



Williamson, S. D., Aaby, A. O., & Ravn, S. L. (2025). Psychological outcomes of extended reality interventions in spinal cord injury rehabilitation: a systematic scoping review. *Spinal Cord*. DOI: [10.1038/s41393-024-01057-7](https://doi.org/10.1038/s41393-024-01057-7).

Hvordan påvirker "extended reality" psykisk trivsel under rehabilitering efter rygmarvsskade? Resultater fra et scoping review

Samuel David Williamson, cand.mag., sdwi@specialhospitalet.dk

Resumé

Introduktion

'Extended Reality' (XR) omfatter 'Virtual Reality' (VR), hvor brugeren placeres i et digitalt miljø via 'Augmented Reality' (AR), som lægger digitale elementer oven på den virkelige verden, og 'Mixed Reality' (MR), hvor digitale og virkelige elementer interagerer. XR-teknologier bruges i stigende grad i rehabilitering for mennesker med rygmarvsskader, men ofte med fokus på fysiske fremskridt. Dette review undersøgte psykologiske effekter af XR-interventioner.

Metode

Der blev foretaget en systematisk søgning i syv databaser. Screening og kvalitetsvurdering blev udført uafhængigt af flere reviewere.

Resultater

Reviewet inkluderede 13 studier, som alle undersøgte VR. Kvantitativt sås positive effekter på depression, angst og selvværd. Kvalitativt rapporterede deltagere om nydelse, afslapning og øget motivation. Deltagerne beskrev, at VR kunne give en følelse af frihed fra kropslige begrænsninger og fungere som en "positiv distraktion" fra smerter og fokus på kroppen. Desuden understøttede teknologien mindfulness-træning og mindskede sociale hæmninger gennem anonymitet via avatarer. Kvalitetsvurderingen påviste dog risici for bias, navnlig pga. manglende blinding og små stikprøver i de inkluderede studier.

Diskussion

VR ser ud til at understøtte trivsel, motivation og psykisk sundhed under rehabilitering, men der mangler forskning i AR og MR samt langtidseffekter.

Konklusion

Immersiv VR er en lovende rehabiliteringsmulighed, som kan understøtte motivation, afslapning, mindfulness og positive følelsesmæssige oplevelser samt reducere symptomer på angst og depression hos mennesker med rygmarvsskade.

Implikationer for praksis

Klinikere bør overveje VR som supplement til træning for at øge motivation og trivsel i rehabilitering. Teknologien kan hjælpe med at adressere oversete psykologiske aspekter ved rygmarvsskade.

Projektet er støttet økonomisk af Offerfonden. Formidling af projektets udførsel, indhold og resultater er alene forfatterens ansvar. De vurderinger og synspunkter, der fremgår af materialet, er forfatterens egne og deles ikke nødvendigvis af Rådet for Offerfonden

