

## **Kunskapsprovet – skriftligt VT26**

### **Muskuloskeletal hälsa – ländrygg**

#### **Anamnes**

Man, 55 år: Akut isättande med smärta lumbalt i samband med flytt av tvättmaskin för 2 veckor sedan. Patienten har haft återkommande episoder av ländryggssmärta under 20 år.

Oförändrad smärta senaste dagarna, NRS 6. Smärtan är lokal i ryggen, låglumbalt.

Provocerar: Ökad smärta då han böjer sig framåt samt åt sidorna. Blir också värre av stillasittande. Lite bättre när han är i rörelse.

Dygnsvariation: Mer värk under dagen/ kvällen. Viss stelhet på morgonen. Sover ok, men frustrerad över att smärtan inte har försvunnit.

Arbetar heltid som programmerare (konsult), sitter >80% av arbetsdagen på olika arbetsplatser.

Övrig hälsa är "ok" enligt patienten.

Övervikt, BMI 28.

Motion: Golf ca 1 gång/månad, promenerar 20 min 2-3ggr/vecka. Inte spelat golf eller promenerat sedan ryggsmärtan kom.

Patientens målsättning: Vill bli av med ryggsmärtan.

#### **Kliniska tester**

##### **Inspektion i vila och rörelse**

Ökad lumbal lordos, lätt extensionsveck vid L1-L2.

Viss hypotrofi glutealmuskulatur bilateralt.

Smärta i ryggen vid aom i ffa flexion, mindre smärta i lateralflexion bilateralt, rotation bilateralt.

##### **Nervfunktion**

Inga fynd.

##### **Ledfunktion**

Springing-test nivå L3-L5 reproducerar patientens smärta.

##### **Muskelfunktion**

Isometrisk test av m. gluteus medius och maximus reproducerar viss smärta och visar något nedsatt normalstyrka.

Inhibering/ nedsatt aktivering av m transversus abdominis.

Stramhet i m. iliopsoas.

##### **Palpation**

Palpationssmärta mm. erector spinae nivå L2-L5, m. quadratus lumborum bilateralt.