



## Rygsmarter er et voldsomt stigende problem - især blandt ældre

---

**Nye data viser, at rygsmarter er et voldsomt stigende problem. Prognosen fortæller, at der i 2050 vil være 10% flere danskere med alvorlige rygproblemer end i dag. Professor Jan Hartvigsen fra Syddansk Universitet er bekymret over udviklingen.**

Sammenslutningen af internationale forskere i organisationen "The Global Burden of Disease", der holder øje med verdens befolknings sundhedstilstand, har analyseret over 30 års globale sundhedsdata.

Den danske professor og forskningsleder ved Center for Sundhed i Muskler og Led på SDU's Institut for Idræt og Biomekanik, Jan Hartvigsen, deltager i den forbindelse i en forskergruppe, ledet af Manuela Ferreira fra University of Sydney, der nu for første gang har kortlagt den globale udvikling i forekomst af rygsmarter.

Forskerne har brugt avancerede computermodeller til at fremskrive tal for rygsmarter, der i dag offentliggøres i det højt rangerende tidsskrift The Lancet Rheumatology, og som viser, at antallet af tilfælde af lænderygsmarter vokser voldsomt:

- Globalt set vil der i 2050 være 843 millioner mennesker, der er ramt af rygsmarter. Det er 36% flere med alvorlige rygproblemer end i dag, fortæller professor Jan Hartvigsen fra Institut for Idræt og Biomekanik ved Syddansk Universitet, der også rådgiver verdenssundhedsorganisationen WHO iforhold til at udarbejde globale retningslinjer for behandling af rygsmarter.

- Stigningen i Danmark vil være cirka 10%, hvilket er lavere, men stigningen er markant, fordi vi har en mindre tilvækst i befolkningstallet end mange andre lande. Det vil være et enormt problem – både i forhold til de enkelte mennesker, der har svært ved at klare deres hverdag og for samfundsøkonomien, siger Jan Hartvigsen.

Det er især ældre, der påvirkes

Man taler om 'alvorlige rygsmarter', når smerterne påvirker en persons evne til gøre, hvad vedkommende har brug for i sin hverdag; for eksempel at gå på arbejde, klare indkøb og være selvhjulpent i hjemmet.

De nyeste tal fra Sundhedsstyrelsen er fra 2022-rapporten 'Sygdomsbyrden i Danmark', og de viser, at 1.7 millioner danskere angiver at have rygsmarter.

- I Danmark er vi allerede på et meget højt niveau, men de nye globale tal peger på, at vi vil se en yderligere stigning – specielt hos ældre. Dette bliver en udfordring i forhold til, hvordan deres evner bliver i forhold til at blive på arbejdsmarkedet, men også i forhold til det behov de får for hjælp, når de forlader det, siger Jan Hartvigsen.

- I sundhedssystemet ser vi stort set ingen tilbud, der er skræddersyede til ældre. Det er jo ganske foruroligende set i lyset af denne undersøgelse. Vi ved, at rygsmerte påvirker funktionsevnen stærkt hos ældre, og at ældre med rygsmerte er mindre selvhjulpne, specielt hvis de har andre samtidige kroniske sygdomme. Derfor har rygsmerte så store negative konsekvenser for ældre – og også for samfundet, fordi de kræver mere hjælp i hverdagen.

## **Kvinder rammes hårdere end mænd, og vi ved ikke hvorfor**

Den nye undersøgelse viser, at rygsmerte påvirker mennesker i alle aldre, men at de især påvirker ældre mennesker og specielt kvinder.

- Vi mangler gode tilbud til ældre mennesker, og vi mangler forskning i, hvordan vi bedre hjælper ældre mennesker med rygsmerte. I særdeleshed savner vi viden om rygsmerte hos kvinder.

- Gennem hele livet rapporterer kvinder hyppigere rygsmerte og at de er mere besværede af dem. Vi kender ikke i dag årsagen til den forskel, siger Jan Hartvigsen.

## **Sundhedsvæsenet har ikke nok fokus på det, der virker**

Professoren mener, at vi i Danmark har brug for at gentænke den måde, sundhedsvæsenet er indrettet på, når det drejer sig om rygproblemer:

- Vi kan ikke blive ved med at tilbyde patienterne en behandling, som vi véd ikke virker! Vi har for meget fokus på medicin - især stærk smertestillende – og operationer. Der er behov for, at vi investerer meget mere i forebyggelse, oplysning, og for at sundhedsvæsenet tilbyder de behandlinger, vi forskere anbefaler. Det sker ikke i dag, fortæller Jan Hartvigsen.

- Vores tilgang til rygsmerte har været at reagere, når de kommer. Men vi tilbyder ikke borgere og patienter den rådgivning og behandling, vi ved er mest effektiv. Og vi gør meget lidt for at forebygge gennem oplysning og tilbud om fysisk træning og manuel behandling. Det må og skal vi ændre på, understreger Jan Hartvigsen.

## **Læs mere**

→ [Læs den videnskabelige artikel i The Lancet Rheumatology](#)

→ [Læs mere om The Global Burden of Disease her](#)

→ [Se 'sygdomsbyrderapporten' fra Sundhedsstyrelsen](#)



## Del siden på

 FACEBOOK

 X

 LINKEDIN

 EMAIL

 KOPIÉR LINK