



EUROPEAN PAIN FEDERATION

# SMERTE CURRICULUM TILEGNET PROFESSIONS BACHELORUDDANSEN I FYSIOTERAPI

AUGUST 2023

Endorsed by





## **Dedikation**

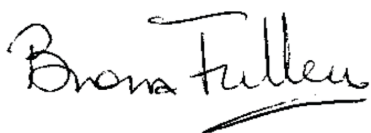
Dette curriculum er dedikeret til de millioner af mennesker i hele Europa, der lever med smerte, og til fysioterapiundervisere og klinikere, der underviser studerende i evidensbaseret praksis for at hjælpe dem med at håndtere deres fremtidige patienter.

## Forord

The European Pain Federation (EFIC®) har udviklet et smertecurriculum rettet mod professionsbacheloruddannelsen i fysioterapi med det formål at give opdateret viden om smerte, klinisk ræsonnering og bedste kliniske praksis til undervisere tilknyttet fysioterapeutuddannelserne. Dette curriculum uddyber mål for læringsudbytte, der skal opnås gennem undervisning og forskellige tilgange til læring for at imødekomme mangfoldigheden af smerte og fysioterapi på tværs af Europa. Det er udarbejdet i overensstemmelse med vores ønske om at dække relevante faktorer indenfor fysioterapiuddannelse, når det kommer til undersøgelsen og behandlingen af mennesker med smerte.

Dette curriculum bør læses i forbindelse med den aktuelle anbefalede litteraturliste, som kan findes på The European Pain Federation EFIC® hjemmeside. Dette smertecurricula er et dynamisk redskab, der påvirkes af fremskridt inden for fysioterapiforskning og -uddannelse, og det bliver derfor gennemgået og opdateret regelmæssigt. Vi er the Faculty of Pain Medicine of Australia and New Zealand evigt taknemmelige for at tillade os at bruge deres curriculum som grundlag for dette tilpassede curriculum tilegnet grunduddannelsen i fysioterapi. Vi takker også de reviewere (opført til sidst), der bidrog til det oprindelige fysioterapicurriculum med deres professionelle ekspertise og tid til at gennemgå og tilpasse et curriculum til brug i Europa.

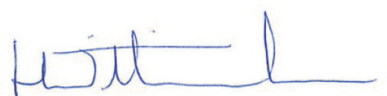
Vi takker særligt styregruppen (Catherine Blake, Catherine Doody, An De Groef, Morten Høgh, Albere Koke, Joseph Mc Veigh, Keith Smart og Henrik Bjarke-Vægter).



Dr. Brona Fullen

Præsident, European Pain Federation EFIC

Juli 2023



Professor Harriet Wittink

Næstformand for EFIC's Uddannelsesudvalg

## Endorsement

I takt med at sundhedssystemet forandrer sig, er den essentielle rolle, som fysioterapi spiller i smertehåndtering, blevet stadig mere udtalt. Det er et privilegium og med stor overbevisning at vi i et samarbejde mellem The European Pain Federation EFIC® og anerkendte bidragsydere fra the European Network of Physiotherapy in Higher Education (ENPHE) byder dette curriculum i smerteuddannelse inden for professionsbacheloruddannelsen i fysioterapi velkommen.

Dette omfattende curriculum står som et vidnesbyrd på de progressive skridt, der tages for at anerkende smerte som en kompleks tilstand inden for sundhedsvæsenet. Smerte, en universel menneskelig oplevelse, som kræver en nuanceret forståelse, især inden for fysioterapi, hvor vejene mellem bevægelse, funktion og generel trivsel krydser hinanden. Det fælles arbejde mellem The European Pain Federation EFIC® og ENPHE har resulteret i et curriculum, der ikke kun adresserer det teoretiske grundlag for smerte, men også oversætter denne viden til klinisk praksis skræddersyet til kommende fysioterapeuter. Ved at bygge bro mellem akademisk viden og kliniske kompetencer sikrer dette curriculum en holistisk tilgang til smerteuddannelse, og beriger både viden, færdigheder og kompetencer hos kommende professionsuddannede fysioterapeuter. Støtten og godkendelsen fra ENPHE understreger forpligtelsen til at fremme standarderne for fysioterapeuters uddannelse indenfor smerteområdet.

Deres videnskabelige bidrag har været afgørende for at udfærdige og tilpasse afsnit af dette curriculum og berige det med samtidsindsigter og evidensbaseret praksis. Vi bifalder dedikationen fra alle involverede i tilblivelsen og udviklingen af dette curriculum og anerkender den kollektive indsats for at løfte det uddannelsesmæssige grundlag for kommende fysioterapeuter. Dette curriculum vil utvivlsomt tjene som et fundament for at fremme kompetente, empatiske og dygtige fysioterapeuter, der er rustet til at tackle smertens kompleksitet inden for forskellige dele af sundhedsvæsenet. Vi vil afslutningsvis understrege vores dedikerede støtte til dette curriculum med en klar forventning om implementering af dette i bachelorprogrammer i fysioterapi på tværs af Europa og videre derfra. Må implementeringen varsle en ny æra med fremragende smerteuddannelse inden for fysioterapifeltet og klæde kommende fysioterapeuter på til at bidrage meningsfyldt til tage sig godt af patienterne og deres trivsel.

Bestyrelsen i the European Network of Physiotherapy in Higher Education (ENPHE) August 2023

August 2023



## Indholdsfortegnelse

Introduktion .....	8
Praksisområde .....	9
Læringsmål .....	10
Afsnit Et: Smerteviden og -kendskab .....	13
1.1 Smertemekanismer .....	14
1.2 International Association for the Study of Pain Taksonomi .....	14
1.3 Smertens Komplekse og Multidimensionelle Natur .....	14
1.4 Smertens Påvirkning .....	14
Afsnit To: Principper for Undersøgelse og Måling .....	15
2.1 Undersøgelse .....	16
2.2 Resultatmål.....	16
Afsnit Tre: Principper for Behandling .....	17
3.1 Kommunikation .....	18
3.2 Uddannelse .....	18
3.3 Adfærdsterapi .....	18
3.4 Fysisk aktivitet .....	18
3.5 Behandlingsmetoder .....	18
Afsnit Fire: Smertegrupper / Særlige Patientpopulationer .....	19
4.1 Specifikke Smertetilstande .....	20
4.2 Smertevurdering og -håndteringsstrategier for Specifikke Populationer .....	20
4.3 Yderligere Overvejelser .....	20
Anerkendelser .....	21

## Introduktion

Smerte er et stort uløst sundhedsproblem over hele verden. Den er universel, uden alder, race, social klasse, nationale eller geografiske grænser. Den har store tilknyttede omkostninger; økonomiske såvel som enorme byrder i form af forringet livskvalitet for den smerteramte, hans/hendes familie og nærmeste omgivelser. Det er skønnet at omkostningerne ved kronisk smerte som en sygdomstilstand, er på linje med de store sygdomskategorier som hjerte-kar-sygdomme og kræft. Forekomsten af kronisk smerte ses at stige med alderen; i takt med succesen af helbredende og forebyggende medicin og den efterfølgende stigning i gennemsnitlige levetider, er problemet med kronisk smerte sandsynligvis stigende i den nærmeste fremtid.

Smertehåndtering er den primære årsag til, at folk opsøger fysioterapi for behandling, og fysioterapeuter er af stor betydning i det team af sundhedsprofessionelle, der hjælper mennesker med at navigere i deres smerte inden for en biopsykosocial ramme. Smertevidenskab er et kerneområde i en fysioterapiuddannelse og er en integreret del på tværs af de tre store områder inden for muskuloskeletal, neurologisk og kardiorespiratorisk uddannelse. I øjeblikket er der i Europa intet standardiseret curriculum eller fælles uddannelsesramme for fysioterapeuter i forhold til smerte, til trods for at sundhedsprofessioners uddannelse i smertehåndtering gentagne gange er blevet dokumenteret som utilstrækkelig på verdensplan. Forskelle i viden og smerteforskning på tværs af Europa kan derfor resultere i uensartede tilbud af sundhedsydelser og omkostninger og mest betydningsfuldt bidrage til store forskelle i patienters livskvalitet.

Ved offentliggørelsen af dette EFIC smertecurriculum, tilegnet bachelorprogrammer, tilstræbes det at harmonisere viden om smerte i Europa gennem vejledning rettet mod alle akademiske fysioterapi-programmer, der søger at sikre, at deres dimittender kan imødekomme de udfordringer, som smertehåndtering indebærer i klinisk praksis. Dette er afgørende i et globalt samfund, hvis vi skal uddanne højt kvalificerede fysioterapeuter, der demonstrerer en helhedsorienteret og empatisk tværkulturel tilgang til patienthåndtering, og som baserer sig på evidens og forskningsmæssige færdigheder, der kan informere og forbedre fysioterapipraksis.

The European Pain Federation EFIC® er en tværfaglig professionel organisation inden for smerteforskning og medicin, der består af de 38 chapters i International Association for the Study of Pain (IASP®), som er de IASP-godkendte officielle nationale smerteselskaber i hvert land. Etableret i 1993 repræsenterer EFIC®'s konstituerede chapters næsten 20.000 forskere, læger, sygeplejersker, fysioterapeuter, psykologer og andre sundhedsprofessionelle over hele Europa, der er involveret i smertehåndtering og smerteforskning. Yderligere information kan findes på vores hjemmeside, <http://www.efic.org>.

For at understøtte uddannelse i smerte har EFIC en række uddannelsesmæssige ressourcer, herunder Pain Academy, EFIC Pain Schools og Pain Fellowships. Yderligere detaljer kan findes her <https://europeanpainfederation.eu/>



## Praksisområde

Fysioterapi sigter mod at fremme og maksimere patienters sundhedsmæssige status og trivsel via et personcentreret perspektiv inden for en biopsykosocial ramme.

Dette indebærer evaluering af personen som helhed og forståelse af alle de aspekter, der kan begrænse en patients trivsel. Smerte er måske den hyppigste og mest forstyrrende oplevelse, som patienter rapporterer, og det er vigtigt, at enhver sundhedsprofessionel har en omfattende forståelse af biologiske mekanismer samt af smerteoplevelsen for at gøre en tilstrækkelig behandling mulig.

Derudover skal fysioterapeuter anvende en bred vifte af færdigheder, herunder effektive kommunikationsstile, undervisning og reflekteret praksis, når de behandler og håndterer patienter ud fra anbefalinger om bedst mulige praksis.

Ud fra et klinisk perspektiv omfatter dette både undersøgelse og håndtering af personer med smerte. Området for smertefysioterapi omfatter tre store kliniske områder:

### 1. Akut smerte

- Post-operativt
- Post-traumatisk
- Smerter relateret til undersøgelse, behandling eller lignende procedurer
- Akutte smerteanfald ved medicinske tilstande

### 2. Smerter relateret til kræft

- Smerte på grund af tumorinvasion eller kompression
- Smerte relateret til diagnostiske eller terapeutiske procedurer
- Smerte som følge af kræftbehandling

### 3. Kronisk/varig smerte - inkluderer mere end 200 tilstande beskrevet i IASP Taxonomy.

## Indledning

### Smerte curriculum for professions bacheloruddannelsen i fysioterapi.

Formålet med dette curriculum er at definere det påkrævede niveau for mål for læringsudbytte og evaluering, som vil gøre det muligt at levere effektiv klinisk praksis inden for fysioterapi efter dimissionen.

## Formål med dette curriculum

1. At konkretisere det anbefalede område af praksis, der skal undervises i på professionsbachelorniveau i fysioterapi på tværs af Europa, herunder hvad der er nødvendigt for god kvalitet i en patientcentreret tilgang.
2. At konkretisere bredden og dybden af viden, omfanget af færdigheder og den professionelle tilgang, der skal undervises i på professionsbachelorniveau i fysioterapi for at sikre effektiv patientcentreret smertehåndtering.
3. At sikre ensartede standarder og læringsmål på tværs af forskellige lande i Europa ved at udarbejde en beskrivelse af standardkompetencer for fysioterapiuddannelser på professionsbachelorniveau.

## Læringsmål

Ved afslutningen af dette smertecurriculum bør den fysioterapistuderende være i stand til at:

### Afsnit Et: Smerteviden og -kendskab

- Demonstrere viden om og forståelse for den underliggende fysiologi og biologi bag akut og kronisk smerte.
- Diskutere International Association for the Study of Pain (IASP)'s definition af smerte og fænomener relateret til smerteneurovidenskab.
- Diskutere smertens komplekse og multidimensionale karakter.

### Afsnit To: Principper for Undersøgelse og Måling

- Demonstrere viden om og forståelse for den biopsykosociale undersøgelse af smerte.
- Klassificere smertemekanismer: nociceptiv, neuropatisk og nociplastisk smerte.
- Anvende World Health Organisation (WHO)'s Internationale Klassifikation af Funktionsevne, Funktionsnedsættelse og Helbred (ICF) i forbindelse med en biopsykosocial undersøgelse af smerte gennem hele livsløbet.
- Beskrive faktorer relateret til patient og sundhedsprofessionelle, der kan påvirke vurderingen af smerte.
- Udvide forståelse for den specialiserede undersøgelse foretaget af andre sundhedsprofessionelle.
- Anvende passende værktøjer til vurdering af risiko for kronicitet samt måleredskaber (fysisk aktivitet, søvn, daglige aktiviteter) på tværs af livsløbet.

### Afsnit Tre: Behandlingsprincipper

- Planlægge, diskutere og forhandle en individuelt tilpasset og evidensbaseret smertebehandlings- og -håndteringsplan samt muligheder sammen med patienten.
- Opsøge og samarbejde med kolleger og andre sundhedsprofessionelle for at optimere patientens velbefindende og forbedre patientens målparametre.
- Kritisk at kunne diskutere indikationer, effekter, komplikationer, håndtering, effektmål og patientopfølgning på fysioterapeutiske behandlingsmetoder relateret til smerte.
- Uddanne patienter om deres specifikke tilstand med hensyn til smerteneurofysiologi, adfærdsterapi og fysisk aktivitet.

### Afsnit Fire: Smerte subgrupper / Særlige Patientpopulationer

- Diskutere smertevurdering og smertehåndteringsstrategier for specifikke befolkningsgrupper.
- Diskutere problemstillinger vedrørende den løbende håndtering af forskelligartede smerteproblematikker ud fra et ligheds-, diversitets- og inklusionsperspektiv - relateret til køn, etnicitet, socioøkonomisk status, alder og aldring, høj vægt og komorbiditet.
- Demonstrere en grundlæggende forståelse af lægemiddelkategorier og de farmakologiske muligheder der er for smertehåndtering.
- Uddanne patienter om deres specifikke tilstand med hensyn til smerteneurofysiologi, adfærdsterapi og fysisk aktivitet.



# **Afsnit 1:**

## **Smertevidenskab og viden**

## 1.1 Smertemekanismer

1.1.1	Diskutere forskellene mellem nociception og smerte.
1.1.2	Diskutere aktuelle teorier om smerte, herunder de tre dimensioner i neuromatrix-teorien: smertens kognitive, sensoriske og affektive dimensioner: Kognitiv-evaluerende, Sensorisk-diskriminerende og Motiverende-affektiv.
1.1.3	Beskrive mekanismer for transduktion, transmission og modulering i de nociceptive nervebaner.
1.1.4	Beskrive anatomen og fysiologien af opadgående og nedadgående nervebaner i forbindelse med nociceptiv modulation i centralnervesystemet.
1.1.5	Beskrive det somatosensoriske nervesystem.

## 1.2 The International Association for the Study of Pain (IASP)'s definition af smerte og neurovidenskabsrelaterede fænomener

1.2.1	Definere almindelig terminologi og definitioner, der anvendes i smertemedicin f.eks. akut, kronisk, neuropatisk, spontan, gennembrud.
-------	---

## 1.3 Smertes komplekse og multidimensionelle karakter

1.3.1	Diskutere de ændringer der opstår i hjernen i forbindelse med kroniske smerter og deres mulige indvirkning på terapi og hjernerelaterede funktioner (herunder kognition, hukommelse og humør).
1.3.2	Diskutere adfærdsmæssige og kognitive smerteforklaringer; herunder common-sense, undgåelsesadfærd, katastrofetænkning, operant og klassisk konditionering.
1.3.3	Diskutere det neurofysiologisk overlap mellem kroniske smerter og almindelige følgesygdomme; herunder også stress, søvn, humør og angst.

## 1.4 1.4 Smertes indvirkning

1.4.1	Beskrive smerteepidemiologi ud fra prævalens og forekomst.
-------	--

**Afsnit to:**

**Principper for undersøgelse og måling**

## 2.1 Undersøgelse

2.1.1	Demonstrere evnen til at udføre en fyldestgørende biopsykosocial undersøgelse af patienten gennem hele livsforløbet ved hjælp af ICF-rammen, herunder udvise forståelse for de forskellige "flag", og hvordan de påvirker vurderingen og behandlingen (gul, rød, blå, sort, orange).
2.1.2	Demonstrere evnen til at identificere smertemekanisme(r) hos patienter; nociceptive, neuropatiske og nociplastiske smerter.
2.1.3	Demonstrere evnen til at identificere faktorer hos patienter og sundhedsprofessionelle, der kan påvirke behandlingen (patienter og sundhedsprofessionelles holdninger og overbevisninger, sundhedskompetencer, patienten og omgivelsernes respons på oplevelsen af smerte og sygdom, herunder den affektive, kognitive og adfærdsmæssige respons).
2.1.4	Demonstrere evnen til at anvende passende prognostiske værktøjer til risikovurdering.
2.1.5	Demonstrere evnen til at anvende en personcentreret tilgang og opnå en dybdegående forståelse for, hvordan smerte påvirker livet for den enkelte patient (biologisk, funktionelt, psykologisk såvel som arbejdsmæssige og sociale relationer).
2.1.6	Udvide forståelse for den specialiserede undersøgelse foretaget af speciallæger og andre sundhedsprofessionelle, og hvornår der henvises passende til dette.

## 2.2 Resultatmål

2.2.1	Demonstrere evnen til at udføre en fysisk undersøgelse, herunder vurdering af niveauet for fysisk aktivitet, funktion i dagligdagen (funktionstest og kapacitetsvurderinger) og søvn for forskellige patientgrupper, f.eks. børn, ældre osv.
-------	--



**Afsnit tre:**  
**Prinsipper for behandling**

### 3.1 Kommunikation

3.1.1	Planlægge, diskutere og forhandle en individualiseret interventionsplan og behandlingsmuligheder, baseret på evidens og den kliniske ræsonnering, og som tager højde for den kontekst, hvori patientens smerteoplevelse opstår.
3.1.2	Demonstrere evnen til at identificere de patienter som kræver en multimodal tilgang fra en sundhedsprofessionel, multidisciplinær tilgang fra et team og/eller henvisning til lægefaglige specialister og/eller andre sundhedsprofessionelle.
3.1.3	Demonstrere processen med fælles beslutningstagning og forhandling af en terapeutisk alliance med patienten hen imod implementering af en interventionsplan under hensyntagen til patientens sundhedskompetencer.

### 3.2 Uddannelse

3.2.1	Demonstrere evnen til at uddanne patienter omkring deres specifikke tilstand med hensyn til smerteneurofysiologi.
-------	---

### 3.3 Adfærdsterapi

3.3.1	Demonstrere en grundlæggende forståelse af kognitive og adfærdsmæssige terapier; herunder kognitiv adfærdsterapi, gradueret aktivitet, gradueret eksponering og den motiverende samtale samt kunne skelne mellem en smertebaseret og tidsbaseret behandlingsstrategi.
-------	---

### 3.4 Fysisk aktivitet

3.4.1	Demonstrere og anvende viden om evidensbaseret fysisk aktivitet og træningsplanlægning i håndteringen af kroniske smerter.
3.4.2	Demonstrere evnen til at inddrage patientuddannelse i træningsplanlægningen med henblik på målsætning, mestring, pacing, motivation, gradueret aktivitet, gradueret eksponering.

### 3.5 Behandlingsformer

3.5.1	Kritisk at kunne diskutere indikationer, effekter, komplikationer, håndtering og patientopfølgning for behandlingsformer relateret til smertefysioterapi.
3.5.2	Forstå principperne og anvendelsen af teorier om placebo og nocebo hos patienter med smerte.

**Afsnit fire:**

**Smerteundergrupper / særlige populationer**

## 4.1 Specifikke smertetilstande

4.1.1	Demonstrere evnen til at identificere undergrupper af patienter med smerte baseret på en multidimensionel undersøgelse og klinisk ræsonnering; inkluderende akutte og kroniske smerter, nociceptive og neuropatiske smerter, udbredte smerter (fibromyalgi), smerter relateret til cancer, viscerale smerter og komplekse smertetilstande.
-------	--

## 4.2 Smertevurdering og håndteringsstrategier for specifikke populationer

4.2.1	Diskutere problemstillinger vedrørende den løbende håndtering af forskelligartede smerteproblematikker ud fra et ligheds-, diversitets-, og inklusionsperspektiv - relateret til køn, etnicitet, socioøkonomisk status, høj vægt, alder og aldring.
-------	---

## 4.3 Yderligere overvejelser

4.3.1	Diskutere de risikofaktorer og mekanismer, der er involveret i overgangen fra akut til kronisk smerte, og kritisk vurdere evidensen for tiltag, herunder rehabilitering som kan reducere (dæmpe) denne overgang og fremme bedring. Dette inkluderer håndteringen af post-operative smerter.
4.3.2	Demonstrere evnen til at kunne tilpasse undersøgelsesstrategier, behandlingsplaner og evalueringer til patientgruppers specifikke behov; herunder, men ikke begrænset til, gravide kvinder, ældre (inklusive demensramte), spædbørn, børn og unge, patienter med psykiske lidelser, med aktuelle eller tidligere misbrugsproblemer, patienter med intellektuelle og/eller fysiske handicap og patienter med forskellige sproglige og kulturelle baggrunde.
4.3.3	Demonstrere en grundlæggende forståelse af lægemiddelkategorier og de farmakologiske muligheder, der er tilgængelige for håndtering af neuropatiske og nociceptive smerter f.eks. NSAIDS, opioider, antidepressiva, antikonvulsiva, capsaicin, cannabinoider, kortikosteroider.

## Anerkendelser

Den Europæiske Pain Federation EFIC® takker the Faculty of Pain Medicine of Australia and New Zealand for at give os mulighed for fra start at bruge deres 2014-curriculum som grundlag for vores Pain Medicine curriculum. Dette blev tilpasset til vores Pain Physiotherapy curriculum (2017) og nu til Smertecurriculum for Professionsbacheloruddannelsen i fysioterapi.

Vi takker de teams, der har arbejdet på European Pain Federation EFIC Smertecurriculum for Professionsbacheloruddannelsen i fysioterapi for deres tid og faglige ekspertise.

### EFIC Smertecurriculum Steering Committee Development Team:

Professor Harriet Wittink (Holland)\*

Professor Catherine Blake (Irland)\*

Professor Catherine Doody (Irland)\*

Dr. An de Groef (Belgien)

Dr. Morten Høgh (Danmark)

Dr. Brona Fullen (Irland)\*

Professor Albere Koke (Holland)

Dr. Joseph Mc Veigh (Irland)

Dr. Keith Smart (Irland)

Dr. Henrik Bjarke-Vaegter (Danmark)

\*Også medlemmer af UPPScAle Project Team

### Undergraduate Physiotherapy Pain Science Augmentation (UPPScAle) Projektteam:

Dr. Alan Kacin (Slovenien)

Dr. Snježana Schuster (Kroatien)

Dr. Ligia Rusu (Rumænien)

Dr. Urska Puh (Slovenien)

Dr. Ivan Jurak (Kroatien)

Mr. Han van Dijk (Holland)

### EFIC® Education Committee

Chair: Professor Frank Huygen, Vice-chair: Professor Harriet Wittink, Dr. Ed Keogh, Dr. Felicia Cox

### EFIC® Executive Board

President: Dr. Brona Fullen, Professor Thomas Tölle, Dr. Magdalena Kocot-K pska, Professor Patrice Forget, Dr. Silviu Brill, Professor Luis Garcia-Larrea

European Pain Federation EFIC®

Rue de Londres - Londenstraat 18

B1050 Brussels, Belgium

Cover, Design, layout and print: Total Design Belgium - Total Print

1<sup>st</sup> Edition 2023

ISBN number: 9789082740257

Printed in Belgium

Copyright © 2023 by European Pain Federation EFIC®

All rights reserved. This publication or any portion thereof may not be reproduced or used in any manner whatsoever without the express written permission of the publisher.



Find the curriculum on the EFIC® website under  
'Core Pain Curriculum for Bachelor / Pre-Registration Physiotherapy Programmes'

[www.efic.org](http://www.efic.org)

