



## Status om nakkesmerter

Jull G, Sterling M, Falla D, Treleaven J, O'Leary S:  
**Whiplash, Headache and Neck Pain – Research-based directions for physical therapies**

Churchill Livingstone, Elsevier, 2008.

Sider: 243

Pris: kr. 375,-

ISBN 978-0-443-10047-5

Endelig: en bok som samler solid forskningsbasert klinisk kunnskap om nakkeplager.

Forskningsgruppen fra universitetet i Queensland i Australia, med Gwendolen Jull i spissen, har klart mesterstykket å kombinere solide klinisk resonnementer med forskning i en meget aktuell bok.

Introduksjonsdelen gir oversikt over de siste 20 års radikale utvikling innen klinisk forskning på nakkeslengskader, nakkesmerter og hodepine. Fokus i fysioterapifaget har nå en stund skiftet fra patoanatomiske diagnoser til det å forstå mekanismer og smertefysiologi, noe bokens innhold bekrefter. Introduksjonen tar for seg struktur og funksjon av cervical columnna på en kort og konsis måte. Den oppsummerer forskningsarbeid om skaderelaterte forandringer i ulike systemer, blant annet muskelkontrollsystemet, det sensoriskmotoriske kontrollsystemet og forstyrrelser av postural stabilitet og synskontroll.

Andre del tar for seg anvendt kliniske viten som grunnlaget for fysioterapeuters forståelse av undersøkelse og behandling av nakkeplager.

Den tredje delen diskuterer mulige undergrupper og diagnoser innefor nakkeslengforbundne dysfunksjoner, cervicogen hodepine og cervicobrachiale smertesyndromer. Den beskriver de tre ulike problemstillingene på en meget god måte, hvor forskningsresultater og grundige kliniske resonnementer ligger til grunn både for forklaringsmodeller og strategier for behandling.

Den siste delen er likevel den mest interessante for klinikere. I tillegg til gjennomgang av subjektiv og objektiv undersøkelse av cervicalcolumnna, er en stor del viet til hvordan man kan anvende treningsterapi for å bedre motorisk kontroll. Det som gjør boken meget nyttig for aktiv rehabilitering er spesielt systematikken i opptreningen av det sensomotoriske systemet, med mange gode praktiske tips.

Boken kan derfor anses som en gave til terapeuter som ikke har tid til å lese de godt over 100 artiklene som de fem forfatterne har skrevet, bare det siste tiåret. Spesielt klinikere som behandler pasienter med nakkeplager, anbefales å lese den grundig. Gjerne flere ganger.

I sum er dette en bok for den som er opptatt av kunnskapsbasert praksis og vil utvide sine undersøkelser og behandlingsformer ut over tradisjonell trenings- og manuellterapi.

**Svein Erik Kristiansen**  
**BSc (Hons) Pg Dip Ma MT**  
**Manuellterapeut**  
**Hans & Olaf Fysioterapi, Oslo**