

# Ett liv utan smärta

De reumatologiska sjukdomarna vrider ibland händernas fingrar eller fötternas tår så de pekar åt alla håll på en gång. Ibland går det fort, ibland tar det lång tid. Sker det utan smärta? Nej, smärtan tar stor plats. Med smärtan följer inskränkningar i rörelseförmågan. Den sätter spår i och påverkar hela livssituationen och livskvalitén. Den påverkar hela det återstående livet.

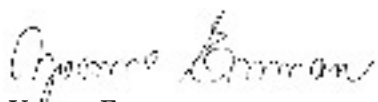
De smärtpinade fingrarna är åtminstone synliga, men hur mår den vars smärta inte syns?

Det finns mycket forskning kring smärta. Smärtforskarna har hunnit en god bit på vägen till att förstå många problem. Behandlingsarsenalerna är ganska stora, men det räcker inte! Oftast handlar smärtlindring om att kapa toppar och att lära sig leva med. Många når aldrig dit. Det är sällan forskningen handlar om hur det känns att ständigt ha ont och hur man påverkas inne i sitt huvud av smärtan.

Var kommer den oförklarliga trötthet som inte går att sova bort in i sammanhanget? Den finns beskriven i litteraturen. Men är det samma trötthet för alla diagnoser, eller är tröttheten olika för olika sjukdomar? Vilken roll spelar oron och den fysiska tröttheten för sjukdomens förlopp och för smärtan? Vilka konsekvenser får de för livskvalitén?

Frågorna är många och smärta är ett mångtydigt begrepp. Det kan beskrivas med många olika ord och uttryck som dessutom förstärks med nyanser och olika kombinationer av ord. Alla visar olika dimensioner av "att ha ont". Ibland är det enkelt att förstå varifrån problemet kommer, var den kroppsliga skadan sitter. Men långt ifrån alltid.

Hoppas vår smärtforskningsbilaga ger många stunder av intressant läsning, en del "jag känner igen mig" upplevelser, kanske inspireras någon till mer forskning och kanske ett litet bidrag till den så viktiga reumatologiska forskningen från någon.



**Yvonne Enman**

Redaktör för Reumatikerförbundets forskningsbilaga



- 4** Att lindra det onda  
Ralph Nisell bereder ett smörgåsbord av metoder för smärtlindring.
- 6** När det gör ont  
Samspelet mellan patient och doktor.
- 8** Fibromyalgi syns inte – det känns!  
Chris Henriksson reflekterar över den osynliga smärtan.
- 11** Var gör det mest ont – i kroppen eller i själen?  
Stefan Einhorn ser den existensiella smärtan.
- 12** Kortisonsprutan  
Carina Rosén får smärtlindring av sin doktor.
- 14** Spondylos – inget annat än artros i ryggen  
Gunnar Németh berättar om ryggont.
- 17** Stefan Bergman  
forskar om långvarig smärta hos befolkningen.
- 20** Vidarkliniken – med naturen som ledsagare  
Ursula Flatters väljer värden före forskningen.
- 24** Patientens åsikt viktigast  
Anna Nilsson dotter forskar på resultatet efter höftledsoperation.
- 26** Vem bryr sig om hur smärta påverkar äldre?  
Ulf Jakobsson fyller kunskapsluckan om äldres smärta.
- 28** Kunskap och team  
Monika Gustafsson vill förbättra livskvalitén för fibromyalgipatienter.
- 29** Distriktdoktors dilemma  
Många viktiga arbetsuppgifter, men lite respons.
- 30** Nu är den här – maskinen som mäter smärta  
PainMatcher
- 31** På kurs tillsammans med distriktsläkarna  
Kunskap om smärta.
- 34** Kan sjukgymnaster utföra sina tester likadant?  
Ulla Levin testar undersökningsmetoder vid Mb Bechterew
- 36** Patienter – ställ krav på god smärtvård!  
Jan Lidbeck vill inte att ekonomi och politik ska styra smärtsjukvården.
- 39** Ordlista  
Liten begreppsförklaring