

## **Kroniske smerter og utmattelse - fortolkning, diagnostikk og behandling**

Konferanse i regi av Dødehavstiftelsen 18-19. juni 2018,  
Scandic St. Olavs Hotell, Oslo

### **Komité:**

Dag Gundersen Storla, Unni Merete Kirste, Jens Espeland, Karin Maria Øien Forseth, Marco Harari

### **Målgruppe:**

Leger, sykepleiere, fysioterapeuter, ergoterapeuter og andre medisinske behandlere. Konferansen er søkt tellende som kurstimer for leger i forhold til allmennmedisin, psykiatri, revmatologi, anestesi og fysikalsk medisin, og som videreutdanning for sykepleiere, fysioterapeuter og ergoterapeuter.

### **Om konferansen:**

Kronisk smerte rammer rundt 30 prosent av den voksne befolkningen og er den viktigste årsaken til langtidssykefravær og uførhet. Forekomsten øker med alderen, og kvinner er mer utsatt enn menn. Kroniske smerter øker risikoen for redusert psykisk helse og faren for avhengighet av vanedannende medisiner. Pasientgruppen har to til fire ganger høyere forekomst av angst og depresjon og dobbelt så stor forekomst av selvmord som befolkningen forøvrig. Søvnproblemer og utmattelse er også vanligere. Kroniske smerter er den hyppigste årsaken til langtidssykefravær og uførhet i Norge i dag. Muskel- og skjelettlidelser var hoveddiagnosen i 41 prosent av de sykefrav rsdagene som ble dekket av folketrygden i perioden januar-juni 2009. Blant uf retrygdemottakere (2007) var muskel- og skjelettlidelser årsaken i 32 prosent av tilfellene. En analyse av data fra Levekårsundersøkelsen 2005 viser at kroniske smerter forklarer 54 prosent av uf rhetstilfellene. En svensk studie fant at 28 prosent av pasientene i allmennpraksis hadde en eller flere medisinsk definerte smertetilstander (kilde: Folkehelseinstituttet). Det handler om vårt kanskje aller største folkehelseproblem. Noen av de spørsmålene vi stiller og forsøker å besvare er:

- Hvordan spiller pasientens fortolkning av sin livssituasjon og opplevelse av smerte inn på de valgene han/hun gjør?
- Hvorfor tåler noen høye nivåer av smerter og blir stående i jobb og har et aktivt liv mens andre med langt lavere nivå gir opp?
- Hvordan kan vi hjelpe pasienten til å fokusere på ressursene sine i stedet for å kretse rundt begrensninger og sykdom?
- Hvordan diagnostiseres smerter og utmattelse, og hva vet vi om hvilke typer behandling som hjelper?

Vi har invitert fremtredende forskere og klinikere til å forsøke å gi noen svar, og tror det kan bli spennende dager, der ikke minst utveksling av erfaringer med deltakerne vil stå sentralt.

## Dag 1 – mandag 18. juni 2018

- 07:30 - 08:15 **Registrering og frokostservering**
- 08:15 - 08:30 **Innledning**  
Velkomsthilsen fra kurslederne og leder for Dødehavsklinikken Elisabeth Dramsdahl.
- 08.30 - 09:00 **Når uklare symptomer skjuler diagnosen - Allmennlegens utfordringer i møte med kroniske smerter og utmattelse**  
**Jens Espeland** er spesialist i allmenn- og samfunnsmedisin og har en master i helseadministrasjon fra Universitetet i Oslo (MHA). Han har lang erfaring fra kommunehelsetjeneste, både innen offentlig og privat fastlegevirksomhet, fra ledelse av kommunal helsetjeneste og fra samfunnsmedisinsk arbeid. Han har arbeidet mye med samhandling mellom kommunal helsetjeneste og helseforetak. For tiden arbeider han som medisinsk sjef i Dignio, et velferdsteknologiforetak med fokus på avstandsoppfølging av pasienter og spesielt med utvikling av dette som oppfølgingsmetodikk for kronisk syke pasienter.
- 09:00 - 09:45 **Smertens psykologi**  
**Egil Andreas Fors** er professor i allmennmedisin ved Norges Teknisk-Naturfaglige Universitet (NTNU), Trondheim, spesialist i psykiatri, leder av Norsk Atferdsmedisinsk forening og overlege ved Coperiosenteret i Trondheim. Fors har jobbet med smerter i allmennpraksis og på Smertesenteret, St. Olavs Hospital i tillegg til undervisning og forskning. Har blant annet skrevet bøkene «Hva er smerte» og «smertepsykologi».
- 09:45 - 10:00 **Pause**
- 10:00 - 10:45 **Smerte og immunologi**  
**Zvi Bentwich** er leder for NALA Foundation & Center for Emerging Tropical Diseases and AIDS (CEMTA), Professor ved Faculty of Health Science, Department of Microbiology and Immunology, Ben Gurion University of the Negev, Beer-Sheva, Israel; Scientific Director ved The Dead Sea and Arava Science Center.
- 10:45 - 11:30 **Smerter og stivhet i ledd og muskulatur**  
**Karin Maria Øien Forseth** er spesialist i revmatologi og har fra 2003 arbeidet som overlege ved revmatologisk seksjon ved Rikshospitalet, Oslo Universitetssykehus Rikshospitalet. I 2000 tok hun en doktorgrad på forekomst av fibromyalgi blant voksne kvinner i Arendal og risikofaktorer for å utvikle denne sykdommen i løpet av en femårsperiode i den samme befolkningen.
- 11:30 - 12:30 **Lunsj**
- 12:30 - 13:15 **Smerte og klimatiske faktorer**  
**Marco Harari** er sjefslege (Medical Director) ved DMZ Medical Center, the Dead Sea; Scientist ved The Dead Sea and Arava Science Center; Senior Lecturer ved Hebrew University, Hadassah, Jerusalem and Ben Gurion University of the Negev, Beer Sheva; Leder av Dødehavstiftelsens vitenskapelige komite.
- 13:15 - 14:00 **Smerter og plager – uforståelige?**  
**Aage Indahl**, professor emeritus, er overlege ved Kysthospitalet, Stavern (Sykehuset i Vestfold), og spesialist i fysikalsk medisin og rehabilitering. Indahl har vært tilknyttet Uni Research Helse og Universitetet i Bergen som professor II. Indahl har drevet ryggforskning siden 1991. Ved siden av forskning og formidling har Indahl drevet vanlig klinisk virksomhet innen fysikalsk medisin.
- 14:15 - 15:00 **Pause**
- 15:00 - 15:45 **Når terrenget ikke stemmer med kartet - Presentasjon av en pedagogisk modell for pasienter med langvarige, sammensatte symptomer**  
**Gustav Bjørke** er fysioterapeut og spesialist i manuellterapi. Han jobber i privat praksis på Hans og Olaf Fysioterapi, Oslo, primært med langvarige, sammensatte smerte- og

symptomlidelser. Han har utdanning innen faglig veiledning og kognitiv terapi, og er medforfatter på flere artikler innen det aktuelle fagfeltet.

15:45 - 16:15 **Hverdagsrehabilitering av pasienter med kroniske lidelser – erfaringer med bruk av velferdsteknologi i Oslo**  
**Jens Espeland**

16:15 - 16:30 **Pause med ettermiddagsmat**

16:30 - 17:45 **Sjef i eget liv**  
**Ingvard Wilhelmsen** er professor emeritus ved Universitetet i Bergen, spesialist i indremedisin og psykiatri. Han har i 21 år drevet en liten Hypokonderklinikk. Har skrevet 5 bøker på norsk, bl.a. "Livet er et usikkert prosjekt", "Sjef i eget liv", "Kongen anbefaler" og "Det er ikke mer synd på deg enn andre".

17:45 **Avslutning**

## Dag 2 – tirsdag 19. juni 2018

08:00 - 08:30 **Frokostservering**

08.30 - 09:15 **Kroniske smerter**  
**Unni Merete Kirste** er utdannet lege fra Universitetet i Bergen og er spesialist i fødselshjelp og kvinnesykdommer. Hun har arbeidet ved flere sykehus - Fredrikstad, Ullevål, Bærum, Rikshospitalet og Haukeland, Ahus og St. Olav. Ved siden av generell gynekologi har hun i mange år interessert seg for pasienter med smerter i underlivet, og de siste årene har hun arbeidet med disse pasientene ved tverrfaglige smerteavdelinger. For tiden leder hun Norsk forening for smertemedisin.

09:15 - 10:00 **Smerter og kronisk utmattelse**  
**Dag Gundersen Storla** er utdannet lege fra Universitetet i Oslo, der han også har tatt medisinsk sosiologi, Master of International Community Health og den medisinske doktorgrad med tuberkulose som fagfelt. Han har i flere år arbeidet ved et helseprosjekt i Bangladesh, og har også vært innom psykiatri og allmennpraksis. Storla er spesialist i indremedisin og infeksjonssykdommer. En periode har han vært faglig leder ved CFS/ME-senteret ved Oslo Universitetssykehus Aker (tilknyttet Nasjonal kompetansetjeneste for CFS/ME), og har arbeidet som overlege ved en infeksjonsmedisinsk seksjon ved Lovisenberg Diakonale Sykehus. For tiden driver han Bærum CFS/ME og borreliose klinikk.

10:00 - 10:15 **Pause**

10:15 - 10:45 **Multidisiplinær rehabilitering av kroniske smerter**  
**Elisabeth Dramsdahl** er psykiater fra Stavanger Universitetssykehus, leder for den norske Dødehavsklinikken og styreleder for Dødehavstiftelsen.

10:45 - 11:30 **Klimatiske faktorer ved Dødehavet**  
**Marco Harari**, Dødehavsklinikken.

11:30 - 12:30 **Lunsj**

12:30 - 13:30 **Plenumssamtale: Behandling av kroniske smerter**  
Alle foreleserne og kursdeltakerne

13:30 - 14:15 **Case-presentasjoner, erfaringer fra Dødehavsklinikken**  
**Elisabeth Dramsdahl**

14:15 - 15:00 **Plenumssamtale: avsluttende kommentarer og spørsmål**

15:00 **Avslutning og ettermiddagsmat**