

Laser lindrer nakkesmerter

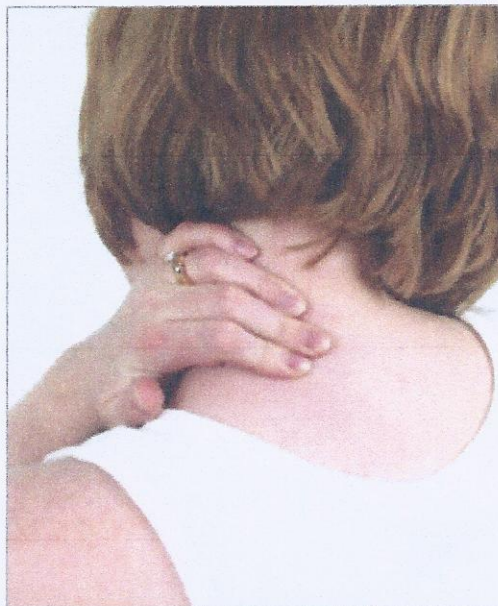
Laser kan erstatte bruk av medisiner i behandling av nakkesmerter, og er nesten uten bivirkninger. For første gang i medisinsk historie er effekten av laserbehandling dokumentert.

Man har hittil ikke hatt god nok dokumentasjon på laserbehandling av nakkesmerter, og forskningen er derfor revolusjonerende i fagmiljøet for fysioterapi.

Tradisjonelt har medikamenter vært en sentral del i behandling av kroniske nakkesmerter, ofte med mange bivirkninger.

– Forskningen viser at laser er et alternativ til medikamenter. Bruk av laser har til tider møtt stor motstand innen det medisinske miljøet, fordi man ikke har hatt nok dokumentasjon på resultatene av behandlingen, sier professor Jan Magnus Bjordal ved Høgskolen i Bergen.

Behandlingen man har forsket på er infrarød laser. Gjennombruddet er publisert i en artikkel i The Lancet, et av verdens fem største medisinske tidsskrifter. Det er første gang tidsskriftet har antatt en artikkel om laserbehandling, og Jan Magnus Bjordal er en av artikkelforfatterne.



Det norske fysioterapimiljøet er blant de første i verden som har begynt å bruke denne typen behandling mot nakkesmerter. (Illustrasjonsfoto:istock)

Først i verden

Forskerne har gjort en analyse av 16 studier som testet laserbehandlingen på 820 pasienter. For pasientene som ble behandlet med ekte laser var det 70 prosent mer sannsynlig at de opplevde redusert smerte enn de som fikk placebo.

Bivirkningene tilsvarer dem man finner gjennom placebo, som betyr at de nesten ikke eksisterer. I tillegg er behandlingen smertefri, og effekten av 6-12 behandlinger varer i opptil 22 uker.

– De gode resultatene skyldes antagelig at laserbehandling virker gjennom mer enn en enkelt virkningsmekanisme. Vi vet fra en rekke laboratoriestudier at riktige doser av laser virker betennelsesdempende, men nyere studier viser også at behandlingen kan beskytte muskler mot skader som kommer av trøtthetsutvikling. Høye doser med laser ser også ut til å kunne hemme de tynne smertenervenes evne til å lede smerter, sier Bjordal.

Ifølge professoren er laser en støttebehandling, som bør kombineres med andre former for behandling. Dette kan for eksempel være treningsprogram og å få beveget på nakkeleddene.

Kan skrive medisinsk historie

Laserbehandling av muskel- og skjelettlidelser er tatt inn i trykkesystemet i Norge, og det norske fysioterapimiljøet er blant de første i verden som har begynt å bruke denne type behandling.

Kroniske nakkesmerter påvirker nesten 10- 24 % prosent av befolkningen, og er forventet å nå epidemiske høyder i løpet av de neste tiårene. Nakkesmerter er et typisk resultat av stress i det moderne samfunnet.

Bjordals forskning kan skrive medisinsk historie, siden de fleste medisinske fagbøkene

hevder at laser ikke er en effektiv behandling for kroniske nakkesmerter.

– *Må disse medisinske fagbøkene nå skrives om?*

– Man får håpe at dette gjennombruddet som har blitt dokumentert i et av verdens største medisinske tidsskrifter ikke går hus forbi, sier Bjordal.

Bakgrunn: "Efficacy of low-level laser therapy in the management of neck pain: A systematic review and meta-analysis of randomised placebo or active-treatment controlled trials" fra The Lancet, 13. November 2009.

Frøy Katrine Myrhol