

# Smertelæge: ”Patienter skal lære at leve med smerter”

Patienter med kroniske smerter skal lære at leve med smerterne, mener Gitte Handberg, specialeansvarlig overlæge for Smertecenter Syd, OUH. Hun ser det som en god start, at en ny politisk plan tager fat i problemet.



Gitte Handberg er specialeansvarlig overlæge på Smertecenter Syd, OUH. Foto: Lars Bye Møller.

**Af**

Jonas Sindberg Østergaard, [jsi@dadl.dk](mailto:jsi@dadl.dk)

Det nytter ikke noget at give patienter med kroniske smerter medicinsk behandling. De bliver nødt til at tilpasse sig en hverdag, hvor de har accepteret at leve med vilkårene. Det mener Gitte Handberg, der er specialeansvarlig overlæge på Smertecenter Syd,

OUH og tidligere formand for Dansk Smerteforum, som vil fremme kendskabet til smertebehandling og -forskning i Danmark.

”Befolkningen og behandlere har en forventning om, at patienter kan helbredes for mere, end hvad de rent faktisk kan. Og i forsøget på at lindre patienterne resulterer det i, at vi får lavet nogle for hidsige medicineringsprojekter. Akutte smerter kan behandles fremragende med medicin, men ligeså snart, det er noget, der varer længe eller er kronisk, får medicin en mindre og mindre fremtrædende rolle. Og så bliver vi nødt til at sige, at folk skal lære at leve med det”, siger Gitte Handberg.

Emnet har for nylig fået opmærksomhed, [da regeringen og Dansk Folkeparti blev enige](#) om at afsætte 14 mio. kr. over fire år til at afdække problematikken. Gitte Handberg er glad for, at emnet har fået Christiansborg-politikernes bevågenhed, men glæder sig også over, at et af fokuspunkterne bliver at reducere antallet af danskere i morfinbehandling.

”De patienter, jeg tager imod, har i gennemsnit haft smerter i 10 år. Når de kommer ind med deres medicin, som blev sat i gang for 10 år siden, må vi erkende, at der for manges vedkommende ikke er nogen effekt tilbage - ingen effekt og alle bivirkningerne”, siger Gitte Handberg.

### **Læger skal oplyses bedre under uddannelse**

Ifølge Gitte Handberg skal der laves en informationsindsats på området for både befolkning og behandlere. Hun mener, at lægers uddannelse skal have et mere håndfast fokus på smertebehandling, hvor det bliver understreget, at der er smerter, som ikke kan behandles væk.

”Vi skal have øget bevidstheden om, at behandling af kroniske og langvarige smerter med medicin i bedste fald er en kortvarig indsats, der skal ophøre, når patienten har lært at indrette sig i en hverdag uden medicin. Behandlere og borgere skal lære og forstå, at patienter med kroniske smerter skal leve med det vilkår, at smerterne ikke forsvinder”, siger Gitte Handberg.

850.000 danskere er ramt af smerter, der varer længere end seks måneder, så derfor kommer lægerne til at møde patienter med kroniske smerter uanset, hvilket speciale

de siger mod. Derfor går det ifølge Gitte Handberg ikke, at lægerne står uden forberedelse på, hvad de skal gøre, når medicinbehandling ikke virker.

- **Behandlere og borgere skal lære og forstå, at patienter med kroniske smerter skal leve med det vilkår, at smerterne ikke forsvinder**

*Gitte Handberg, specialeansvarlig overlæge på Smertecenter Syd, OUH*

### **Psykosocial smertebehandling**

”Det er ikke nemt at få at vide, at ens smerter ikke kan lindres, og det kan være svært at indse, at det skal være ens hverdag i mange år og i nogle tilfælde resten af livet. Der skal gøres en indsats for at hjælpe patienter med kroniske smerter, og på smertecentrene arbejder de med flere metoder, der ikke involverer medicin,” siger Gitte Handberg og fortsætter:

”Behandlingsformålet skal være en bedre livskvalitet, bedre trivsel og mere overskud i hverdagen. De solstrålehistorier, som vi har dagligt her i smertecentret, er typisk tilvejebragt via psykosocial smertebehandling, hvilket har vist sig at være meget givende. Det er det, der for alvor øger trivslen hos patienterne”, siger Gitte Handberg.

På smertecentrene landet over er den psykosociale smertebehandling i højsædet, når det handler om behandling af patienter med kroniske smerter. Gitte Handberg håber, at regeringen og Dansk Folkepartis politiske plan om at afdække problematikken ender ud i, at psykosocial smertebehandling bliver den primære behandling for patienter med kroniske smerter, og at antallet af danskere på medicinsk behandling bliver reduceret.