

Behandlingsanbefalinger ved hofte- og kneartrose

	Tiltak/behandling	Anbefaling	Kommentar
Ikke-farmakologisk	Informasjon, egenmestring	Sterkt anbefalt	Info om sykdommen og behandlingsalternativer, info og støtte til egenmestring
	Trening (styrke og utholdenhet)	Sterkt anbefalt	Landbasert eller i basseng
	Vektreduksjon/-kontroll	Sterkt anbefalt	Ved overvekt eller risiko for å utvikle overvekt
	Ortoser/såler, stakk, taping av patella	Betinget anbefalt	Sprikende anbefalinger, kan være aktuelt for enkelte
	Tøyning, manuell terapi	Betinget anbefalt	Kan være aktuelt v. hofteartrose
	Elektroterapi	Usikker anbefaling/ anbefalt	Mangler evidens for effekt. En retningslinje anbefaler TENS
	Akupunktur	Usikker anbefaling/ ikke anbefalt	Mangler evidens for effekt. Ikke anbefalt i en retningslinje
Farmakologisk	Paracetamol	Anbefalt (usikker)	Bruk konservativ dosering og begrenns behandlingsvarighet
	Topikal NSAIDs	Anbefalt (usikker)	Anbefalt ved kneartrose, men ikke anbefalt ved hofteartrose
	NSAIDs/ Oral COX-2 hemmere	Betinget anbefalt	Ikke anbefalt til pas. med høy bivirkningsrisiko/komorbiditet*. Anbef. PPI [§] ved moderat/høy risiko. Ikke PPI ved lav risiko
	Kortison intraartikulært	Betinget anbefalt	Har kun korttids effekt, ikke anbefalt for langvarig bruk
	Opioider (transdermal/oralt)	Usikker anbefaling	Vist effekt, men obs avhengighet
	Glukosamin	Ikke anbefalt	Sprikende resultater for sykdomsmodifiserende effekter og symptomlette
	Chondroitin	Ikke anbefalt	Sprikende resultater for sykdomsmodifiserende effekter og symptomlette
Kirurgisk	Protesekirurgi	Betinget anbefalt	Anbefalt dersom betydelig funksjonsnedsettelse, redusert livskvalitet og manglende effekt av ikke-kirurgisk behandling
	Artroskopi	Ikke anbefalt	Ikke bedre enn placebo ved kneartrose, mangler studier på hofteartrose

Oppsummering er utviklet, og **revidert pr. oktober 2016**, av Nina Østerås og Tuva Moseng i forbindelse med SAMBA-prosjektet i tett samarbeid med representanter for ulike fagprofesjoner ved Diakonhjemmet Sykehus og prosjektgruppen i SAMBA.

* Moderat bivirkningsrisiko= pasienter som har diabetes, høy alder, hypertensjon, kardiovaskulær sykdom, nyresvikt, risiko for gastrointestinale (GI) blødninger, depresjon, fysisk funksjonsnedsettelse som begrenser aktivitet, overvekt.

Høy bivirkningsrisiko= pasienter som har/har hatt GI blødning, hjerteinfarkt, kronisk nyresvikt.

§ PPI= protonpumpehemmer

Oppsummeringen er basert på følgende internasjonale retningslinjer for behandling ved artrose:

OsteoArthritis Research Society International (OARSI). OARSI guidelines for the non-surgical management of knee osteoarthritis. Osteoarthritis and Cartilage, 2014.

National Institute for Health and Care Excellence (NICE). Osteoarthritis. Care and management in adults. Clinical guideline CG177, 2014.

American College of Rheumatology (ACR) 2012 Recommendations for the Use of Nonpharmacologic and Pharmacologic Therapies in Osteoarthritis of the Hand, Hip, and Knee. Arthritis Care & Research, 2012.

EULAR recommendations for the non-pharmacological core management of hip and knee osteoarthritis. Annals of Rheumatic Diseases, 2013.