

Bakgrund

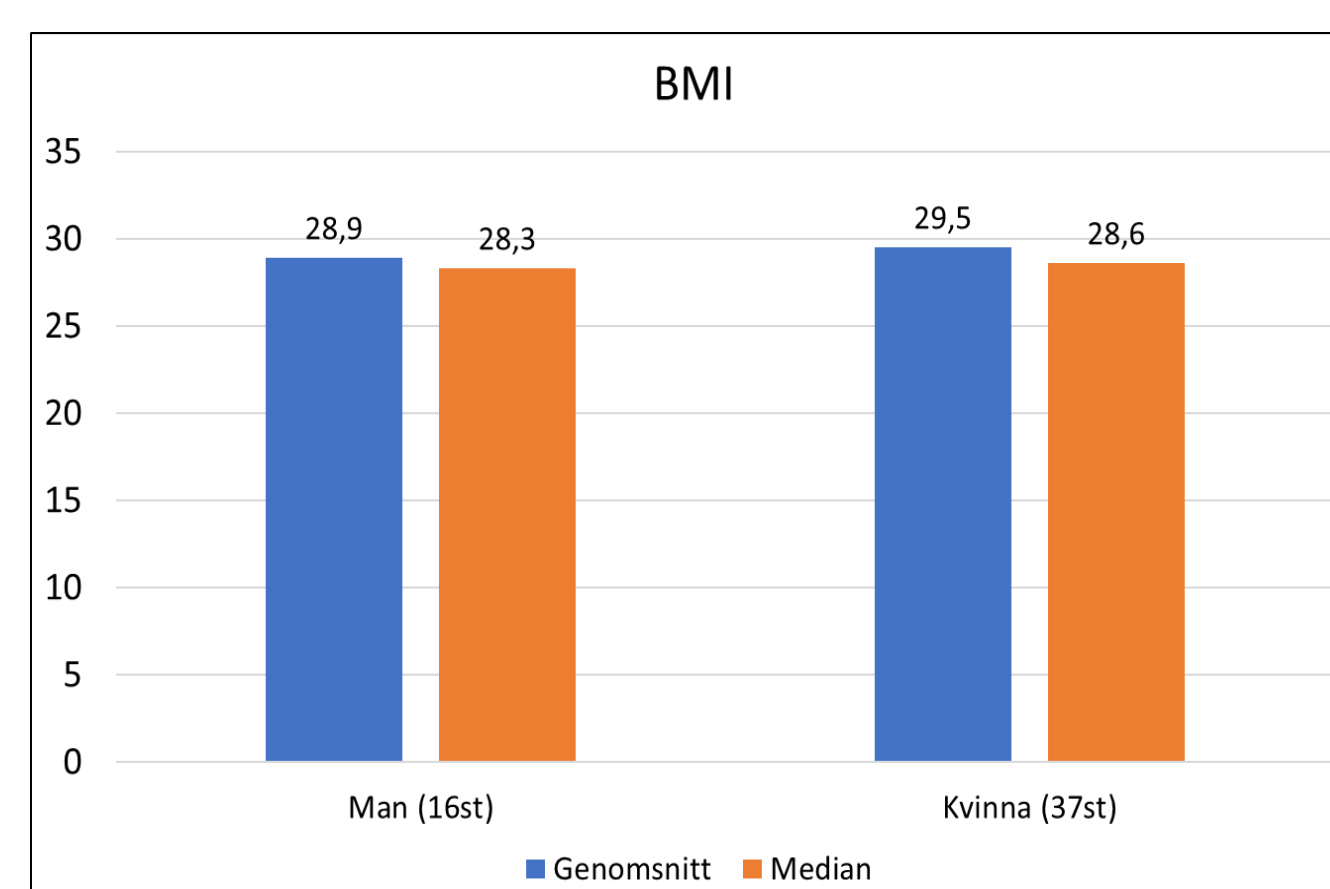
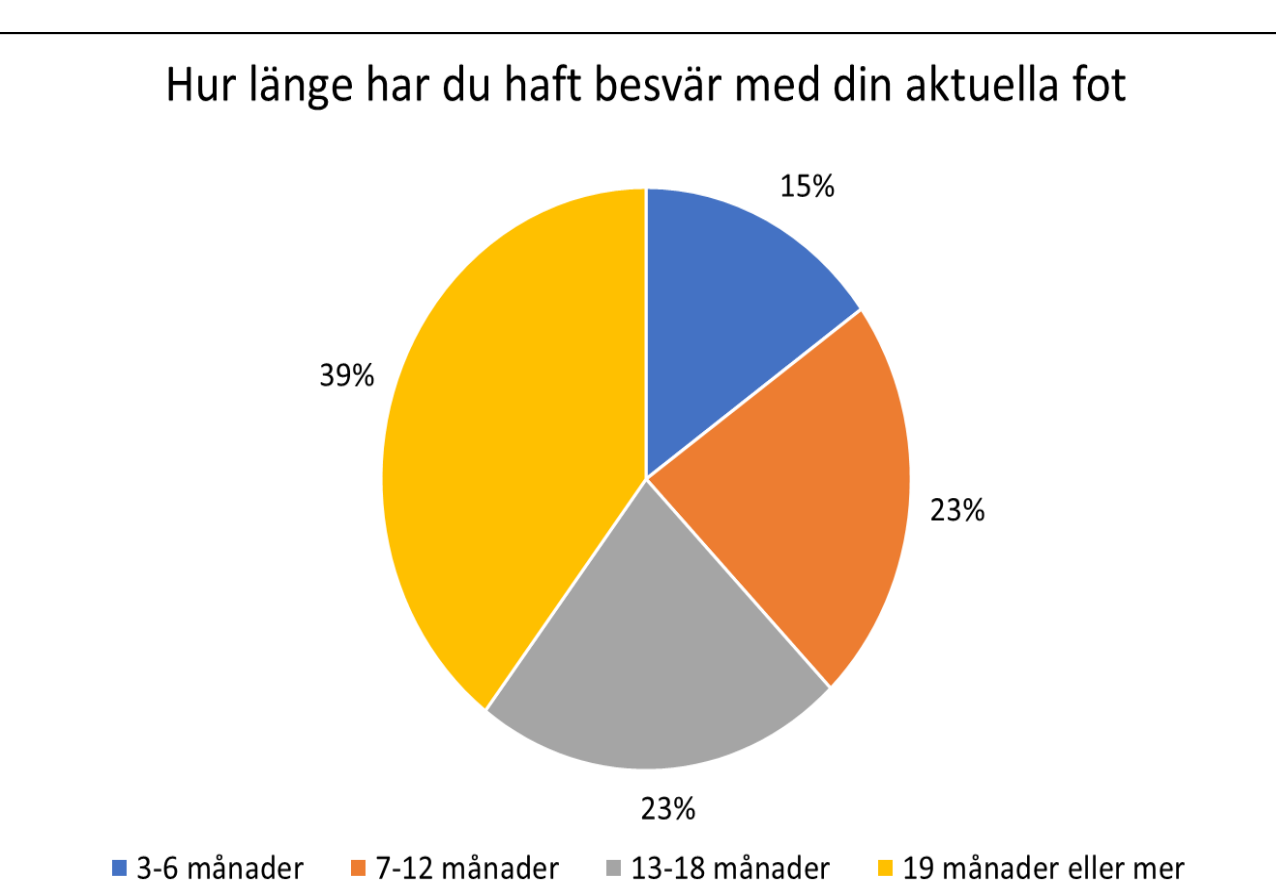
- Plantar fascios (ofta benämnt plantar-fasciit) är ett smärttillstånd som kan uppstå vid plantar-fascians fäste mot calcaneus och/eller plantar-fascians fäste mot främre trampdynan
- Symptomen orsakas sannolikt av degenerativa förändringar
- Orsaken är ofta överbelastning av fotsulan som vid pes cavus, pronation av foten, övervikt, fysik aktivitet och då ofta långdistanslöpning
- Symtom är smärtor på morgonen, där besvären ofta ökar under dagen som en följd av den dagliga belastningen samt stelhets känsla i foten
- Diagnosen ställs med klinisk undersökning
- Behandlingar som förekommer är analgetika, livsstilsförändringar (som reducerad löpsträcka), tejpling, sjukgymnastik, skoinlägg, stötvågsbehandling och laser

Syfte med vår studie

- Syftet med denna hypotesalstrande studie är att värdera om tejplingen enligt Malmömodellen är associerad med minskade besvär

Patientmaterial

- I studien inkluderades perioden 2020-01-15 till 2022-02-28, 53 slumpvis utvalda patienter (37 kvinnor, 16 män) i åldrarna 31 – 71 år med kliniskt diagnosticerad plantar-fascios
- Symptomen hade förelagat 3 månader eller mer och ej svarat på terapi
- 7/53 patienter fick avbryta tejplingen på grund av allergi/utslag



Utvärderingsmetoder

- Patient reported outcome scores (PROMs)
- Scale (NRS; skala 0-10) för smärta för frågorna
 - Upplevt den tejpede veckan, allmän smärta
 - Igångsättnings smärta, efter vila
 - Ont i aktuella fotsulan, allmän smärta
 - Ont vid belastning, allmän smärta
- Före tejpling
- Under tejpling
- 3 månader efter tejpling avslutades
- 6 månader efter tejpling avslutades

Konklusion

- Denna hypoteskapande studie indikerar att smärtan minskar både under tejpperioden och upp till 6 månaderna efter avslutad tejpbekämpningen
- Vi kan ej uttala oss om normalförloppet innefattar liknande smärtlindring
- Studien motsäger inte att tejpling enligt Malmömodellen kan minska smärta vid plantar-fascios
- Vår studie stödjer att en randomiserad kontrollerad studie (RCT) bör initieras för att svar på frågan om denna typ av tejpling har någon plats vid behandling av plantar-fascios

Använd tejp

- Tensoplast Sportelastisk tejp, 6 cm Essity
- Strappal oelastisk tejp, 4cm Essity
- Cavilon 3M

Tejpling

- Tejplingen startar när diagnosen verifierats
- Tejpling utförs enligt bilder
- Omtejpning sker en gång i veckan under 5-6 veckor fram till skoinlägg erhålls
- Scanning för skoinlägg görs tejpningsvecka 4, tejpad
- Vid bilaterala plantar fascioser börjar man med den mest smärtande foten, för att få en referens på smärtan och fortsätter med nästa fot om första tejplingen har effekt



Resultat

(ges i form av deskriptiva data)

