

Kronisk orofacial smerte

Kronisk smerte er et betydelig hel-seproble, og vi bruker mange ressurser på undersøkelse og behandling av dette, sa dosent, overtannlege Per Alstergren, Malmø, og professor Tore Bjørnland, Oslo. Smerter anses som kroniske når de har vart i mer enn tre måneder.

En svensk undersøkelse har vist at cirka 18 prosent av befolkningen har kroniske smerter av middels eller høy intensitet. For mange har tilstanden vart i årevis, snitt på syv år. Ulike studier har rapportert at mellom syv og tolv prosent av befolkningen har kroniske orofasiale smerter. Kvinner mellom 30 og 60 år er overrepresentert. Typisk er at de har vært hos mange behandlere uten at plagene er vesentlig redusert. Mange med orofasiale smerter har også kroniske smerter andre steder på kroppen.

Målet med terapi for kroniske smertepasienter er å redusere smerteintensiteten mer enn å fjerne smerten helt. Det kan være nyttig å kombinere ulike behandlinger som farmaka, avlastning (bittskinne), motorisk aktivering og



Per Alstergren (t.v.) og Tore Bjørnland samarbeidet om forelesningen om kronisk smerte. Målet med behandlingen er oftere å redusere smerten enn å fjerne den helt. Foto: Kristin Aksnes

sensorisk aktivering. Atferdsendring kan også inngå, pasienter med negative tanker (katastrofiering) plages mer av smerte enn pasienter som aktivt forsøker å styre smerten. Man skal være tilbakeholden med å gjøre invasiv terapi,

selv om pasienten mener at en tann eller restaurering er opphavet til smerten.

Jon E. Dahl