

Langvarige smerter og bruk av opioider - Fastlegeperspektivet

Trond Høibø

Fastlege St. Olav legesenter i Stavanger

Spesialist i allmennmedisin (2020)

Tilknyttet kompetansesenter for rusmiddelforskning (KORFOR) i Helse Vest

Kompetanseområde smertemedisin



- Veikart

- Pasienthistorie
- Hva er god behandling av langvarige smerter i allmenntmedisinen?
- Hva er spesielt utfordrende ved bruk av opioider ved langvarige smerter?
- Mulige løsninger på utfordringene



Første konsultasjon, Thomas, 72 år.

- Kontaktårsak: Erklæring (HC-parkeringstillatelse bil)
- Flere ting du ønsker du ville ta opp i dag?
 - Fornyning av medisinene, oksykodon. Eller kanskje bytte av medisin, de virker ikke like bra.
 - Lang ventetid på ortopedien (operasjonsvurdering rygg)
 - Søvn er dårlig, skulle hatt noe sovemedisin.
 - Føflekk
- Hva er viktigst akkurat i dag, hva kan ikke vente?
 - Medisinen, fungerer ikke uten
 - Oksykodon kapsel 10 mg på blå resept, mot ryggsmarter.
 - Egentlig 2 tabletter 2-3 ganger daglig, men siste tiden måttet ta mer, virker bare 4 timers tid. Prøver å strekke det.

Thomas, 72 år

- Ryggen er utslitt. Vond i mange år, nå orker han nesten ikke mer.
- God effekt av medisin i omtrent 3-4 timer. Kan da være aktiv hjemme. For noen få år siden virket de i 6-8 timer. Finnes annen medisin?
- Sterke smerter uten medisin.
- Klarer seg ikke uten bil, alltid kjørt bil, aldri ulykker.
- Var aldri noe problem med medisin hos forrige fastlege (gikk dessverre av med pensjon).
- Gjør greit rede for seg, orientert for tid og sted, ingen latenstid.
- Velstelt, kommer før tiden. Litt bøyd i ryggen, noe stiv gange, gir uttrykk for smerte når setter seg.

Mange spørsmål...

- Skal jeg gi medisin? Hvor mye? Hvordan?
- Kan han kjøre bil?
- Hvor lang tid kommer det til å ta?
- Hvor ubehagelig kommer dette til å bli?
- Er han avhengig?
- Annen risiko?
- Har han **god behandling**?

Hva er god behandling av langvarige smerter i allmennpraksis?

- Medikamenter
 - God tilgjengelighet
 - Effekt?
- Fysisk aktivitet
 - Godt dokumentert
 - Hvordan få til i praksis?
- Samtaleterapi
 - Kognitiv adferdsterapi, aksept- og forpliktelsesterapi.
 - Samtaleverktøy tilpasset allmennmedisin (ICIT, NOMED)
- Evidens
 - Tilpasset allmennmedisin?
- Tilgjengelighet
- Evidens og tilgjengelige tiltak er ikke nok.
- Pasienten må også være tilgjengelig.
 - Manglende tillit

Hva er god behandling av langvarige smerter i allmennpraksis? II

Hvorfor mangler tilliten?

- Forskjellig smerteforståelse
 - Smerte = skade
- Nocebo-erfaringer
 - Medikamenter
 - Fysisk aktivitet
 - Samtale(-terapi)

Hvordan bygge tillit?

- **Validere**
- Pasientsentrert kommunikasjon
 - Følger
 - Forestillinger
 - Følelser
 - Forutsetninger
 - Forventninger
- Relasjon. Tillitt. Legitim autoritet
- Da ligger det til rette for:
 - Moderne smerteforståelse
 - Realistiske effektmål på behandling.
 - Basert på pasientens verdier

Langvarig smerte og bruk av opioider

- **Hovedutfordring: etablere tillit og en god relasjon**
- Hvorfor kan det være ekstra vanskelig ved bruk av opioider?
- Ulik forståelse av effekt, risiko og bivirkninger av opioider.
 - Toleranseutvikling
 - Avhengighet
 - Rus (sjeldnere)
 - Forestilling om «sterke» smertestillende
 - Vet at legen ikke liker opioider
- Krav om forsvarlig behandling

Forsvarlig bruk av opioider

- Statsforvalteren og Helsetilsynet
- Veileder for vanedannende legemidler
 - Vurdering av nytte og risiko ved behandling ut over fire uker
 - Indikasjoner for vurdering av avslutning ved langvarig bruk er:
 - Det foreligger psykososiale problemer som sannsynligvis har kommet forut for eller uavhengig av smertetilstand
 - Pasient har en sammensatt smertetilstand med uklar opprinnelse
 - Pasient har generaliserte smerter kombinert med en rekke andre kroppslige symptomer
 - Andre behandlingsmetoder enn smertelindrende legemidler og rehabilitering er ikke prøvd ut
 - Intense smerter og lavt funksjonsnivå til tross for høye doser opioider
- Andre regler og retningslinjer
 - Førerkortforskriften
 - Opioider på blå resept.
- Lyst til å være flink, følge reglene
- Risiko: bli sittende fast i forhandlinger om opioidene
- Kommer ikke i posisjon til å gi god behandling

Hvordan legge til rette for god behandling?

- Er det faktisk et problem her?
 - NICE guidelines: agree a shared plan for continuing safely if they report **benefit** at a **safe dose** and **few harms**.
- Hvis bruken av opioider potensielt er et problem
 - Inntil videre: akseptere opioidbruken (våpenhvile)
 - Validere
 - Se på nytt (re-spekt)
 - Diagnose
 - Forklaring
 - Enighet om behandlingsmål
 - Funksjonelle
 - Verdibaserte

Forutsetning for våpenhvile

- Legen må føle seg trygg på at statsforvalteren ikke kommer.
- Hva er forsvarlig «våpenhvile»?
 - Hvor lenge?
 - Fysisk oppmøte?
 - Grense for dosering?
 - Urinprøve?
 - Antidot over en viss grense?
 - Utleveringsordning?
- Min strategi
 - En fast dosering uten ekstra doser
 - Respekterer førerkortgrenser ved bilkjøring
 - Uobservert urinprøve (ofte)
 - Alkoholdiagnostikk (PETH)

Hva hvis våpenhvile ikke fungerer?

- Manglende oppmøte, behov for økende doser, klarer ikke etablere relasjon
 - Avhengighet?
 - Rus?
- Be om hjelp
 - Spesialisthelsetjeneste
 - Råd
 - Konsultasjon/felleskonsultasjon?
 - Støtte til avslutning/nedtrapping
 - Tilgjengelighet?
 - Kompetanse
 - Ventetid

Veien videre hvis våpenhvile har fungert

- Leges ansvar å komme videre
 - Benytte gyldne øyeblikk
 - Bivirkning
 - Forverring
 - Bedring
- Akseptere
 - NICE guidelines: agree a shared plan for continuing safely if they report **benefit** at a **safe dose** and **few harms**.
- De aller fleste vil ha nytte av nedtrapping
 - Hos fastlege
 - Trappned.no
 - Veileder vanedannende medikamenter
 - Innleggelse for nedtrapping
- Skal noen ha «Vedlikeholdsbehandling»?
 - Spesialisthelsetjeneste

Thomas

- Første time
 - Oksykodon 20 mg x 4 (faste tidspunkter)
 - Muntlig kjøreforbud klasse 2 og 3.
 - Ny time til attest
 - Ny time til å gå gjennom diagnose
- 6 måneder senere
 - Uendret dosering
 - Fikk ikke ny ryggoperasjon – noe han er enig i.
 - Har det ok
 - Ønsker nedtrapping, holder på med en plan.
 - Fortsatt godt fornøyd med den gamle legen





Takk for meg!

Relevante kilder/referanser

Antidepressiva som smertebehandling (Ferreira et al. 2023)

Klinisk kommunikasjon (Sundby and Mæland 2020)

Sluka, KA, foredrag om fysisk aktivitet og smerte på NOSF 2023. (Lesnak et al. 2022; Chimenti, Frey-Law, and Sluka 2018)

NICE. ("Recommendations | Chronic Pain (Primary and Secondary) in over 16s: Assessment of All Chronic Pain and Management of Chronic Primary Pain | Guidance | NICE" n.d.)

Veileder vanedannende legemidler (Helsedirektoratet 2021)

Individuell refusjon blå resept (HELFO n.d.)

Metodebok I smertebehandling OUS. (Granan et al. 2021)

Chimenti, Ruth L., Laura A. Frey-Law, and Kathleen A. Sluka. 2018. "A Mechanism-Based Approach to Physical Therapist Management of Pain." *Physical Therapy* 98 (5): 302–14.

Ferreira, Giovanni E., Christina Abdel-Shaheed, Martin Underwood, Nanna B. Finnerup, Richard O. Day, Andrew McLachlan, Sam Eldabe, Joshua R. Zadro, and Christopher G. Maher. 2023. "Efficacy, Safety, and Tolerability of Antidepressants for Pain in Adults: Overview of Systematic Reviews." *BMJ* 380 (February): e072415.

Granan, Lars-Petter, Harald Breivik Audun Stubhaug, Silje Endresen Reme, and Tone Marte Ljoså. 2021. "Metodebok Langvarige Smerter." OUS. <https://oslo-universitetssykehus.no/seksjon/Regional-kompetansetjeneste-for-smerte/Documents/Metodebok%20langvarige%20smerter%20OUS%20v1.0.pdf>.

HELFO. n.d. "Kriterier for Refusjon Av Opioider Ved Kroniske Sterke Smerter Som Ikke Skyldes Aktiv Kreftsykdom HELFO." Del 2/4. Opioider 1. Accessed December 9, 2021. <https://www.helsedirektoratet.no/rundskriv/kapittel-5-stonad-ved-helsetjenester/vedlegg-1-til--5-14-legemiddellisten/virkestoffer/opioider-1>.

Helsedirektoratet. 2021. "Vanedannende legemidler - nasjonal veileder." Helsedirektoratet. October 19, 2021. <https://www.helsedirektoratet.no/veiledere/vanedannende-legemidler>.

Lesnak, Joseph B., Alexis Fahrion, Amber Helton, Lynn Rasmussen, Megan Andrew, Stefanie Cunard, Michaela Huey, et al. 2022. "Resistance Training Protects against Muscle Pain through Activation of Androgen Receptors in Male and Female Mice." *Pain* 163 (10): 1879–91.

"Recommendations | Chronic Pain (Primary and Secondary) in over 16s: Assessment of All Chronic Pain and Management of Chronic Primary Pain | Guidance | NICE." n.d. Accessed February 26, 2024. <https://www.nice.org.uk/guidance/ng193/chapter/Recommendations>.

Sundby, Harald, and Njål Flem Mæland. 2020. "Håndbok i Klinisk Kommunikasjon," January. https://www.legeforeningen.no/contentassets/473c173f8c9345be8a3300966f066e1b/handbok-kk-final-edition-3.0_.pdf.