

Bilaga 4 – Rehabilitering

En person med NPH kan söka primärvårdsrehabilitering som första instans. Fysioterapeuter och arbetsterapeuter inom primärvårdsrehabilitering bör vara uppmärksamma på symtom som kan tyda på NPH. Om sådana symtom uppmärksammas, bör personen hänvisas till en primärvårdsläkare för vidare utredning enligt vårdförloppet.

En bedömning av rehabiliteringsbehov ska genomföras enligt ICF [1, 2] utifrån anamnes om funktionsnedsättning, aktivitetsbegränsning och delaktighetsinskränkning [2].

Vid behov av rehabiliteringsinsatser ska en individuell rehabiliteringsplan med sammanfattande bedömning, mål, åtgärder och uppföljning utifrån ett personcentrerat förhållningssätt upprättas. Bedömningen utgår från hälso- och sjukvårdens utredning i relation till personens förmågor, behov och intressen. Rehabiliteringen avslutas när rehabiliteringsplanens mål är uppfyllda eller om målen inte är uppfyllda men ytterligare åtgärder inte bedöms bidra till måluppfyllelse [2].

Den kombinerade symtombilden med trötthet, nedsatt initiativförmåga, gång- och balanssvårigheter samt ibland också inkontinens medför ofta att personer med NPH kan bli inaktiva både före och efter en shuntoperation [3]. Personer med NPH faller oftare och är och mer rädda för att falla än friska äldre [4]. Många har också en nedsatt livskvalitet och det sociala livet kan påverkas inom fler områden [5].

Preoperativ rehabilitering

Under utredningen och inför operation bör patientens behov och önskemål kring rehabiliteringsinsatser utredas. En generell målsättning med preoperativa rehabiliteringsinsatser under utredningstiden eller vid fastställd diagnos är att identifiera fallrisk och motverka fall [4, 6-7] samt bibehålla så god fysisk funktion och aktivitetsförmåga som möjligt inför shuntoperationen. Insatserna kan innehålla åtgärder för ökad eller bibehållen fysisk aktivitet, utprovning av hjälpmedel eller anpassning av den omgivande miljön [6]. En del i rehabiliteringen kan också innefatta åtgärder kring levnadsvanor för att eftersträva bästa möjliga förutsättning inför det kirurgiska ingreppet [8, 9].

Postoperativ rehabilitering

Få kontrollerade studier har studerat effekten av rehabiliteringsinsatser efter shuntoperation vid NPH [10, 11]. Det evidensbaserade arbetssättet utgår från de allmänna rekommendationerna om fysisk aktivitet och stillasittande för äldre personer [12, 13]. NPH-symtomen förbättras efter en shuntoperation men den fysiska aktivitetsnivån är ofta fortfarande på en mycket låg nivå efter operationen

[3]. Det kan också finnas en kvarstående ökad risk att falla och personer med NPH graderar högre fallrädsla efter shuntoperationen än äldre i jämförbar ålder [4]. Målsättningen med postoperativa rehabiliteringsinsatser är att stärka de förbättrade funktionerna, de kvarstående aktivitetsbegränsningarna och delaktighetsbegränsningar utifrån uppsatta mål [2, 14].

Referenslista för Bilaga 4 – Rehabilitering

1. Socialstyrelsen. Internationell klassifikation av funktionstillstånd, funktionshinder och hälsa, ICF [Internet]. [citerad 2024 Mars 13]. Hämtad från: <https://www.socialstyrelsen.se/statistik-och-data/klassifikationer-och-koder/icf/>
2. Kunskapsstyrning hälso- och sjukvård. Rehabilitering och delar av försäkringsmedicinskt arbete – generisk modell [Internet]. [citerad 2024 April 09]. Hämtad från: <https://kunskapsstyrningvard.se/kunskapsstyrningvard/kunskapsstod/publiceradkunskapsstod/rehabiliteringochforsakringsmedicin/rehabiliteringochdelaravforsakringsmedicinsktarbetegeneriskmodell.73328.html>
3. Rydja J, Kollén L, Ulander M, Tullberg M, Lundin F. Physical Capacity and Activity in Patients With Idiopathic Normal Pressure Hydrocephalus. *Front Neurol*. 2022 Mar 28;13:845976.
4. Larsson J, Israelsson H, Eklund A, Lundin-Olsson L, Malm J. Falls and Fear of Falling in Shunted Idiopathic Normal Pressure Hydrocephalus - The Idiopathic Normal Pressure Hydrocephalus Comorbidity and Risk Factors Associated with Hydrocephalus Study. *Neurosurgery*. 2021 Jul 1;89(1):122–8.
5. Petersen J, Hellström P, Wikkelsø C, Lundgren-Nilsson A. Improvement in social function and health-related quality of life after shunt surgery for idiopathic normal-pressure hydrocephalus. *J Neurosurg*. 2014 Oct;121(4):776-84.
6. Nikaido Y, Kajimoto Y, Akisue T, Urakami H, Kawami Y, Kuroda K, et al. Dynamic Balance Measurements Can Differentiate Patients Who Fall From Patients Who Do Not Fall in Patients With Idiopathic Normal Pressure Hydrocephalus. *Arch Phys Med Rehabil*. 2019 Aug 1;100(8):1458–66.
7. Kunskapsguiden. Fallolyckor och fallprevention [Internet]. [citerad 2024 April 5]. Hämtad från: <https://kunskapsguiden.se/omraden-och-teman/aldre/fallolyckor-och-fallprevention/>
8. World Health Organisation. Tobacco and postsurgical outcomes. World health organisation; 2020. [citerad 2024 April 09]. Hämtad från: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240000360>
9. Socialstyrelsen. Nationella riktlinjer för prevention och behandling vid ohälsosamma levnadsvanor - Stöd för styrning och ledning. Stockholm: Socialstyrelsen; 2018.
10. Rydja J, Kollén L, Hellström P, Owen K, Lundgren Nilsson Å, Wikkelsø C, et al.

Physical exercise and goal attainment after shunt surgery in idiopathic normal pressure hydrocephalus: a randomised clinical trial. Fluids Barriers CNS 2021 181. 2021 Nov 22;18[1]:1–11.

11. Nikaido Y, Urakami H, Okada Y, Akisue T, Kawami Y, Ishida N, et al. Rehabilitation effects in idiopathic normal pressure hydrocephalus: a randomized controlled trial. J Neurol. 2023 Jan 1;270(1):357–68.
12. Folkhälsomyndigheten. Rekommendationer för fysisk aktivitet och stillasittande [Internet]. [citerad 2024 April 9]. Hämtad från: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/mat-fysisk-aktivitet-overvikt-och-fetma/fysisk-aktivitet-och-stillasittande/riktlinjer-och-rekommendationer-for-fysisk-aktivitet-och-stillasittande/rekommendationer-for-fysisk-aktivitet-och-stillasittande/>
13. FYSS – Evidensbaserad kunskapsbas. För vuxna, äldre och gravida - Fysisk aktivitet i sjukdomsprevention och sjukdomsbehandling [Internet]. [citerad 2024 April 9]. Hämtad från: <https://www.fyss.se/for-vuxna/>
14. Rydja J. Gait characteristics, physical activity and subjective outcome after shunt surgery in normal pressure hydrocephalus [Doktorsavhandling på internet]. Linköping: Linköpings universitet, LiU Tryck; 2024 [citerad 2024 April 9]. Hämtad från: <https://liu.diva-portal.org/smash/record.jsf?pid=diva2%3A1825179&dswid=-1543>