

Tabell 5 – Hydroterapi/Bassengbehandling

Forfatter (år) Studiedesign	Utvalg/ størrelse	Intervensjon/kontroll	Hyppighet	Varighet per gang	Varighet Intervensjon - oppfølging	Funn
Dronen 2012 RCT (pilot)	AS i følge New York kriterier Intervensjon: 6 pas Kontroll: 6 pas	<u>Intervensjon</u> Pilatestrening på land med ball <u>Kontroll</u> Pilatestrening i oppvarmet basseng med hjelpemidler	<u>Hyppighet</u> 2 x per uke	<u>Varighet per gang</u> 45 minutter	<u>Varighet intervensjon</u> 6 uker med veiledet trening + 4 uker selvtrening	Begge gruppene fikk bedring i bevegelse (BASMI) og sykdomsaktivitet (BASDAI). Gruppen på land viste bedring i sykdomsaktivitet (BASDAI) ved fire ukers oppfølging.
Christie et al (2014) Kohorte studie med interrupted time series design	Pasienter med AS Intervensjon: 36 pas.	<u>Intervensjon</u> Gruppebehandling (oppvarming, styrke, bevegelse, kondisjon, avspenning) i oppvarmet basseng	<u>Hyppighet</u> 1 x per uke	<u>Varighet per gang</u> 60 min	<u>Varighet intervensjon</u> 12 uker m/ basseng – 5 uker pause – 12 uker med basseng – 5 uker pause	Signifikant bedring i smerte, tretthet, stivhet og økt aktivitet i perioder med bassengbehandling sammenlignet med perioder uten bassengbehandling.
Dundar et al. 2014 RCT	AS i følge New York kriterier Intervensjon: 35 pas	<u>Intervensjon</u> Gruppebehandling (sammensatt program) <u>Kontroll</u> Landbasert hjemmeprogram (sammensatt program)	<u>Hyppighet</u> 5 x per uke	<u>Varighet per gang</u> 60 min	<u>Varighet intervensjon/kontroll</u> 4 uker	Begge gruppene fikk signifikant bedring i smerte, funksjon (BASFI), stivhet (BASMI), selvrappert sykdomsaktivitet (BASDAI) og helse relatert livskvalitet. Endringen var signifikant større i gruppen med bassengbehandling for smerte og helse relatert livskvalitet