Faktablad

Philips Smärtundersökning 2015

Muskel-, led- och nervrelaterad smärta är en väldigt vanlig åkomma bland svenskarna. Trots att det finns en stor oro för biverkningar med smärtstillande läkemedel, är det ändå det absolut vanligaste sättet att lindra smärtan på.

Det visar en undersökning om smärta som Philips låtit genomföra.

Resultaten visar också att för de som drabbas av smärta påverkas vardagen i stor utsträckning. 87 % av de tillfrågade i undersökningen ansåg att smärtan påverkade deras fysiska förmåga, och ca tre fjärdedelar ansåg att deras jobb, sociala aktiviteter samt familjeliv blev drabbat. Koncentrationssvårigheter, sömnproblem och konstant trötthet är också vanliga problem.

Sammanfattning av undersökningsresultaten:

- **Muskelsmärta är vanligast**

Den vanligaste typen av smärta bland de som drabbats av kroniska besvär är muskelsmärta (33 %) Därefter kommer ledvärk (27%) 12 % av de smärtdrabbade hade nervrelaterad värk. Bland de tillfrågade angav 52 % av de lider av kronisk smärta.

- **Ländrygg och nacke värst drabbat**

Vanligaste stället att lida av värk är ländrygg (19%) och nacke (19%). Därefter angavs axlar som mycket vanligt smärtområde (18%) Nära en fjärdedel av de svarande lider av smärta i knä och höft.

- **Smärtan begränsar livet**

För de som drabbas av smärta påverkas vardagen i stor utsträckning. 87 % av de tillfrågade i undersökningen ansåg att smärtan påverkade deras fysiska förmåga, och ca tre fjärdedelar ansåg att deras jobb, sociala aktiviteter samt familjeliv blev drabbat. 21 % ansåg att deras smärta i hög grad begränsar deras arbetssituation. Koncentrationssvårigheter, sömnproblem och konstant trötthet är vanliga problem enligt undersökningen. 83 % av de tillfrågade uppger till och med att smärtan kontrollerar deras liv.

- **Smärtstillande är vanligaste behandlingen**

48 % angav att de främst använder smärtstillande läkemedel som behandling mot smärtan. Därefter kom vila och massage (15%) Hela 13 % gör ingenting för att försöka lindra och behandla sin smärta. 12 % använder fysisk aktivitet som smärtlindringsmetod.

- **75 % oroade av biverkningarna med smärtstillande**

Hela 75 % oroas av de biverkningar som finns med smärtstillande läkemedel. Av dessa är 20 % ”mycket oroade”. Bland alla behandlingsalternativ är 27 % missnöjda med den smärtlindringsbehandling som de använder idag.

- **Koncentrationssvårigheter, trötthet och sömnproblem vanligaste följdeffekterna**

83 % ansåg att smärtan helt eller delvis påverkar deras koncentration, 77 % upplever konstant trötthet. Sömnproblem orsakad av smärtan upplevdes i 74 % av fallen. Vanligt var också upplevelsen av att man inte klarar av att ta hand om sig själv p.g.a. smärtan (71 %) eller sin familj (57 %) 14 % angav att smärtan under vissa dagar är så svår att känner att man inte orkar leva.

- **En tredjedel lider av mensstruationssmärtor varje månad**

Mensstruationssmärtor varje månad drabbar 31 % av de tillfrågade. Endast 14 % angav att de inte upplevde någon smärta alls i samband med menstruation. Absolut vanligast (34 %) var att smärtan håller i sig i 2 dagar, men även 3 (19%) och 4 dagar (10%) var vanligt bland de svarande. 67 % angav att deras menssmärtor påverkade deras sociala liv helt eller delvis och 53 % att det begränsar deras arbetsliv.

- **Närapå hälften har varit sjukskrivna pga menssmärtor**

44 % av de kvinnor som lider av mensvärk har varit sjukskrivna som följd av sina smärtor. Dock visade undersökningen att endast ett fåtal (2 %) sjukskriver sig varje månad pga dessa besvär, vanligast var en eller några gånger per år (21 %)

- **Smärtstillande vanligaste lösningen för mensvärk**

69 % uppgav att de använde sig av smärtstillande läkemedel för att lindra mensvärken. Näst vanligaste behandlingsmetod var värmekudde/vetekudde (13%) men även 9 % angav att dem inte gör något åt smärtan.

- **74 % av vill minska sin användning av smärtstillande läkemedel mot mensvärk**

37 % av kvinnorna tar smärtstillande varje månad. 16 % av dessa är ”missnöjda” och ”mycket missnöjda” med den effekt de får av sina smärtstillande läkemedel. Totalt bland de svarande ansåg 48 % av de som använde smärtstillande att de är oroade över de biverkningar som finns med läkemedlen. 74 % vill minska sin användning av smärtstillande läkemedel mot mensvärk.

Om undersökningen:

Undersökningen genomfördes av Buzzador på uppdrag av Philips under mars 2015. I undersökningen deltog 8865 svenskar mellan 18-65 år varav 87 % av de svarande var kvinnor och 13 % män. De svarande delades in i två undergrupper beroende på typ av smärta; personer som lider av muskel- led- och nervsmärta samt personer som lider av menssmärta. 61 % av de svarande placerades i menssmärt-gruppen och 39 % i muskel- led- och nervsmärt-gruppen. Undersökningen är gjord som en frågeenkät, riktad till konsumenter, med syfte att ta reda på svenskars smärttillstånd och nuvarande behandlingsmetoder.

För mer information, kontakta Sandra Thorn, Nordic Marketing Manager Pain Relief, Philips Nordic
Tel: + 46 708 32 21 61
E-post: Sandra.thorn@philips.com

Om Philips *Royal Philips Electronics, Holland (NYSE: PHG, AEX: PHI), är ett företag inom hälsa och välbefinnande som fokuserar på att förbättra människors liv genom innovationer inom hälsa, livsstil och ljus. Huvudkontoret ligger i Holland och Philips har 118 000 anställda i mer än 100 länder. Med en försäljning på 24,8 miljarder euro 2012, är företaget marknadsledande inom hjärt- och akutvård samt vård i hemmet, energieffektiva nya ljuslösningar såväl som rakning och grooming för män och tandvård. Nyheter från Philips återfinns på adressen www.philips.se/press.*