

EULARs ændrede anbefalinger til fibromyalgi behandling.

EULAR – European League Against Rheumatism er den europæiske sammenslutning mod gigt, bestående af de europæiske patienter, læger og de videnskabelige selskaber, der arbejder med gigt. Tilbage i 2005 udgav de for første gang nogle anbefalinger til fibromyalgi behandling og juni 2016 har de udgivet nogle nye anbefalinger.

En tværfaglig gruppe fra 12 lande har vurderet 2.979 titler, har udvalgt 571 resuméer og 275 artikler til en grundigere gennemgang, der har dannet basis for anbefalingerne.

Anbefaling om fremgangsmåde

EULAR følgende fremgang ved mistanke om fibromyalgi, en del af anbefalingen er øjeblikkelig diagnose for at opnå det bedst mulige resultat.

- ➔ Lægen ser på historikken og laver en fysisk undersøgelse
- ➔ Lægen stiller diagnosen fibromyalgi (Hvis der er mistanke om flere diagnoser henviser lægen også til yderligere undersøgelser og evt. specialister for at afklare dette)
- ➔ Patienten modtager patientinformation og uddannelse i håndteringen af fibromyalgien
- ➔ Hvis det ikke har tilstrækkelig effekt
- ➔ Patienten tilbydes fysioterapi med fokus på individuel tilrettelagt træning kan evt. kombineres med fx akupunktur og hydroterapi
- ➔ Hvis det ikke har tilstrækkelig effekt
- ➔ Revurdering af patienten, så der kan gives en skræddersyet behandling, der kan bestå af:
 - Ved stærke smerter
-> Medicin: Duloxetin, pregabalin, tramadol (evt. i kombination med paracetamol)
 - Ved søvnproblemer
-> Medicin: Lav dosis af amitriptylin, pregabalin om natten eller cyclobenzaprine (muskelfslappende)
 - Ved smerterelateret depression, angst, katastrofetanker eller uhensigtsmæssig reaktion
-> Psykologisk behandling, især kognitiv terapi men ved svær depression eller angst kan psykofarmaka overvejes
 - Ved svære funktionsnedsættelser / sygeorlov
-> Rehabiliteringsprogrammer med flere elementer

Hvilken behandling?

Fokus for behandlingen skal være på, at øge livskvaliteten. Der skal være en balance mellem fordele og risici ved behandlingen.

Der er ofte brug for en tværfaglig tilgang med en kombination af en medicinsk og ikke-medicinsk behandling til, at håndtere smerterne og de mange andre symptomer.

EULAR har gennemgået en række forskellige former med behandlinger og har vurderet den forskning der ligger og de fordele og risici, der er forbundet med de forskellige typer af behandling. Anbefalingerne er så fordelt i 5 kategorier:

- Stærk anbefaling for at bruge behandlingen
- Svag anbefaling for at bruge behandlingen
- Bør kun bruges i forbindelse med forskning
- Svag anbefaling imod at bruge behandlingen
- Stærk anbefaling imod at bruge behandlingen

Medicinsk behandling

I forhold til medicinsk behandling er der ikke nogen behandlingsform EULAR kan give en stærk anbefaling for, men EULAR har en svag anbefaling for følgende:

- amitriptylin (lav dose)
- SNRI (fx duloxatin)
- pregabalin
- tramadol
- cyclobenzaprine (muskelaflappende)

EULAR anbefaler at gabapentin kun bruges i forbindelse med forskning

Der er en svag anbefaling imod at bruge

- MAO-hæmmere (en form for anti-depressiv, fx Moclobemid)
- NSAID (ibuprofen)

EULAR har en stærk anbefaling imod af at behandle med

- væksthormon
- natriumoxybat (bruges ved narkolepsi)
- kortikosteroider (bruges fx ved fremskræden kræft)
- stærk morfin.

Der var ikke litteratur omkring cannabis og antipsykotisk medicin.

Ikke-medicinsk behandling

I forhold til ikke-medicinsk behandling var der også en række anbefalinger, hvoraf træning som den eneste behandlingsform har fået en stærk anbefaling for.

EULAR har givet lavet en svag anbefaling for en række behandlinger:

- tværfaglig behandling
- meditativ bevægelse (fx tai chi, yoga, qigong)
- akupunktur
- kognitiv terapi
- hydroterapi/spa behandling
- mindfulness

Der var også en række behandlinger EULAR havde svage anbefalinger imod at anvende:

- biofeedback
- capsaicin (chili)
- hypnoterapi
- massage
- SAM-e (kosttilskud)

EULAR havde en stæk anbefaling mod kiropraktik og der var en række ting, der ikke var nok dokumentation nok til at kunne komme med anbefalinger i forhold til.

Den fulde rapport fra EULAR kan findes på engelsk her:

<http://ard.bmj.com/content/early/2016/07/04/annrheumdis-2016-209724.full>