walking > 5.44 hours/day	0.85 (0.5-1.34)	0.485	0.84 (0.53-1.33)	0.462
Lifting >650 kg/day	1.41 (0.90-2.23)	0.134	1.38 (0.87-2.18)	0.174
Number of heavy lifts > 7.7 times/day	1.60 (1.02-2.53)	0.041	1.57 (0.99-2.50)	0.056

* Adjusted for sex and age, + Fear-Avoidance Beliefs Questionnaire-in relation to Work





Konklusion

- Den arbejdsmedicinske intervention ændrede ikke på deltagernes sygefravær i forhold til kontrolgruppe i løbet af de 6 måneder
- Heller ikke for dem som fik arbejdspladsbesøg eller som oplevede deres arbejde som meget krævende
- Alle deltagere opnåede i løbet af 6 måneder signifikant bedring i forhold til alle de sekundære effektmål fraset mental funktion (SF-36)
- Sygefraværet var generelt lavt, medicin indtaget relativt højt
- Vi ved ikke om sygefraværet i gruppen som helhed er faldet

Perspektiver

- Stort udækket behov for at hjælpe
- Vi fandt ikke effekt af den arbejdsmedicinske intervention i forhold til sygefravær
Måske er mindre indsatser med andet fokus af større betydning
- Vigtigt med ensartet og tryghedsskabende information for at undgå fear avoidance
- Vigtigt at have mere fokus på den enkeltes oplevelse af belastningerne end den egentlige fysiske belastning.