



## Bilaga 2

1 (10)

Graviditetsrelaterad bäckensmärta - prioritering  
av forskningsfrågor, rapport 356 (2022)

### Bilaga 2 Övergripande forskningsfrågor och exempel på vad som kan tänkas ingå i frågan

#### Innehåll

Risikfaktorer och förebyggande åtgärder .....	2
Diagnostik.....	3
Behandling.....	4
Förlossning .....	6
Vårdens organisation, bemanning och kompetens .....	7
Bemötande och information .....	8
Familj, socialt liv och yrkesliv .....	9
Samhälle och ekonomi .....	10

Kategori	Nr.	Frågor att prioritera	Exempel på vad som kan tänkas ingå i frågan.
Riskfaktorer och förebyggande åtgärder	1.	Varför drabbas kvinnor av graviditetsrelaterad bäckensmäta?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Finns det en eller flera huvudsakliga orsaker?</li> <li>• Är det ärftligt?</li> </ul>
	2.	Finns det riskfaktorer för att drabbas av graviditetsrelaterad bäckensmäta, och i så fall vilka är riskfaktorerna?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vilka faktorer bidrar till att vissa utvecklar graviditetsrelaterad bäckensmäta?</li> <li>• Kan det vara hormoner, stress, belastning, träning, högt BMI, ländryggsbesvär, skadad svanskota, tidigare långvarig smärta, tidigare erfarenhet av graviditetsrelaterad bäckensmäta?</li> </ul>
	3.	Finns det en samsjuklighet mellan graviditetsrelaterad bäckensmäta och andra diagnoser eller besvär och hur påverkas i så fall bäckensmätan?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Överrörlighet, Ehlers-Danlos syndrom, struma, ryggsmärta, knäproblem med mera?</li> </ul>
	4.	Finns det sätt att undvika att drabbas av graviditetsrelaterad bäckensmäta under eller efter graviditet, och i så fall vilka är de skyddsfaktorerna?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Muskelstärkande träning, särskild livsstil, fysisk aktivitet, vila, kost och näringsämnen med mera?</li> </ul>
	5.	Om graviditetsrelaterad bäckensmäta efter graviditet påverkas av amning, hormoncyklar eller hormontillförsel, på vilket sätt sker det?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Påverkar hormonerna under menstruationscykel och klimakteriet graviditetsrelaterad bäckensmäta?</li> <li>• Påverkar hormontillförsel i form av hormonbaserade preventivmedel eller behandling vid IVF?</li> </ul>

Kategori	Nr.	Frågor att prioritera	Exempel på vad som kan tänkas ingå i frågan.
	6.	Om en kvinna drabbats av graviditetsrelaterad bäckensmärta vid en graviditet, hur kan det förebyggas vid nästa graviditet?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Påverkar tiden mellan graviditeter, vila, träning eller andra åtgärder?</li> </ul>
	7.	När en kvinna drabbats av graviditetsrelaterad bäckensmärta, vilka åtgärder är effektiva för att förebygga långvarig problematik med graviditetsrelaterad bäckensmärta efter förlossning?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Finns det insatser som kan förebygga att problemen kvarstår under en lång tid (eller blir kroniska) efter förlossningen?</li> </ul>
Diagnostik	8.	Hur ställs diagnosen graviditetsrelaterad bäckensmärta på ett så tillförlitligt sätt som möjligt?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Klinisk undersökning och medicinsk utredning, till exempel anamnes, smärtbeskrivning, bilddiagnostik, blodprov, rörelsetester, smärttester?</li> <li>Vikten av att det finns en specifik kod för bäckensmärta som kan sökas fram i patientjournalen?</li> </ul>
	9.	Finns det olika svårighetsgrader av graviditetsrelaterad bäckensmärta och vad karakteriserar i så fall dem?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Påverkas svårighetsgraden av vid vilken graviditetsvecka bäckensmärtnen startar eller om den startar efter förlossningen?</li> <li>Hur ser naturalförloppet ut?</li> <li>Kan kvinnan återfå bäckensmärtnen senare i livet till exempel i samband med klimakteriet?</li> <li>Påverkas svårighetsgraden av bäckensmärta av hur många gånger kvinnan varit gravid och fött barn?</li> <li>Varierar besvären och smärtan under dygnet?</li> </ul>
	10.	Hur skiljer man graviditetsrelaterad bäckensmärta, under eller efter graviditet, från andra besvär och	<ul style="list-style-type: none"> <li>Hur skiljer man graviditetsrelaterad bäckensmärta från reumatism,</li> </ul>

Kategori	Nr.	Frågor att prioritera	Exempel på vad som kan tänkas ingå i frågan.
		diagnoser som till exempel reumatism, diskbräck mm?	SLE <sup>1</sup> , förlossningsskador, bäckeninflammation, muskelproblematik, diskbräck eller en kotkompression med mera?
Behandling	11.	Vilken effekt har smärtstillande läkemedel vid graviditetsrelaterad bäckensmärta, under eller efter graviditeten?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vilken effekt har olika läkemedel, doser och administreringssätt?</li> </ul>
	12.	Vilken effekt har vila och avslappning vid graviditetsrelaterad bäckensmärta, under eller efter graviditeten?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vila vid behov eller efter ett schema, hel eller deltidssjukskrivning, undvika träning, lyft, sittande med mera?</li> <li>• Påverkas effekten av när behandling sätts in?</li> </ul>
	13.	Vilken effekt har individanpassad träning för att stärka muskulaturen vid graviditetsrelaterad bäckensmärta, under eller efter graviditeten?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bål-, rygg- och bäckenstärkande övningar, vattengymnastik, cykelträning, styrketräning, träning på recept, andra former av sjukgymnastik med mera?</li> <li>• Påverkas effekten på graviditetsrelaterad bäckensmärta av när behandling sätts in?</li> </ul>
	14.	Vilken effekt har akupunktur, TENS <sup>2</sup> , värme eller massage vid graviditetsrelaterad bäckensmärta, under och efter graviditeten?	<ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul>
	15.	Vilken effekt har yoga eller stretchning vid graviditetsrelaterad bäckensmärta under och efter graviditeten?	<ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul>

<sup>1</sup> SLE = Systemisk lupus erythematosus

<sup>2</sup> TENS = Transkutan elektrisk nervstimulering

Kategori	Nr.	Frågor att prioritera	Exempel på vad som kan tänkas ingå i frågan.
	16.	Vilken effekt har manipulation av bäckenet vid graviditetsrelaterad bäckensmärta, under eller efter graviditeten?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kiropraktik, naprapatbehandling, fysioterapi, bäckenvändning med mera?</li> <li>• Påverkas effekten på graviditetsrelaterad bäckensmärta av när behandling sätts in?</li> </ul>
	17.	Vilken effekt har olika hjälpmedel vid graviditetsrelaterad bäckensmärta, under eller efter graviditeten?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kan sovkudde, bäckenbälte, rullstol, kryckor, gåstol, glidlakan, tejpning och särskilda skor underlätta vardagen och lindra graviditetsrelaterad bäckensmärta?</li> </ul>
	18.	Vilken effekt har steloperation av bäckenet för de med långvariga besvär av graviditetsrelaterad bäckensmärta efter graviditet?	<ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul>
	19.	Vilken effekt har stöd från vården av till exempel psykolog eller kurator vid graviditetsrelaterad bäckensmärta, under och efter graviditeten?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kan det minska oro och rörelserädsla hos kvinnan och minska oro hos kvinnans anhöriga?</li> <li>• Behandling av psykisk ohälsa med mera?</li> </ul>
	20.	Vilken är effekten av att kvinnor med graviditetsrelaterad bäckensmärta träffas i grupp och stöttar varandra, utbyter information och genomgår rehabilitering tillsammans, under och efter graviditeten?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Påverkar det besvär av graviditetsrelaterad bäckensmärta?</li> <li>• Kan det påverka kvinnornas psykosociala hälsa?</li> </ul>
	21.	Vilken effekt har sjukskrivning vid graviditetsrelaterad bäckensmärta?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Påverkar sjukskrivning besvären med graviditetsrelaterad bäckensmärta och livskvalité, den generella hälsan, självförtroende och tilltro till egen förmåga?</li> </ul>

Kategori	Nr.	Frågor att prioritera	Exempel på vad som kan tänkas ingå i frågan.
			<ul style="list-style-type: none"> <li>Påverkas graviditetsrelaterad bäckensmärta av andel av sjukskrivning (hel eller deltid)</li> </ul>
Förlossning	22.	Vid graviditetsrelaterad bäckensmärta, vilken effekt har olika förlossningssätt (exempelvis vaginal, vattenförlossning sugklocka eller kejsarsnitt) på kvinnans och barnets hälsa?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Påverkar förlossningssättet upplevelsen av att bli mor och anknytning mellan mor och barn?</li> <li>Påverkas risken för förlossningsskador på mor och barn?</li> </ul>
	23.	På vilket sätt kan bäckensmärta påverka upplevelsen och toleransen av smärtan under värkarbetet?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kan graviditetsrelaterad bäckensmärta förvärra smärtan under värkarbetet?</li> <li>Kan graviditetsrelaterad bäckensmärta påverka förlossningens förlopp?</li> <li>Kan graviditetsrelaterad bäckensmärta påverka den smärtlindrande insatser under förlossningen?</li> </ul>
	24.	Hur kan den vaginala förlossningen anpassas vid graviditetsrelaterad bäckensmärta för att minska bäckensmärtan och ge bra förlossningsupplevelse?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kan förlossningsställning påverka?</li> <li>Kan förlossningssäng och mjukhet på madrass med mera påverka?</li> <li>Kan vattenförlossning påverka?</li> </ul>
	25.	Påverkar förlossningsskador tillfrisknandet av graviditetsrelaterad bäckensmärta, och iså fall på vilket sätt?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kan förlossningsskador göra att återhämtning försvåras från graviditetsrelaterad bäckensmärta?</li> <li>Kan förlossningsskador påverka effekten av behandling vid graviditetsrelaterad bäckensmärta?</li> </ul>

Kategori	Nr.	Frågor att prioritera	Exempel på vad som kan tänkas ingå i frågan.
Vårdens organisation, bemanning och kompetens	26.	Vilken effekt har insatser för att öka vårdpersonalens kunskaper om diagnostik, behandling och förlopp av graviditetsrelaterad bäckensmärta på vården av graviditetsrelaterad bäckensmärta?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Öka kunskaperna om graviditetsrelaterad bäckensmärta hos kliniskt verksamma fysioterapeuter, barnmorskor, gynekologer, obstetiker, allmänläkare, ortopedier.</li> <li>• Öka kunskaperna om graviditetsrelaterad bäckensmärta hos fysioterapeuter, sjuksköterskor, undersköterskor och läkare under utbildningen.</li> <li>• Kan en sådan åtgärd förenkla omhändertagande och sjukskrivning av kvinnor med graviditetsrelaterad bäckensmärta.</li> </ul>
	27.	Vilken är effekten av att undersöka alla kvinnor under graviditeten och efter förlossningen för att bedöma om de drabbats av graviditetsrelaterad bäckensmärta?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kan en sådan undersökning ha effekt på den drabbade kvinnans hälsa?</li> <li>• Kan kvinnor med ökad risk för graviditetsrelaterad bäckensmärta identifieras genom anamnes, bildiagnostik, smärttester med mera?</li> <li>• Vilka professioner kan genomföra undersökningen? Barnmorska, fysioterapeut, ortoped, allmänläkare?</li> <li>• Effekten av att en specialutbildad fysioterapeut gör en bedömning?</li> </ul>
	28.	När och hur bör kvinnor med graviditetsrelaterad bäckensmärta följas upp efter förlossningen för att förebygga långvarig kvarstående bäckensmärta?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hur ska man säkerställa att graviditetsrelaterad bäckensmärta inte blir långvarig, kronisk eller leder till annan ryggsmärta?</li> <li>• Vilka skulle kunna identifiera långvarig kvarstående bäckensmärta? Barnmorska,</li> </ul>

Kategori	Nr.	Frågor att prioritera	Exempel på vad som kan tänkas ingå i frågan.
			fysioterapeut, ortoped eller allmänläkare? <ul style="list-style-type: none"> <li>Genom anamnes, bildiagnostik, smärttester med mera?</li> </ul>
	29.	Vilken är effekten av ett sammanhållet standardiserat vårdförlopp där olika professioner samarbetar för att rehabilitera kvinnor med graviditetsrelaterad bäckensmärta?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Att en kvinna med graviditetsrelaterad bäckensmärta får en tydlig behandlingsplan där vård ges av specialutbildad fysioterapeut och annan vårdpersonal. Till exempel att man följer ett nationellt samordnat vårdprogram.</li> <li>Är det mer kostnadseffektivt?</li> <li>Blir vården mer jämlik?</li> <li>För att underlätta administrativa delar som sjukskrivning, hemtjänst, färdtjänst med mera.</li> </ul>
Bemötande och information	30.	Vilken är effekten av att få information om vad som händer i bäckenet vid graviditetsrelaterad bäckensmärta och av att få information om tillståndets behandling, prognos, och förväntad återhämtning?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Broschyrer med information om graviditetsrelaterad bäckensmärta som är gemensamma över landet.</li> <li>Information om vart kvinnor med graviditetsrelaterad bäckensmärta ska vända sig för hjälp.</li> <li>Information om graviditetsrelaterad bäckensmärta som kan ges till arbetsgivare.</li> <li>Mår kvinnor som får information om graviditetsrelaterad bäckensmärta bättre än de som inte får denna information?</li> </ul>
	31.	Hur ska vårdpersonal bemöta personer med graviditetsrelaterad bäckensmärta på bästa sätt?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kan känslan av att inte bli tagen på allvar förvärra graviditetsrelaterad bäckensmärta?</li> </ul>



Kategori	Nr.	Frågor att prioritera	Exempel på vad som kan tänkas ingå i frågan.
	32.	Om en kvinna med graviditetsrelaterad bäckensmärta tappar tilltron till vården, hur präglar det hennes mående och vilja att söka sig till vården?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ovilja att söka sig till vården vid besvär eller att gå på kontroller för sin graviditetsrelaterad bäckensmärta.</li> <li>• Ovilja att ta sina barn till vården.</li> </ul>
Familj, socialt liv och yrkesliv	33.	Påverkar graviditetsrelaterad bäckensmärta anknytningen mellan mor och barn, och i så fall hur?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Att kvinnan inte kan lyfta barnet eller syskon till barnet, eller upplevelser av smärta, ångest eller oro.</li> </ul>
	34.	Påverkas närstående till kvinnan som drabbas av graviditetsrelaterad bäckensmärta, och i så fall hur?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Barn, partner och föräldrar med mera.</li> </ul>
	35.	Vilken effekt har stöd till anhörig på familjesituationen?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kan till exempel stöd till partner förhindra att hen bränner ut sig?</li> <li>• Kan stöd till barn minska barns oro för att mamma inte mår bra på grund av graviditetsrelaterad bäckensmärta?</li> <li>• Kan den drabbade kvinnans mående förbättras?</li> </ul>
	36.	Vilken effekt har behovsanpassning i hemmet på vardagliga aktiviteter?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hemtjänst, färdtjänst och hjälpmedel i hemmet.</li> <li>• Hjälp med att ta hand om barn med mera.</li> <li>• Hur påverkar det den drabbade kvinnans mående?</li> </ul>
	37.	Vilka arbetsplatsanpassningar har en positiv effekt på arbetssituationen för den som drabbats av graviditetsrelaterad bäckensmärta?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kan specialanpassat vilorum och arbetsverktyg lindra?</li> <li>• Kan minskad stress, hemarbete eller deltidssjukskrivning lindra besvären?</li> <li>• Kan flexibilitet på arbetet kring exempelvis arbetstider och möjlighet till pauser påverka?</li> </ul>

Kategori	Nr.	Frågor att prioritera	Exempel på vad som kan tänkas ingå i frågan.
	38.	Hur påverkar graviditetsrelaterad bäckensmärta kvinnans livskvalitet inklusive funktion, familjeliv, samliv, socialt liv och yrkesliv?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Hur påverkas vardagslivet och familjelivet, arbetslivet och relationer?</li> <li>Hur påverkas kvinnan psykiskt?</li> <li>Ovilja för att skaffa ytterligare barn.</li> </ul>
Samhälle och ekonomi	39.	Vilka ekonomiska konsekvenser <b>för samhället</b> får kostnader vid graviditetsrelaterad bäckensmärta, både gällande sjukskrivning av patient och anhöriga men även på nedsatt arbetskapacitet och omskolning till annat yrke på grund av kvarstående besvär?	<ul style="list-style-type: none"> <li>I vilken utsträckning blir kvinnor sjukskrivna för graviditetsrelaterad bäckensmärta och vad kostar det samhället?</li> <li>Effekter på produktionsbortfall, förlorade skatteintäkter, läkemedelskonsumtion, vårdkonsumtion.</li> </ul>
	40.	Vilka ekonomiska konsekvenser <b>för patienten</b> får kostnader vid graviditetsrelaterad bäckensmärta, både gällande kostnader för vård och sjukskrivning men även på nedsatt arbetskapacitet och omskolning till annat yrke på grund av kvarstående besvär?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Effekter på inkomstbortfall, löneutveckling, kostnader för läkemedel och vård med mera.</li> </ul>
	41.	Hur är samhällets attityd till bäckensmärta och hur påverkar det behandling, bemötande och möjlighet att få stöd och hjälp?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Saknas kunskap och förståelse i samhället om graviditetsrelaterad bäckensmärta?</li> <li>Finns det en inställning att graviditetsrelaterad bäckensmärta är något man får stå ut med när man är gravid?</li> <li>Är det svårt att bli tagen på allvar?</li> <li>Finns det en genusaspekt på detta och hur påverkas attityder och bemötande av att det är kvinnor som drabbas av detta tillstånd?</li> <li>Påverkas attityderna av att bäckensmärta är relaterad till en graviditet?</li> </ul>