

Pixi vejledning til

Strukturerede forløb for patienter med artrose i knæ/hofte

JUNI 2025

Pixi vejledning

til strukturerede forløb for patienter med artrose i knæ eller hofte

Denne vejledning er tiltænkt praktiserende fysioterapeuter. Her finder du en kort oversigt over det strukturerede forløb for patienter med artrose i knæ/hofte. Du får overblik over målgruppen, formål med det strukturerede forløb, adgangsveje, ydelser og anbefalinger til indhold.

Den korte vejledning er baseret på aftaleteksten, strukturerede forløb for patienter med artrose i knæ eller hofte og de underliggende faglige anbefalinger. Vi anbefaler, at du benytter de underliggende dokumenter til yderligere inspiration og for flere detaljer.

Strukturerede forløb

for patienter med artrose i knæ og/eller hofte

Målgruppe

Målgruppen er patienter med symptomer, der er forenelige med artrose i knæ eller hofte. Symptomerne er smerter og/eller funktionsbegrænsninger i knæ/hofte. Det er alene symptomerne, der definerer målgruppen og ikke en diagnose baseret på røntgen eller skanning.

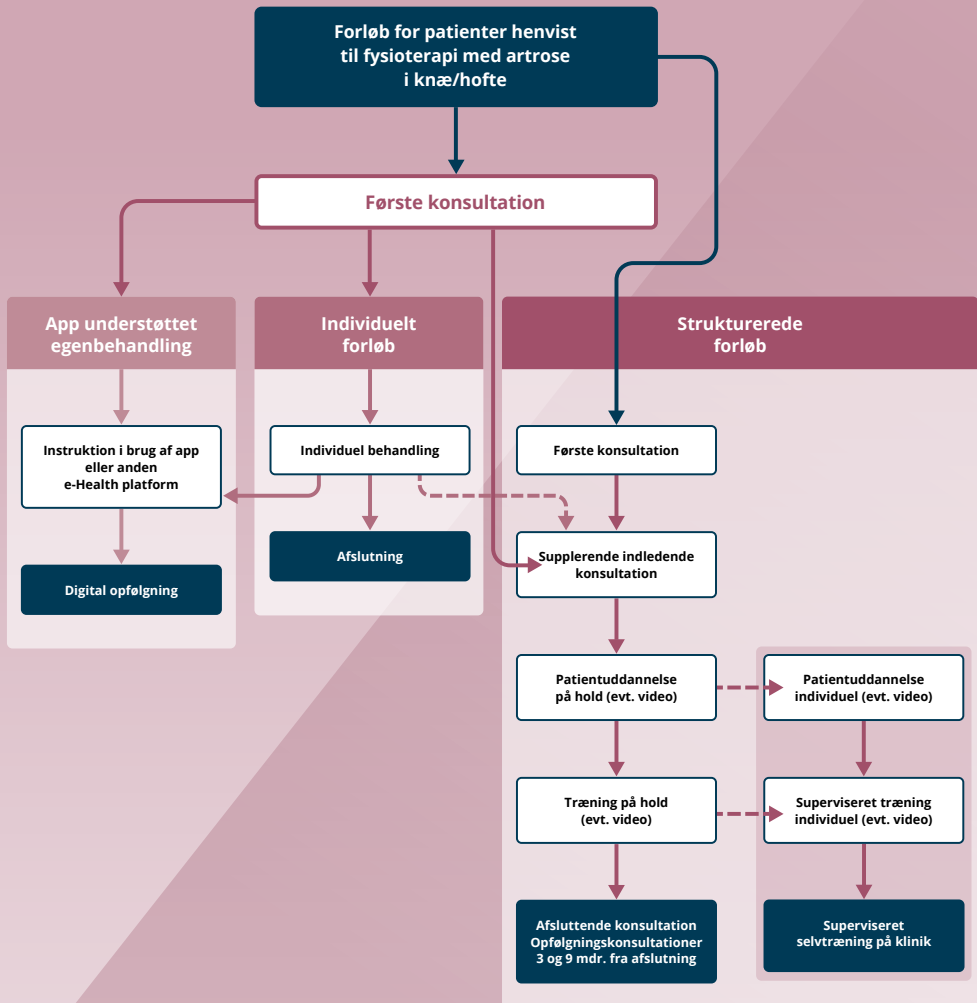
Formål

De generelle formål med strukturerede forløb er dels at understøtte en mere ensartet tilgang til patienter med artrose i knæ/hofte, dels at styrke evidensbaseret undersøgelse og behandling i fysioterapipraksis. Fokus er på en aktiv tilgang bestående af grundig undersøgelse, patientuddannelse og træning, som skal understøtte patientens evne til egenhåndtering af smerter og ændringer i funktionsevne. Desuden indgår systematisk monitorering med test og spørgeskemaer for at understøtte fælles beslutninger om indhold og mål for behandling samt vurdering af patientens udbytte af behandling.

Specifikke formål i dette forløb er at mindske patientens symptomer og forbedre funktion gennem evidensbaseret behandling bestående af patientuddannelse, træning og vægttab, hvis det er relevant. Yderligere er det at understøtte patientens egenhåndtering af symptomer. I enkelte tilfælde vil der være behov for at understøtte patienten i at træffe informerede valg om medicinsk eller kirurgisk behandling i tæt samarbejde med dig, patienten og egen læge eller kirurg.

Adgang

Patienten kan starte forløbet med en *Første konsultation* ved henvisning eller henvendelse, som tydeligt indikerer artrose i knæ/hofte. Her får patienten forinden tilsendt spørgeskemaer. En anden adgang er, at du ved *Første konsultation*, eller i løbet af et individuelt behandlingsforløb finder, at patienten har artrose og egner sig til et struktureret forløb. I de tilfælde starter patienten med *Supplerende indledende konsultation*. Også her får patienten forinden tilsendt spørgeskemaer. Forskellige adgangsveje fremgår af Figur 1.



Figur 1. Patienter henvist til fysioterapi med artrose i knæ/hofte får tilbudt struktureret forløb. Siger patienten nej, eller vurderer du som fysioterapeut, at det ikke passer til patienten, starter patienten i et individuelt forløb, eller eventuelt app-understøttet egenbehandling, og kan evt. senere skifte over efter en *Supplerende indledende konsultation*. I forløbet kan der indgå individuelle konsultationer med *Patientuddannelse* eller *Superviseret træning*. Nogle patienter vil kunne klare sig med digitale eller app-baserede løsninger.

Ydelser i det strukturerede forløb

Strukturerede forløb for patienter med artrose i knæ/hofte består af følgende ydelser:

- *Første konsultation (0110)*
- *Supplerende indledende konsultation (0221)*
- *Holdkonsultation: Patientuddannelse (0223)*
- *Holdkonsultation: Superviseret træning (0224)*
- *Afsluttende konsultation (0227)*
- *To opfølgningskonsultationer (0228)* ca. 3 og 9 måneder efter *Afsluttende konsultation*, dog indenfor 12 måneder fra henvisningsdatoen.

Har patienten ikke mulighed for at gennemføre forløbet på hold, eller kan klinikken på grund af plads eller patientgrundlag ikke tilbyde træning på hold, kan du tilbyde *Individuel konsultation: Patientuddannelse (0225)* og *Individuelt konsultation: Superviseret træning (0226)*, suppleret med *Superviseret selvtræning på klinik (0113)* og/eller selvtræning efter træningsprogram ([se Figur 1](#)).

I [Figur 2](#) finder du en oversigt over indhold i ydelser i det strukturerede forløb. I det følgende uddyber vi kort noget af indholdet i de enkelte ydelser. For yderligere detaljer henviser vi til overenskomstens aftale om strukturerede forløb for patienter med artrose i knæ/hofte, de faglige anbefalinger og beskrivelsen af det strukturerede forløb.

Første konsultation

Første konsultation og *Supplerende indledende konsultation* kan ligge på samme dag, hvis patienten starter direkte i det strukturerede forløb. Ellers starter forløbet med *Supplerende indledende konsultation*.

Den *Supplerende indledende konsultation* indeholder sammen med *Første konsultation*

flere komponenter, som du som fysioterapeut på baggrund af dine faglige kompetencer prioriterer ift. hver enkelt patient, [se Figur 2](#).

Spørgeskemaer

Du gennemgår sammen med patienten svar på spørgeskemaerne:

- Numeric Pain Rating Scale (NPRS) – (NPRS KNÆ) (NPRS HOFTE), som patienten har udfyldt på forhånd
- Knee injury and Osteoarthritis Outcome Score 12 (KOOS12), som patienter med artrose i knæ har udfyldt på forhånd
- Hip disability and Osteoarthritis Outcome Score 12 (HOOS12), som patienter med artrose i hofte har udfyldt på forhånd
- Patient Specifik Funktions Skala (PSFS), som I udfylder sammen ved *Supplerende indledende konsultation*

Klinisk undersøgelse og test

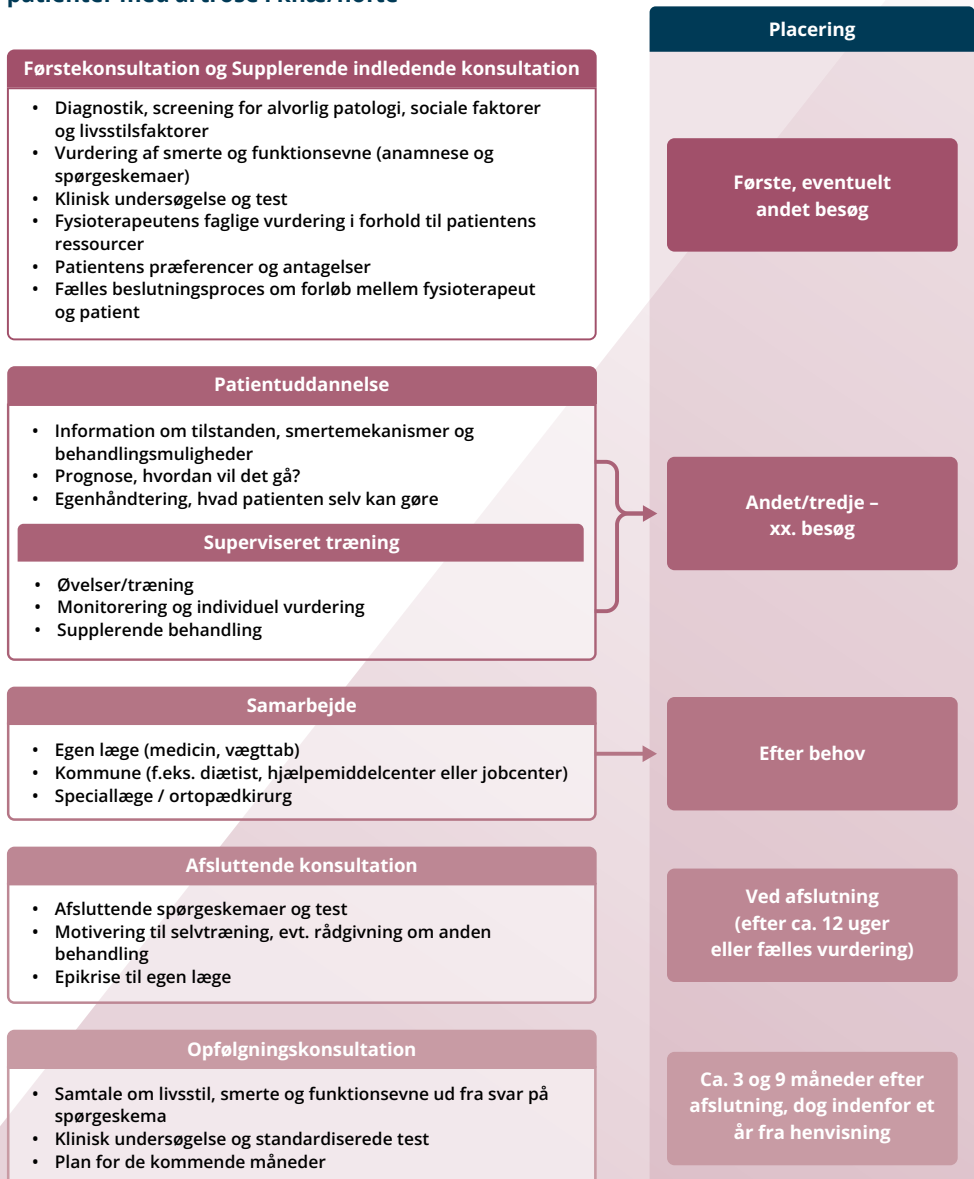
Udover klinisk undersøgelse udfører du som fysioterapeut relevante funktionstest, som udgangspunkt for vurdering af niveau for træning og mål, der følges op på senere i forløbet:

- Rejse/sætte sig (obligatorisk og registreres)
- Timed Up and Go (TUG)
- 40 m. gangtest

Fælles beslutningstagen

På baggrund af anamnesen, svar på spørgeskemaer, undersøgelsesresultater og patientens mål aftaler I en plan for det videre forløb, herunder tid og form (hold eller individuel) for patientuddannelse og træning.

Oversigt over ydelser i strukturerede forløb for patienter med artrose i knæ/hofte



Figur 2. Oversigt over elementer i et struktureret forløb for patienter med artrose i knæ/hofte.

Patientuddannelse

Patientuddannelse skal medvirke til at forbedre compliance, sygdomsopfattelse, smertehåndtering, egenhåndtering og motivere til forståelse af træning som den væsentligste behandling hos patienter med artrose i knæ/hofte. Patientuddannelse bør af hensyn til compliance ligge tidligt i forløbet, særskilt fra træningen, men elementer fra patientuddannelsen integreres i hele forløbet.

Patientuddannelsen er som udgangspunkt gruppebaseret, og udnytter den dynamik, der kan være i en gruppe. Hvis patientuddannelse ikke er muligt på hold, kan patientuddannelse undtagelsesvist foregå individuelt.

Superviseret træning

Holdkonsultation

Træning er en del af kernebehandlingen i det strukturerede forløb, og kan bestå af styrketræning, konditionstræning, balance- og stabilitetstræning, vægtbærende/ikke-vægtbærende træning som er tilpasset den enkelte patient. Evidensen viser, at der ikke er forskel på, hvilken af ovenstående træningsformer patienten udfører, effekten er den samme. Det vigtigste er, at patienten udfører træning som en del af deres kernebehandling. I træningsforløbet indgår opfølgning på patientuddannelse, justering af øvelser og vurdering af i hvor høj grad den enkelte patient har nået sine mål og kan afsluttes. Overenskomsten angiver 12-16 gange med træning. Du kan tilbyde holdtræning via video.

Individuel konsultation

Træningen er som udgangspunkt holdtræning, men der er mulighed for at tilbyde individuel superviseret træning, hvis holdtræning ikke er muligt. Det kan være som følge af, at patienten har social angst, risiko for patientsikkerheden eller på klinikker med få patienter med den pågældende diagnose. Ydelsen kan gives op til seks gange og lægger op til videre *Selvtræning på klinik* eller hjemme. Du kan tilbyde individuel træning via video.

Afsluttende konsultation

Ved den *Afsluttende konsultation* gennemgår du sammen med patienten resultaterne målt på spørgeskemaer og de standardiserede test, som også blev udført ved starten af det strukturerede forløb.

Da træning ikke ændrer strukturel artrose, ophører de gavnlige effekter af træningen, hvis træningen ikke længere udføres. Derfor er det væsentligt, at du som fysioterapeut fremhæver vigtigheden af vedvarende træning og fysisk aktivitet, samt understøtter overgangen til patientens egenhåndtering af træning. En af de bærende elementer i konsultationen er dermed motivation til egenhåndtering fremover.

Opfølgningskonsultation

Formålet er at rådgive omkring træning og livsstil, samt motivere til videre træning. Indholdet består af en samtale om livsstil, smerte og funktionsevne ud fra svar på spørgeskema, en plan for de næste tre eller seks mdr., samtale om motivation for selvtræning, information om forebyggelse af tilbagefald, understøtte patientens egenhåndtering, fornyelse af behandlingsplan for patienten med fokus på selvtræning samt journalføring af fund og ny behandlingsplan.

Supplerende behandling

Farmakologisk behandling kan være nødvendig i en kortere periode for at komme i gang med træning, men det skal ske i tæt samarbejde med egen læge. Hjælpemidler til gang eller andet kan overvejes ift. patientens behov.

Samarbejde

Der kan opstå situationer, hvor der er brug for at koordinere indsatser med andre sundhedsprofessionelle, især i de tilfælde hvor gode resultater udebliver, eller der opstår forværring og operation er en overvejelse.

For at få bedst mulige resultater, skal overvægtige patienter motiveres for vægttab gennem samarbejde med andre parter, f.eks. egen læge eller kommunale tilbud om vægttab.



Vær opmærksom på relevante tilbud i din kommune og regler for henvisning til disse.

Ved smertefulde tilstande, kan samarbejde med egen læge om kortvarig medicinering komme på tale, men også det modsatte, nemlig udtrapning af ineffektiv eller vanedannende medicin.

For enkelte patienter, som ikke har gavn af træning og/eller vægttab, kan henvisning til speciallæge eller ortopædkirurg via egen læge komme på tale. Vær i den forbindelse opmærksom på, at hver region har forløbsprogrammer for patienter med artrose i knæ/hofte, som skal følges. Typisk kræver de et træningsforløb i primærsektoren, inden operation overvejes.

