

Har du artrose (også kaldet slidgigt) i hoften?

Forskning peger på, at træning og patientuddannelse kan lindre smerter og forbedre funktionsevnen, hvis man har hofteartrose.

Fysioterapiklinikker og hospitaler i Aarhus, Skanderborg, Vejle, Silkeborg og Viborg deltager lige nu i et lodtrækningsforsøg, som undersøger om patientuddannelse alene kan lindre smerter og forbedre funktionsevnen, eller om det er nødvendigt at kombinere det med træning under vejledning af en fysioterapeut. Dertil undersøges det også for nogle deltagere hvordan disse behandlingsforløb påvirker strukturerne i hofteledet.

Hvis du vil være med i forsøget, vil du få gratis patientuddannelse uanset hvilken gruppe du bliver udtrukket til. Den ene halvdel af alle deltagere vil blive udtrukket til også at modtage et 12 måneders gratis træningsforløb. Her vil en fysioterapeut hjælpe dig med at komme godt i gang med træningen og justere den undervejs. Du skal kunne se dig selv være med i et projekt, hvor du får patientuddannelse, træning og bliver testet ved start samt efter 3 og 12 mdr.

Kriterierne for at kunne deltage er bl.a.:

1. Du skal være 45 år eller ældre og lide af hofteartrose, som giver dig daglige smerter fra din hofte.
2. Du skal have fået taget et røntgenbillede inden for de seneste 2 år af din hofte, som viser tegn på hofteartrose.
3. Du må ikke have lavet styrketræning af benene mere end 12 gange over de seneste 6 måneder, eller mere end 6 gange over de seneste 3 måneder
4. Du må ikke være opereret i benene (fra hoften og ned) inden for de seneste 6 måneder

Er det noget du kunne tænke dig at høre mere om? I så fald vil vi bede dig kontakte nedenstående mail. Så vil vi sende nogle flere informationer om forsøget, og hvad det betyder for dig, hvis du vælger at deltage. Yderligere vil vi sende et elektronisk spørgeskema, så vi kan afklare om du umiddelbart passer på målgruppen for forsøget.

Hvis du er interesseret, send en mail med telefonnummer til:

eduexforskning@gmail.com

