

FORSKNINGSOMTALE

Akupunktur for kroniske korsryggsmerter

Publisert 09.03.2021

Akupunktur for pasienter med kroniske korsryggsmerter gir muligens liten eller ingen klinisk viktig forskjell i smerte og ryggfunksjon og trolig liten eller ingen klinisk viktig forskjell i livskvalitet sammenlignet med vanlig behandling. Det viser en Cochrane-oversikt.

Hovedbudskap

Akupunktur for pasienter med kroniske korsryggsmerter gir muligens liten eller ingen klinisk viktig forskjell i smerte og ryggfunksjon og trolig liten eller ingen klinisk viktig forskjell i livskvalitet sammenlignet med vanlig behandling. Akupunktur for pasienter med kroniske korsryggsmerter gir muligens liten eller ingen klinisk viktig forskjell i smerte og livskvalitet, og det er usikkert om det er forskjell i ryggfunksjon sammenlignet med narreakupunktur. Det viser en systematisk oversikt fra Cochrane.

Bakgrunn

Korsryggsmerter er et hyppig helseproblem og en stor belastning for samfunnet og den enkelte. Korsryggsmerter defineres som smerter, muskelspenninger eller stivhet lokalisert i setet og nedre del av ryggen. Kroniske uspesifikke korsryggsmerter defineres som smerter som varer i mer enn tre måneder og som ikke kan knyttes til annen sykdom eller skade. De fleste opplever smertereduksjon i løpet av de første seks ukene. Personer med kroniske korsryggsmerter trenger ofte langvarig behandling. Det er ikke alltid at tradisjonell behandling som fysioterapi, øvelser og smertestillende medikamenter fører frem, og akupunktur blir av og til foreslått som alternativ behandling.

Hva sier forskningen?

Denne systematiske oversikten oppsummerer funn fra randomiserte kontrollerte forsøk (RCT) som har undersøkt effekten av akupunktur for personer med uspesifikke kroniske korsryggsmerter. Nedenfor viser vi resultatene for akupunktur sammenlignet med en kontrollgruppe som fikk vanlig behandling eller narreakupunktur.

Forskningen viste at:

- Akupunktur gir muligens liten eller ingen klinisk forskjell i smerte og ryggfunksjon sammenlignet med vanlig behandling rett etter behandling (⊕⊕○○).

- Akupunktur gir trolig liten eller ingen klinisk forskjell i livskvalitet sammenlignet med vanlig behandling på kort sikt (⊕⊕⊕○).
- Akupunktur gir muligens liten eller ingen klinisk forskjell i smerte sammenlignet med narreakupunktur rett etter behandling (⊕⊕○○).
- Det er usikkert om akupunktur sammenlignet med narreakupunktur gir forskjell i ryggfunksjon rett etter behandling (⊕○○○).
- Akupunktur gir muligens liten eller ingen klinisk forskjell i livskvalitet sammenlignet med narreakupunktur på kort sikt (⊕⊕○○).

Vi har generelt liten tillit til resultatene på grunn av usikkerhet rundt randomisering, manglende blinding av utfallsmål og ulike resultater på tvers av studiene.

Hva er denne informasjonen basert på?

Totalt inngikk 33 RCTer med til sammen 8 270 deltakere i oversikten. Deltakerne hadde kroniske korsryggsmerter av ukjent årsak med gjennomsnittlig varighet 5,3 år og gjennomsnittsalder var 41,5 år. Sytten studier sammenlignet akupunktur med narreakupunktur eller vanlig behandling. Akupunktur bestod av tradisjonell kinesisk akupunktur eller medisinsk akupunktur (dry needling).

De viktigste utfallene var smerte, funksjon og livskvalitet. Smerte ble målt på visuell analog skala (VAS), skala fra null til 100, der lavere skår betyr mindre smerte og klinisk viktig forskjell ble satt til 15 poeng. Ryggfunksjon ble målt med HFAQ (Hannover Functional Ability Questionnaire), skala fra null til hundre, der høyere skår betyr bedre funksjon. Tolv prosent endring ble satt til å være en klinisk viktig forskjell. Livskvalitet ble målt med et spørreskjema SF-12 (kortversjon av SF-36), skala fra null til hundre, der høyere skår betyr bedre livskvalitet. Klinisk viktig forskjell ble satt til 3,7 poeng. Utfallene ble målt rett etter behandling (mindre enn sju dager) og på kort sikt (fra åtte dager til tre måneder).

Åtte studier med 1633 deltakere sammenlignet akupunktur med vanlig behandling. Vanlig behandling foregikk i primærhelsetjenesten og bestod av ulike tiltak som medikamentell behandling, fysioterapi og øvelser. Metaanalyse av fem studier (1054 deltakere) målte smerte og viste ingen klinisk viktig forskjell mellom gruppene (gjennomsnittsforskjellen var -10,26 poeng, 95% KI -17,11 til -3,40) rett etter behandling. Metaanalyse av fem studier (1381 deltakere) viste ingen klinisk viktig forskjell i ryggfunksjon mellom gruppene (gjennomsnittsforskjell 9,78 poeng, 95 % KI fra 3,54 til 16,02) rett etter behandling. Resultater fra én RCT viste heller ingen klinisk viktig forskjell i livskvalitet (gjennomsnittsforskjell 4,20, 95% KI fra 2,82 til 5,58) på kort sikt.

Ni studier med 1483 deltakere sammenlignet akupunktur med narreakupunktur. Narreakupunktur inkluderte nålestikk utenfor akupunkturpunkter eller triggerpunkter og nåler som ikke penetrerte huden. Metaanalyse av sju studier (1403 deltakere) viste ingen klinisk viktig forskjell i smerte mellom gruppene (gjennomsnittsforskjellen var -9,22 poeng, 95 % KI fra -13,82 til -4,61) rett etter behandling. Metaanalyse av fem studier (1481 deltakere) viste ingen klinisk viktig forskjell i ryggfunksjon mellom gruppene (gjennomsnittsforskjell 3,33 poeng, 95 % KI fra -1,25 til 7,90) rett

etter behandling. Metaanalyse av tre studier (1068 deltakere) viste heller ingen klinisk viktig forskjell i livskvalitet (gjennomsnittsforskjell var 2,33 poeng, 95 % KI fra 0,29 til 4,37) på kort sikt.

Oversikten vurderte også akupunktur sammenlignet med ingen behandling og fant at akupunktur var mer effektivt enn ingen behandling for å redusere smerte og bedre ryggfunksjon.

Kilde:

Mu J, Furlan AD, Lam WY, Hsu MY, Ning Z, Lao L. Acupuncture for chronic nonspecific low back pain. Cochrane Database of Systematic Reviews 2020, Issue 12.

<https://www.cochranelibrary.com/cdsr/doi/10.1002/14651858.CD013814/pdf/full>

Denne omtalen er tidligere publisert i tidsskriftet Fysioterapeuten.

OM PUBLIKASJONEN

Utgitt: 2021

Av: Folkehelseinstituttet

Forfattere: Dahm KT, Larun L.