

Sjukgymnastik vid Cervikal dystoni

Lena Zetterberg, specialist i neurologi, Med Dr. Verksam som klinisk lektor i sjukgymnastik vid Institutionen för neurovetenskap Uppsala Universitet samt på Akademiska sjukhuset i Uppsala

Dystoni är en neurologisk motorikstörning orsakad av en störning i de basala ganglierna. Dystoni kan beskrivas som en kombination av tonusökning och ofrivilliga muskelkontraktioner vilka kan drabba alla viljemässigt styrda muskler i kroppen. Muskelkontraktionerna kan vara ihållande eller ryckiga. De dystona rörelserna är ofta repetitiva det vill säga rörelsen sker åt samma håll. Dystoni kännetecknas också av sin dynamiska karaktär vilket innebär att förändringar i aktivitet eller position kan ändra de kliniska symtomen. Den vanligaste formen är cervikal dystoni vilket medför en vridning och snedställning av huvudet.

Forskningen om hanteringen av cervikal dystoni fokuserar på den medicinska behandlingen, även om patienterna beskriver att den sjukgymnastiska behandlingen är mycket viktig.

Det finns i nuläget endast två kontrollerade studier som utvärderar effekten av sjukgymnastisk behandling vid cervikal dystoni. Resultaten visar att sjukgymnastisk behandling har positiv effekt, framför allt i kombination med behandling med botulinumtoxin, på såväl den motoriska dysfunktionen, aktiviteter i dagliga livet som på livskvalitet. Den sjukgymnastiska behandlingen som ingått i studierna har bland annat innehållit övningar för att förbättra postural kontroll, avspänning, massage, stretching och aktiv muskelträning för nackens muskulatur. Evidensläget för manuella behandlingsmetoder vid cervikal dystoni är i nuläget lågt men effekten av liknande metoder på funktion, aktivitet och delaktighet har inte heller undersökts.

Nyare forskning applicerar teorier om ett bio-psyko-socialt förhållningssätt vid sjukgymnastisk behandling vid cervikal dystoni. Alla tre områdena är beroende av varandra och de påverkar patientens möjlighet att vara aktiv i olika omfattning. Forskningsresultat visar att patientens tilltro till sin egen förmåga i vardagliga situationer är en viktigare faktor än de motoriska svårigheterna i förhållande till upplevelse av aktivitetsbegränsning vid cervikal dystoni.

Personer med funktionshinder har sämre hälsa än befolkningen i allmänhet och de är mer inaktiva. Trots det är personer med funktionshinder sällan fokus för hälsobefrämjande insatser. Fysisk aktivitet har visats ge positiva effekter för personer med cervikal dystoni. Den vetenskapliga litteraturen om vilka faktorer som kan påverka nivån av fysisk aktivitet för personer med cervikal dystoni är dock i princip obefintlig. En aktiv livsstil är viktigt även för personer med funktionshinder för att behålla hälsa och välmående. Utmaning för forskning och klinik är att applicera teorier om och behandlingsmetoder för fysisk aktivitet även för patienter med funktionshinder på grund av neurologisk sjukdom så som cervikal dystoni.