

Tverrfaglig hodepinepoliklinikk

Overlege Bernd Müller, sykepleier Marianne Undheim, spesialfysioterapeut Siri Bakke, LiS Kristiane Woie
Nevrologisk avdeling, Klinikk for rehabilitering/ Helse Møre og Romsdal HF



Bakgrunn

Nevrologisk utredning av hodepine er tradisjonelt basert på ordinære polikliniske konsultasjoner. Dette er hensiktsmessig når problemstillingen er klart definert og avgrenset, men pasienter med sammensatt hodepine og kronisk daglig hodepine ivaretas ikke optimalt på denne måten.

Hos flertallet av disse pasientene foreligger det en komponent av medikamentelt induisert hodepine (medication overuse headache – MOH). Forekomsten av MOH angis i internasjonale studier til 1% i aldersklassen 30-39 år og 1,5% i aldersklassen 40-60 år. Detoksifikasjon på egenhånd gir ofte utilfredsstillende langsiktige resultater. En stor andel av pasientene er eller står i fare for å bli sykemeldt.

Formål

- Pasienter med sammensatt/ kronisk daglig hodepine gis et tilbud om gruppebasert konsultasjon ("Hodepineskole"), men står fritt til å velge en ordinær poliklinisk konsultasjon.
- Målgruppe: Alder 20-60 år, kronisk hodepine.
- Eksklusjonskriterier: Gravide, pasienter < 20/ >60 år, sjeldne hodepineformer, symptomatisk hodepine.
- Hodepineskolen går over to dager. Dag 1 innebærer tverrfaglig gruppebasert undervisning om hodepine i regi av lege, sykepleier og fysioterapeut. I "presentasjonsrunden" forteller hver enkelt pasient om sin individuelle hodepine.
- Presentasjonsrunden innebærer individuelle råd til den enkelte. Dette kommer også de øvrige deltagerne i gruppen til gode. Det utarbeides en individuell epikrise for hver pasient og foretas nødvendige forskrivninger.
- Ca. 50% av pasientene får individuell oppfølging hos hodepinesykepleier eller fysioterapeut i samarbeid med overlege.
- Hodepineskolens dag 2 innebærer gruppebasert oppfølging

Metoder/prosjektgjennomføring

- "Tverrfaglig hodepinepoliklinikk" disponerer hodepinesykepleier i 20% prosjektstilling, 1 dedikert overlege og 1 lege i spesialisering som er tilknyttet hodepinepoliklinikken. Spesialfysioterapeuten deltar på dager med hodepineskole og tilbyr individuell vurdering.
- "Hodepineskolens dag 1": I snitt en gang per måned (tidsramme kl. 09.00-15.00). Innkallingen fokuserer spesifikt på hva opplegget med "Presentasjonsrunden" innebærer. Gruppestørrelse fortrinnsvis 8 pasienter.
- "Hodepineskolens dag 2" (gruppebasert oppfølging): I snitt annenhver måned (med deltagere fra to hodepineskoler).
- Hvem deltar? Resultater fra vår spørreundersøkelse:

Gjennomsnittsalder	43 år
Kvinner/ menn	35/11
Yrkesstatus:	Ikke sykmeldt: 43% (Delvis) sykmeldt 35% Uføretrygdet 9% Pensjonist 9% Student /skole 4%
Hodepinetype: (Pasientenes opplysninger i spørreskjema, dag 1)	Migrene 32 Tensjonshodepine 23 "Kronisk daglig" 8 MOH 3 (!) (legg merke til det lave selvrapporterte tallet!)
Medikamentbruk	Smertestillende 16 Triptaner 11 Begge deler 7 Forebyggende 10

- Hodepinepoliklinikk: Hodepinesykepleier har poliklinikkdager 2 dager/ måned (individuell oppfølging av pasienter fra hodepineskolen, evaluering av behandling med botulinumtoksin, andre kontroller.
- Spesialfysioterapeuten vurderer utvalgte pasienter

Resultater spørreundersøkelse

Evaluering av undervisningen (på en skala fra 1 til 5)

	Relevant	Forståelig
Overlege	4,2	4,1
Ressurssykepleier	4,3	4,3
Spesialfysioterapeut	4,4	4,4

Evaluering presentasjonsrunde:

Lærerik	Føler jeg blir hørt	Føler meg komfortabel
4,1	4,1	3,6

Noen opplever således presentasjonsrunden ubehagelig.

Hva ønsker pasientene på en skala fra 1 til 5?

1 Ønsker poliklinikk	2	3 likeverdig	4	5 Ønsker hodepineskole
4	4	23	10	4

Konklusjon/erfaringsoverføring

Informasjon og innhold i undervisningen, samt utvelgelseskriteriene, er justert med utgangspunkt i spørreundersøkelsen. Konseptet innebærer:

- Bedre ressursutnyttelse (jobbgledning, gruppekonsultasjon)
- Et stabilt "hodepinemiljø" ved Nevrologisk avdeling
- Antatt bedre compliance/ oppfølging av terapianbefalinger
- Meget tilfredsstillende muntlige tilbakemeldinger på konseptet med tverrfaglig tilnærming og sykepleier-poliklinikk.

En formell studie er under planlegging.

Vi er bedt om å bistå nevrologisk avdeling i Lillehammer med oppstart av tilsvarende konsept.

Referanser/litteratur

Zwart JA et al., Neurology 2004; 62; 1540-44