

Siddestilling og spasticitetshåndtering hos den rygmarvsskadede

Af Kristine Rudkjær Larsen

Fysioterapeut

Afdeling for hjerne- og rygmarvsskader

Muskeloveraktivitet hos den rygmærskadede

Prævalens spasticitet	Prævalens af invaliderende spasticitet
65%	27%

Kan påvirke alle fire ekstremiteter og truncus

Ofte behandlede problematikker i hverdagen

Fleksion over fingrene

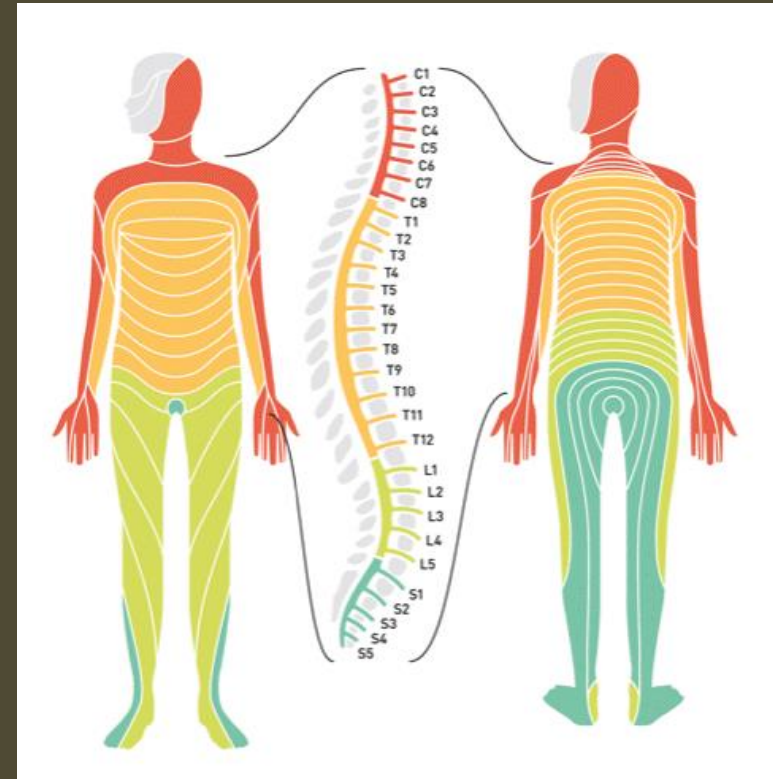
Ekstension/fleksion over albuen

Adduktion af hoften

Fleksion af hoften

Ekstension/fleksion af knæet

Klonus over fødderne



Behandling af muskeloveraktivitet

Baklofen - Tablet og pumpe

Botulinum toxin

Træning ved fysioterapeut og ergoterapeut

Selvtræning

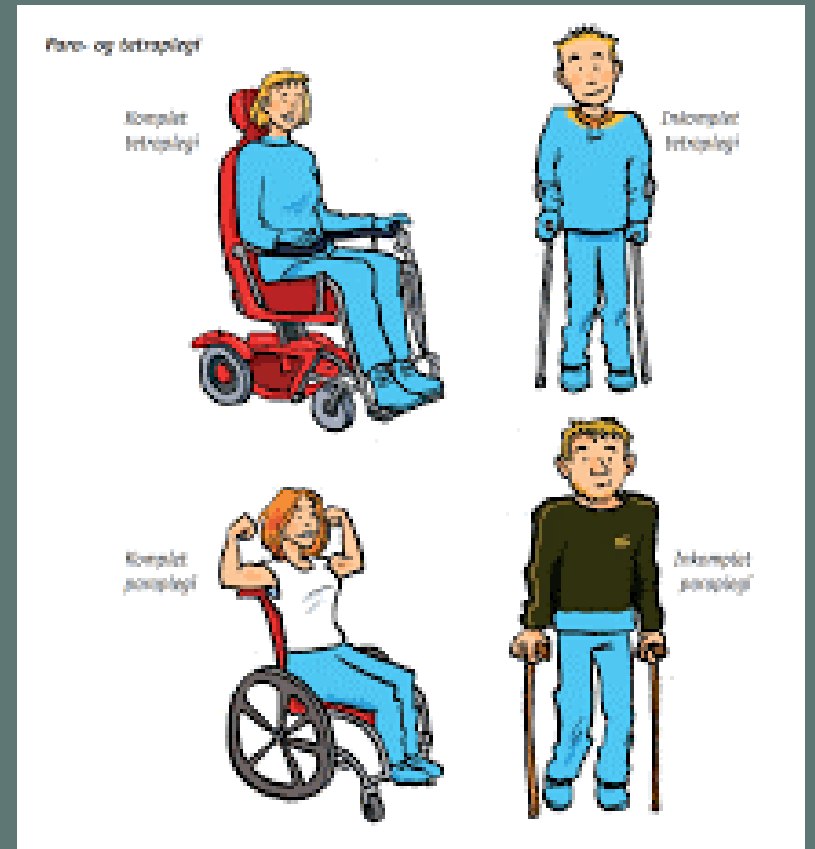
Styrketræning

Udspænding

EI-terapi

Rygmarvsskadet - siddestilling

- Påvirker siddestillingen
 - Truncusstabilitet
 - Nedsat styrke
 - Nedsat sensibilitet
 - Nedsat prorioception



Siddestilling og muskeloveraktivitet

Hvad trigger muskeloveraktiviteten?

- Optag en anamnese
 - Har patienten lagt mærke til, hvad der trigger?
 - Hvad afhjælper muskeloveraktiviteten?
 - Er der tidspunkter/situationer på dagen, hvor det er værst?
- Undersøg/palper patienten
- Prøv at fremprovokere muskeloveraktiviteten

Siddestillingsanalyse

- Gennemgå siddestilling fra foden til hovedet
 - Liggende
 - Siddende uden rygstøtte
 - Siddende med rygstøtte
- Er patienten klar over sin siddestilling?
 - Nedsat følesans
- Hvad er deres problem med siddestillingen?
 - Smerter, begrænsninger osv.

Siddestilling

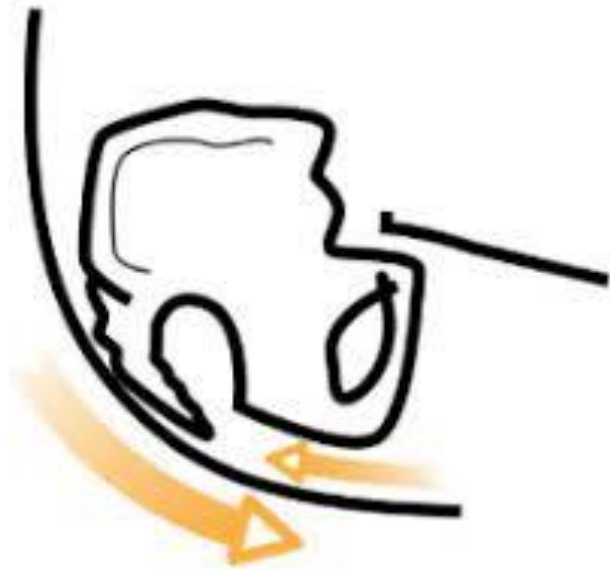
- Vigtigst for patienten?
 - Livskvalitet
 - Frihed i kørestolen
 - Selvstændig som muligt
 - Mindske smerter eller ubehag
- Fra starten lære patienten/borgeren at skifte stilling.
- Teknikker til selvmobilisering i kørestolen.

Case: Traumatisk paraplegi T4

- Paraplegi – skadet for 2 år siden i bilulykke
- Muskeloveraktivitet i UE, der trækker op i maven.
 - Knæ fleksorer bilat.
 - Hoftens adduktor bilat.
 - Smerter op langs siden af truncus og maven
- Siddestilling i kørestol
 - Sidder i en krydsramme kørestol
 - Bagud kippet bækken siddende i kørestol
 - Knæ falder mod hø. – manglende understøttelse af ben fra midt på låret

Mål: Kunne forcere en kantsten på 5 cm i kørestol

Case: Traumatisk paraplegi T4



Case: Traumatisk paraplegi T4

Hvad trigger muskeloveraktiviteten?

- Forflytninger, mobilisering på briks, passiv bevægelse af ben.
- Kan siddestilling skyldes kompensation
- Kontrakt og stramme haser

Hvad afhjælper?

- Udspænding – kort periode
- Stand i ståbord og mobilisering af ben

Justering af siddestilling

- Mavebælte i 1 time om dagen – forsøg på at sidde ret op
- Justering af ryggen
- Vinkle kørestolen – højere foran end bagved



Case: Traumatisk tetraplegi C7

- Tetraplegi – skadet for 5 måneder siden
- Muskeloveraktivitet i UE
 - Adduktion af hofte bilat.
 - Ekstension og fleksion af knæ bilat.
 - Trækker op i maven ved fleksion og ekstension af knæ
- Siddestilling i kørestol
 - Sidder i fastramme kørestol
 - Konstant adduktion af benene
 - Enten fødderne bagved eller foran fodstøtten

Mål: Kunne køre udendørs i kørestol uden fødderne falder ned af fodpladen

Case: Traumatisk tetraplegi C7

Hvad trigger muskeloveraktiviteten?

- Ujævnt underlag
- Forflytning, siddende balance
- Berøring (Spasmer)

Hvad afhjælper?

- Udspænding af ben
- Mobilisering
- Hårde og faste berøring og tryk
- Justering af siddestilling
 - Ændre vinkel på fodstøtte samt sætte skumpude på

Case: Myelomeningocele



- **Født med rygmarvsbrok**
 - Tethered cord
 - Fistel sakralt
- **Muskeloveraktivitet i UE**
 - Adduktion af hoften bilat
 - Knæ ekstension bilat.
- **Siddestilling i kørestol**
 - Sidder i fastramme kørestol og bruger hjælpemotor udendørs
 - Knæ ekstension ved kørsel over ujævnt underlag

Case: Myelomeningocele



Hvad trigger muskeloveraktiviteten?

- Ujævnt underlag
- Berøring

Hvad afhjælper?

- Vejrtrækning
- Hård styrketræning

Justering af siddestilling og kørestol

- Ændring af vinkel på fodplade
- Bruge benstrop ved kørsel med hjælpemotor
- Aktivt bruge vejrtrækningen

Case: Traumatisk tetraplegi C3

- Tetraplegi – skadet for næsten 30 år siden
- Muskeloveraktivitet i UE og OE
 - Øget tonus i hoftens adduktor og i knæ fleksion
 - Øget tonus i pectoralis, albue fleksion og fingre fleksion
 - Torticolli
- Siddestilling i kørestolen
 - Sidder i komfortstol
 - Hovedet drejer mod ve.
 - Skuldre adduceret
 - Knæ falder mod venstre – rotation over bækkenet

Mål: Kunne sidde i komfortstol uden af glide frem samt få understøtte hovedet i den siddende stilling

Case: Traumatisk tetraplegi C3

Hvad trigger muskeloveraktiviteten?

- Der er konstant øget tonus i flere af musklerne
- Berøring af adduktorlogen

Hvad afhjælper?

- Udspænding

Justering af siddestilling og kørestol

- Hoftebælte mod glid fremad
- Nakkestøtte – specifikt designet
- Justering af puden
- Instruktions til BPA – hjælpere

Den bedste siddestilling er den næste siddestilling.





Spørgsmål

