

LIEVÄ AIVOVAMMA JA KIPU

Kirjallisuuskatsaus arvioinnin haasteista ja kuntoutusmahdollisuuksista

Senni Turunen

senni.turunen@gmail.com

TIIVISTELMÄ

Posttraumaattinen päänsärky ja niskan alueen kivut ovat yleisimpiä lievään aivovammaan liittyvistä jälkioireista ja kipuongelmat liittyvät erityisesti lieviin aivovammoihin.

Suurimmalla osalla lievän aivovamman saaneista oireet lievittyvät muutamissa päivissä tai viikoissa, mutta pienelle osalle jää pitkäaikaisia tai pysyviä oireita, jotka vaikeuttavat palaamista normaaliin arkeen. Pitkittyneen jälkioireiston kehittymistä on vaikea ennustaa, mutta kipuoireiden on todettu hidastavan aivovammasta toipumista. Lievän aivovamman jälkioireita, kuten kognitiivisia ongelmia, mielialahäiriöitä ja uniongelmia, esiintyy myös krooniseen kipuun liittyen, mikä vaikeuttaa lievän aivovamman akuuttivaiheen arviointia.

Lisäksi lievään aivovammaan voi liittyä posttraumaattista stressioireilua tai aleksityymisiä piirteitä, jotka voivat vaikeuttaa kipuoireita ja jotka tulee huomioida kuntoutusta suunnitellessa.

Akuuttivaiheen hoitotoimenpiteet ja psykoedukaatio ovat riittäviä kuntoutustoimenpiteitä suurimmalle osalle lievän aivovamman saaneista, mutta kun aivovammaan liittyy kipuongelmia, kuntoutumisen on todettu kestävän normaalia pidempään ja vaativan molempien ongelmien yhtäaikaista hoitoa ja tehokkaampia kuntoutusmuotoja.

Intensiivisempi psykologinen kuntoutus tulisikin kohdistaa potilasryhmään, jolla on riski kärsiä pitkittyneistä jälkioireista. Perinteisen neuropsykologisen kuntoutuksen lisäksi viime aikoina aivovammojen kuntoutuksessa on alettu hyödyntää myös psykoterapeuttisia menetelmiä.

Kognitiivisella käyttäytymisterapialla ja hyväksymis- ja omistautumisterapialla on saatu hyviä tuloksia sekä kroonisen kivun että lievän aivovamman jälkitilaan liittyvien oireiden hoidossa.