

Rehabilitering med kultur för patienter med långvarig smärta i behov av språktolk – en utvärdering

Monika Löfgren, leg sjukgymnast, docent, Smärtcentrum, Högspecialiserad smärtherehabilitering och Karolinska Institutet, Inst för Kliniska Vetenskaper, Danderyds sjukhus.



Platsen där mitt hjärta finns, teckningar av deltagare.

Slutsats

Rehabilitering med kultur kan vara en framgångsrik metod för personer med långvarig smärta i behov av språktolk. Långtidsuppföljning är av stor betydelse för att få kunskap om resultatens varaktighet

Introduktion

Kulturaktiviteter såsom musik och dans, har positiva effekter hos patienter med långvarig smärta avseende symptomens svårighetsgrad, mående och livskvalitet.

Rehabiliteringsmedicinska universitetskliniken Danderyds sjukhus, Primärvården och Kulturförvaltningen Stockholms läns landsting (SLL) har i ett samarbetsprojekt utvecklat och bedrivit rehabilitering med kulturaktiviteter för patienter med långvarig smärta i behov av språktolk under 2017 - 2018.

Syfte

Att utforska om kulturaktiviteter kan inverka på symptom och livskvalitet hos deltagare med långvarig smärta i behov av språktolk.

Tabell 1. Sociodemografi för deltagare i Rehabilitering med kultur (n=32) 2017-2018 och alla klinikkens patienter som deltagit i rehabilitering 2017 (n=153)

Sociodemografi	Rehabilitering med Kultur (n=32)	Rehabilitering ordinarie (n=153)
Ålder (m)	48	41
Andel kvinnor %	80	78
År sedan senast i arbetet (n)	3	1
Utbildning i Sverige/Annat land %		
≤ 9 år	35	14
10-12 år	47	52
Universitet/högskola ≥12 år	10	27

Resultat

Resultat efter programmet redovisas, ettårsuppföljning pågår. Trettiofyra deltagare fullföljde programmet och fyllde i självskattningsformulär (tabell 1). Förbättringar sågs i skattat hälsotillstånd, depression/ nedstämdhet och smärta senaste veckan (tabell 2).

Metod

Datainsamling genomfördes med självskattningsformulär (HADS, EQ5D, TSK, smärta) före, efter och ett år efter rehabilitering. Deltagarna fyllde i formulären tillsammans med en språktolk och personal. Data bearbetades med beskrivande statistik.

Tabell 2.

Förändringar skattningsformulär för deltagare i Rehabilitering med kultur (n=30-31).

Skattningsformulär (median, IQR 25-75)	Före rehabilitering (n=30-31)	Efter rehabilitering (n=30-31)	p-värde
EQ5D index (hälsorelaterad livskvalitet)	-0.08 (-0.12 - 0.09)	0.09 (-0.12 - 0.19)	n.s.
Nuvarande hälsotillstånd	30 (20-45)	50 (30-60)	0.002
Ångest/oro (HADS)	14 (12-19)	12 (9-15)	n.s.
Depression/nedstämdhet (HADS)	11 (9-13)	10 (6-12)	0.001
Rörelserädsla (TSK)	52 (45-61)	51 (44-57)	n.s.
Smärta senaste veckan (NRS)	9 (7-9)	8 (6-9)	0.042

Vad säger deltagarna?

"Innan vågade jag inte åka buss ensam. Nu gör jag det. Jag tänker inte hela tiden på smärtan. Jag har tagit bort smärtan i huvudet. När jag känner smärta börjar jag lyssna på musik, se på TV etc."

"Mycket intressant. Tyckte om att sy. Det har jag gjort tidigare och nu kommer jag att fortsätta med det. Stressen har gått ner. Jag har lärt mig att ta det lite lugnare."

"Från början var det tufft att komma hit, men sedan vände jag mig och lärde känna deltagare och personal. Tidigare kände jag att jag inte kunde något och var ingenting värd, men efter dansen och musiken förändrades det. Jag har broderat en vacker ros hemma- trots min smärta."

Deltagare och Rehabiliteringsprogram

Deltagarna kom från Rehabiliteringsmedicinska kliniken, Smärtherehabilitering (n=17), Postpoliomottagningen (n=7) och Primärvården i södra Stockholm (n=8). Före programmet träffade alla en läkare specialiserad i rehabiliteringsmedicin och en kurator för bedömning. Programmet pågick i 5-6 veckor och genomfördes av Kulturpedagoger från Läns Kulturfunktionerna inom SLL och en kulturkoordinator från SLL Kulturförvaltning. Programmet bestod av flera skapande aktiviteter inom musik, konst, film, slöjd och dans.

Referenser: Maratos AS, Gold C, Wang X, Crawford MJ. Music therapy for depression. The Cochrane database of systematic reviews. 2008 (1):CD004517.

Baptista AS, Villela AL, Jones A, Natour J. Effectiveness of dance in patients with fibromyalgia: a randomized, single-blind, controlled study. Clinical and experimental rheumatology. 2012; 30: 18-23.