

Figur 3 | Elementer i anamnese

1. Smerte

- Lokalisation
- Varighed: akut < 6 uger · subakut 6–12 uger · kronisk > 12 uger
- Udstråling til ekstremitet: dermatomal/atypisk
- Intensitet: NRS/VAS 0–10 (hvile, belastning)
- Forværring/lindring: bevægelse, hvile, position
- Tidligere episoder og behandling
- Søvnpåvirkning og energiniveau
- Medicin og effekt heraf

2. Røde flag (alvorlig patologi)

- Cancer: tidligere kræftdiagnose, uforklarligt vægttab
- Infektion: feber, nylig infektion/immunsuppression
- Fraktur: traume, osteoporose, steroider
- Inflammation: morgenstivhed > 1 time, > 40 år, iritis
- Cauda equina: ridebukseanæstesi, sphincterforstyrrelser
- Progredierende neurologiske udfald
- Natlige smerter: konstante, uafhængige af stilling

3. Neurologi

- Udstråling under knæ (sandsynlig nerverod)
- Paræstesier/føleforstyrrelser: lokalisation
- Muskelsvaghed: gangfunktion, stå på tæer/hæle
- Vandladningsbesvær/blære-påvirkning
- Claudicatio: neurogenisk/vaskulær

4. Gule flag (risiko for længerevarende smerter)

- Frygt for bevægelse/undgåelsesadfærd
- Katastrofetanker om smerterne
- Depression/angst
- Negative forventninger til bedring
- Søvnforstyrrelser/stress

5. Blå og sorte flag (arbejde og system)

- Fysisk belastende arbejde uden tilpasningsmulighed
- Arbejdsutilfredshed/konflikter/manglende støtte
- Sygemelding: varighed og omfang
- Igangværende sag: erstatning/forsikring
- Økonomiske bekymringer/sprogbarrierer

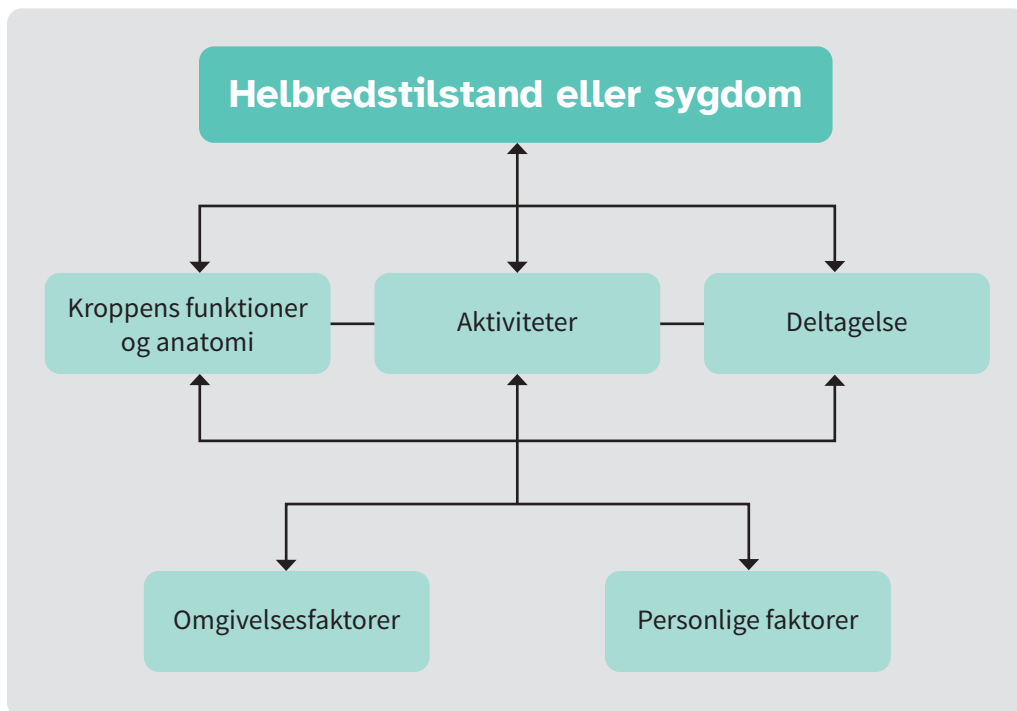
6. Grønne flag (ressourcer)

- God sygdomsforståelse og realistiske forventninger
- Aktiv mestring: bevægelser sig trods smerter
- Støttende netværk: familie, kolleger
- Tidligere bedring af rygproblemer

7. Funktion (ICF)

- Aktiviteter: Hvad kan patienten klare? Gå, stå, sidde, løfte, personlig hygiejne
- Deltagelse: Er arbejde og fritid påvirket? Sygefravær, varighed, arbejdsopgaver
- Omgivelser: Får patienten støtte på arbejde og i hjemmet? Flexibilitet, kolleger, familie
- Forventninger til forløbet
- Komorbiditet: fysisk og psykisk

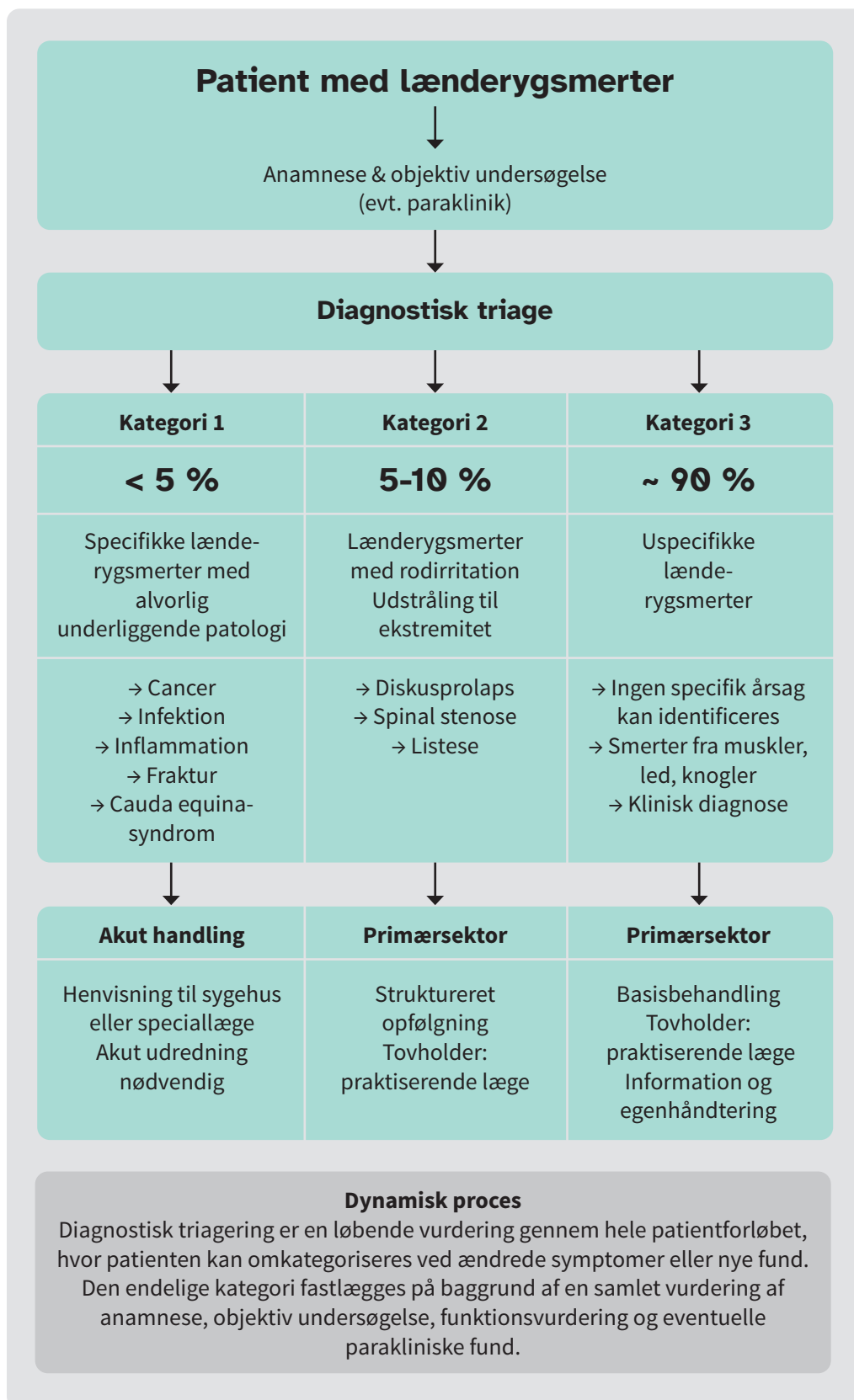
Figur 4 | Vurdering af funktionsevne



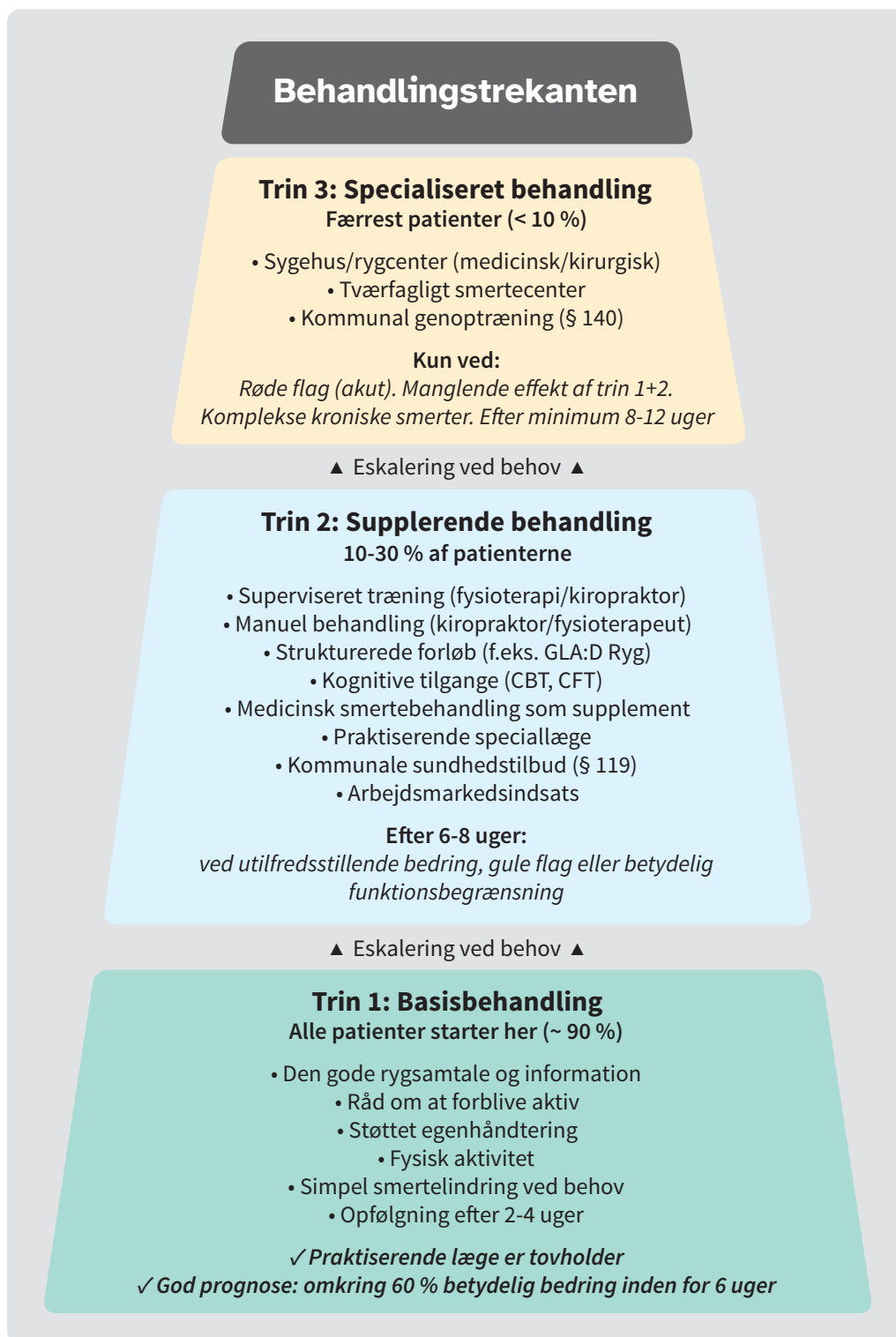
Pilene i figuren viser, at alle faktorer er gensidigt afhængige og påvirkelige.

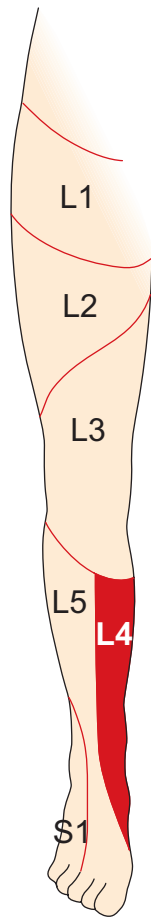
Figuren er gengivet med tilladelse fra Lægehåndbogen. Funktionsevnevurdering og ICF (opdat. 31.01.2023)

Figur 6 | Diagnostisk triage af patienter med lænderygsmerter

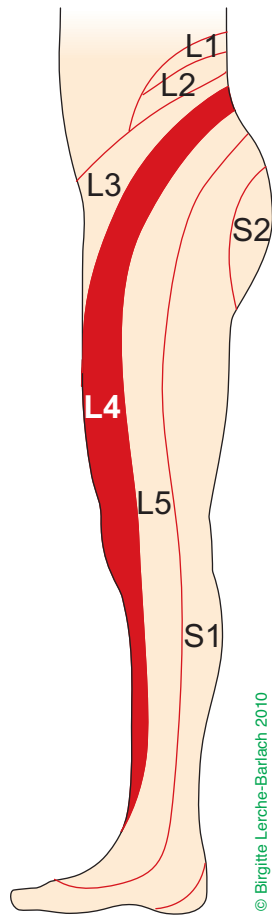


Figur 7 | Behandlingstrekanten: gradueret tilgang til lænderygsmerter





Højre ben



Venstre ben