







### ***Oppfølging avhengig av plager***

- holde armen i bevegelse innenfor det smertefrie området (ikke fatle)
- betennelsesdempende tabletter, smertestillende evt kortison sprøyter
- fysioterapi bør unngås, kan forverre tilstanden
- kirurgi sjelden aktuelt ved tilstanden
- styrkeøvelser når 75% av normal bevegelighet er gjenvunnet



### ***FOR 1997-04-21 nr 373: Forskrift om menerstatning ved yrkesskade***

- 3.6 *Skade på skulderledd*
- 3.6.1 *Luksasjon/resttilstand i acromio-clavicularleddet 5%*
- 3.6.2 *Instabilitet/residiverende luksasjoner (etter operasjon) 5-12%*
- 3.6.3 *Ankylose/artrodese uten aktiv scapulo-thoracal bevegelse 30%*
- 3.6.4 *Ankylose/artrodese med aktiv scapulo-thoracal bevegelse 12%*

## **Veiledning for bruk av Sosial- og helsedepartementets invaliditetstabell av 21.4.1997**

### **Til punkt 3.6 - skade på skulderledd**

Skader på skulder / bløtdelsskader rundt skulder som ikke er tabellfestet (f.eks rotator-cuff skader og impingement syndrom) vurderes med særlig vekt på bevegelighet og abduksjonsevne. Utgangspunktet for sammenligning er rammene for instabilitet/artrodese med aktiv scapula-thoracal bevegelse. Et annet relevant punkt for sammenligning kan være punktene 3.9.1-2 (skade på hhv. Nervus thoracicus longus og nervus axillaris)

### Utfyllende kommentarer

Medisinsk invaliditet for skader av denne typen må ikke fastsettes for tidlig da langsiktig prognose er god og tilstanden ofte kan bedres operativt.

## **Funksjonssvikt**

### **Smerter ved å**

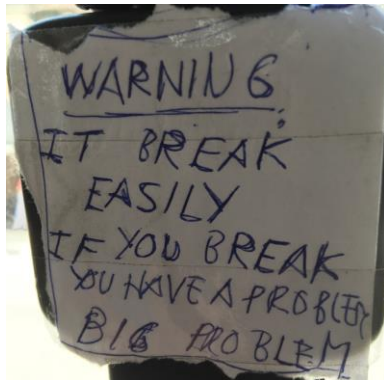
- ligge på den vonde siden?
- strekke deg etter noe på en høy hylle?
- ta deg på nakken?
- skyve noe med den vonde armen?

### **Vansker med å**

- vaske håret?
- vaske ryggen?
- ta på undertrøye eller genser?
- ta på en skjorte med knepping foran?
- ta på buksene?
- plassere en gjenstand på en høy hylle?
- bære en tung gjenstand på 5 kg eller mer?
- ta opp noe fra baklomma?

**Utdrag fra SPADI (shoulder pain and disability index)**

**Takk for oppmerksomheten!**



Kilder Helsebiblioteket og Norsk Helseinformatikk

<https://www.helsebiblioteket.no/retningslinjer/fysikalsk-medisin/muskel-og-skjelettplager/skulder/frozen-shoulder>

<https://nhi.no/sykdommer/muskelskjelett/skulder-og-overarm/kapsulitt-frossen-skulder/>