

Kortversion av rehabriktlinje vid höft- och knäledsartros, ej postop. rehab

BEDÖMNING/UTREDNING

Diagnosen artros grundar sig på en sammanvägning baserad på anamnes, typiska symtom och klinisk undersökning. Röntgen ska endast användas om detta behövs vid oklara fall för att utesluta andra diagnoser eller annan allvarlig sjukdom eller om det är aktuellt att vidareremittera patienten till ortoped.

Utredningen/bedömningen ska i samråd med patienten leda fram till en behandlingsplan och behandlingen ska ta individuell hänsyn och anpassas efter varje patients förutsättningar och behov.

BEHANDLING

Grundbehandling är information om sjukdomen, fysisk träning, hanteringsstrategier samt egenvårdsråd och vid behov viktreduktion. Ansvarig fysioterapeut/sjukgymnast hänvisar patienten till närmaste artrosskola när det är aktuellt.

Tillägsbehandling av farmakologisk behandling, hjälpmedel, ortopedtekniska insatser och kompletterande paramedicinska åtgärder.

Kirurgiska ingrepp endast 10-15% av höft- knäartrospatienterna blir aktuella för ledprotesoperation.

AVSLUT/HUR GÅR VI VIDARE

När planerade åtgärder är genomförda görs utvärdering av ansvarig behandlare. I de fall utvärderingsinstrument använts följs dessa upp. Vid avslut är det viktigt att informera patienten om vart denne kan vända sig vid förnyade behov.

Målsättningen är alltid att patienten skall kunna fortsätta med någon form av egenvård och efter behandlingen ha en plan för anpassad träning.

PATIENTENS DELAKTIGHET OCH INFORMATION

Patienter erbjuds delta i artrosskola och ges skriftlig samt muntlig info om träningsprogram, praktisk ergonomi, hjälpmedel, ADL-teknik, hanteringsstrategier och annan egenvård då så är aktuellt.

Informationsmaterial om artrosskolans innehåll, målgrupp för artrosskolan och kontaktuppgifter till artrosskolor i länet skall finnas att tillgå på t.ex. vårdcentraler, fysioterapi-/sjukgymnastmottagningar, apotek och ortoped/kirurgmottagning. På reumatikerförbundets – och BOAs hemsida finns karta över BOA-registrerade artrosskolor.