

ÅREFORSNÆVRING I BENENE BEHANDLES BEDST MED TRÆNING

Der er stærk evidens for, at åreforsnævring i benene kan behandles effektivt med superviseret gangtræning. Kun få steder i det danske sundhedsvæsen lever man imidlertid op til anbefalingerne om målrettede tilbud om superviseret gangtræning til patienter med åreforsnævring i benene.

Af politisk konsulent Niels Erik Rasmussen

Symptomerne på åreforsnævring i benene - også kaldet vindueskiggersyndrom eller *claudicatio intermittens* på latin - er smerter i benene og deraf nedsat mobilitet og livskvalitet. I sjældne tilfælde kan sygdommen føre til amputation af benet og død. Sygdommen forekommer hyppigst blandt ældre mænd og rygere er særligt udsatte.

1.400 operationer årligt

Der er årligt over 50.000 tilfælde af åreforsnævring i benene¹. Den klassiske behandling for tilstanden er karkirurgisk operation, der genskaber blodløbet i benene, men der foreligger i dag solid evidens for, at systematisk superviseret gangtræning er ligeså effektiv som operation til de borgere, hvor akut operation ikke er påkrævet. For borgere, der gennemgår operation, har træning effekt som supplement. Det anslås, at der årligt bliver udført omkring 1.400 operationer for åreforsnævring i benene i Danmark.

¹ 53.174 tilfælde i 2016 ifølge hjertal.dk

² Gerhard-Herman MD et al. 2016 AHA/ACC guideline on the management of patients with lower extremity peripheral artery disease: executive summary: a report of the American College of Cardiology/American Heart Association Task Force on Clinical Practice Guidelines. *Circulation*. 2017;135:e686–e725.

Aboyans V et al. ESC Guidelines on the diagnosis and treatment of peripheral arterial diseases, in collaboration with the European Society for Vascular Surgery (ESVS): Document cov-



Åreforsnævring i benene kan behandles effektivt med superviseret træning.

Gangtræning bør anbefales før operation

Superviseret fysisk træning bliver internationalt anbefalet som hovedelementet i rehabilitering af patienter med åreforsnævring i benene². Der er nemlig stærk evidens for, at superviseret gangtræning kan øge gangdistancen og mindske symptomer blandt patienter med åreforsnævring i benene³. For mere end otte ud af ti patienter med åreforsnævring i benene har superviseret gangtræning positiv effekt. Behandlingen øger patienternes gangdistance og livskvalitet⁴.

ering atherosclerotic disease of extracranial carotid and vertebral, mesenteric, renal, upper, and lower extremity arteries. *Europ Heart J*. 2017;2017:8.

Nice Guideline. Peripheral arterial disease: diagnosis and management. 2012. Available from: <https://www.nice.org.uk/guidance/cg147>

³ Se McDermott MM. Exercise training for intermittent claudication. *J Vasc Surg* 2017 Nov;66(5):1612-20 og Lane R, Ellis B, Watson L, Leng GC. Exercise for intermittent claudication. *Cochrane Database Syst Rev* 2014 Jul 18;7:CD000990.

⁴ Se fodnote 5

Manglende tilbud om målrettet træning

På trods af stærk evidens tilbydes superviseret træning ikke systematisk til patienter med åreforsnævring i benene i den danske sundhedsvæsen.

En ny kortlægning af praksis for behandling af åreforsnævring i benene i det danske sundhedsvæsen viser, at man kun få steder lever op til de gældende anbefalinger om at tilbyde målrettet superviseret gangtræning⁵.

Kun 14 % af kommunerne og ingen af de hospitaler, der behandler patienter med åreforsnævring i benene tilbyder rehabiliterende forløb særligt målrettet de pågældende patienter.

I forbindelse med kortlægningen er der gennemført en rundspørge blandt danske karkirurger. Kirurgerne er blandt andet blevet spurgt, om de ville henvise til et standardiseret rehabiliteringsforløb vedr. claudicatio Intermittens, hvis et sådant fandtes. Stort set alle de adspurgte karkirurger tilkendegiver, at de ville henvise til et sådanne tilbud⁶.

Positive erfaringer fra forsøg i Fredericia

I en forsøgsperiode på 2 år har Fredericia Kommune og Sygehus Lillebælt Kolding med støtte fra Sundhedsstyrelsen tilbudt borgere afklarende sundhedssamtaler og systematisk superviseret gangtræning til borgere med åreforsnævring i benene.

Kommunaldirektør i Fredericia Kommune, Annemarie Schou Zacho-Broe forklarer: "Vi har tæt samarbejde med lægerne på Sygehus Lillebælt, men lægerne kommer jo først ind og operere, når det er

gået galt. Både lægerne og vi har en klar fornemmelse af, at forebyggelse er bedre end behandling."

"Forsøget har været en stor succes på to måder. De borgere vi har haft igennem får simpelthen et markant bedre funktionsniveau, og så er vi lykkedes med at sætte et tilbud sammen, der appellerer godt til en gruppe, der måske har levet et tungt og slidt liv, og ikke af sig selv opsøger de gængse tilbud. Vi kan endda se, at mange fortsætter træningen i selvorganiserende grupper", siger hun.

Annemarie Schou Zacho-Broe vurderer, at der er ganske gode chancer for, at tilbuddet vil blive opretholdt efter forsøgsperioden. Kommunen har haft en række amputationer med store økonomiske omkostninger til følge og håber, at den forebyggende indsats, vil kunne nedbringe antallet af amputationer fremover.

Hjerteforeningen: Vigtigt med de rigtige tilbud

Også Hjerteforeningen anbefaler brug af superviseret gangtræning til patienter med åreforsnævring i benene. Hjerteforeningen støtter forskning i hjerte-kar-sygdomme og taler hjerte-kar-patienternes sag i offentligheden. Gunnar Gislason, forskningschef for Hjerteforeningen siger: "Det er vigtigt, at der foreligger tilbud til gangtræning for patienter med åreforkalkning i benene, da der foreligger god evidens for, at gangtræning kombineret med forebyggende medicinsk behandling kan forbedre symptomer og nedsætte behov for invasive indgreb hos denne gruppe patienter. Det giver derfor god mening, at der foreligger systematiske tilbud, som man kan henvise patienterne til."

⁵ Janne Dyrby Jensen, Lars H. Tang, Ann-Dorthe O. Zwisler, Kim C. Houllind & Søren T. Skou (2019) National survey of current practice and opinions on rehabilitation for intermittent

claudication in the Danish Public Healthcare System, Scandinavian Cardiovascular Journal, DOI: 10.1080/14017431.2019.1654614

⁶ Se fodnote 5