

Experten Konsens

GONARTHROSE – AKTIVER GONARTHROSEPATIENT

Eine leitliniengerechte Behandlung der Gonarthrose ist eine interdisziplinäre Aufgabe, die der Patient maßgeblich mit beeinflussen kann. Neben den ärztlichen und therapeutischen Maßnahmen sollte der Patienten über das Krankheitsbild und seinen individuellen Zustand umfassend aufgeklärt werden. Körperliche Aktivität, Gewichtsreduktion und Bewegungsübungen sind Bestandteile, die im Rahmen einer Basis-Therapie adressiert werden sollten. Eine unzureichende Behandlung bei vor allem jungen Patienten kann zu

einer Vielzahl weiterer Beschwerden führen. Daher ist es besonders wichtig, die richtige, spezifische Therapie einzuleiten.

Aus diesem Grund hat Össur ein Konsensus-Meeting durchgeführt, um mit Experten aus aller Welt Empfehlungen zur spezifischen konservativen Therapie zu erarbeiten. Hierzu wurden in Vorbereitung auf ein 1,5-tägiges „Face to Face“-Meeting ein standardisierter Fragebogen an alle Teilnehmer, Moderatoren und Referenten versendet, um die aktuellen Strategien zu erfassen und zu analysieren. Die Auswertung der Fragebögen diente als Grundlage für die Diskussion zwischen den Experten.

Beispielhaft wurden drei unterschiedliche Patienten beschrieben und ein Konsens zur spezifischen und leitliniengerechten Therapie erarbeitet und im Rahmen einer Delphi Runde anschließend konsentiert.

Die Ergebnisse aus den einzelnen Workshops zeigen die Vielfalt und den hohen Anspruch der Teilnehmer an eine umfassende und nachhaltige Gonarthrosetherapieempfehlung bei unterschiedlichen Patienten.

Teilnehmer des Experten Konsens "Gonarthrose – Biomechanik & Biologika", London 2019



Patienteninformation: Aktiver Lebensstil trotz mäßiger Einschränkungen im Alltag

Behandlungsziel: Erhalt des Knorpels und Aufrechterhaltung eines hohen Aktivitätsniveaus

Expertengremium: A. Anz (USA) | B. Devitt (AUS) | W. Potthast (GER) | C. Stolz (GER) | P. Heinzelmann (GER) | P. Crocker (UK) | C. Oliva (UK) | T. Williams (UK) | C. Minshull (UK) | M. Aunger (UK) | T. Billers (UK) | A. Hegab (UK) | Y. Kordofani (UK) | N. Boyd (UK) | V. Ford (UK) | B. Busfield (USA) | A. Patel (USA) | J. Boyer (USA)

Diagnostik	Akute Phase: Woche 0–6	Sub-akute Phase: Woche 7–12		Fortlaufende Therapie: Woche >13	Kommentare
		Responder	Non Responder		
Belastete Röntgen-Aufnahmen, Ganzbeinstandaufnahme	X				
Anamnese	X	X	X	X	
Funktionelle Untersuchung	X	X	X	X	
Sonographie			X		
MRT			X		bei Gelenkblockierungen auch in der akuten Phase
Sozialanamnese	X	X	X	X	
Sportartspezifische Tests		X		X	
Basistherapie					
Patientenschulung/Anpassung des Lebenswandels	X	X	X	X	
Aqua Therapie	X	X	X	X	
Krafttraining	X (beschwerde- adaptiert)	X	X	X	
körperliches Training	X	X	X	X	
Gewichtsoptimierung	X	X	X	X	

Experten Konsens GONARTHROSE – AKTIVER GONARTHROSEPATIENT

	Akute Phase: Woche 0–6	Sub-akute Phase: Woche 7–12		Fortlaufende Therapie: Woche >13	Kommentare
		Responder	Non Responder		
Orthopädietechnische Maßnahmen					
Unloader Orthese	X (brace-test)	X	X	X	
Einlagen (ggf. mit Erhöhung)	X	X	X	X	Innen-/Aussenranderhöhung je nach Indikation
Je nach Sportart: Anpassung Schuhwerk/Untergrund	Umstellung/ Anpassung	X		X	
Dynamic taping			X	X	
Gang-/Laufschule		X	X	X	
Medikamentöse Therapie					
NSAR (oral/ topisch)	X				
Paracetamol	X				
i.a. Steroide			X		
DMOADs					
HA			X	X	
PRP			X	X	
Weitere Therapieoptionen					
Physiotherapeutische Maßnahmen	X	X	X	X	
Kältetherapie	X				
Psychologische Beratung	X		X	X	
Operative Therapie					
Arthroskopie					Bei mechanischen Symptomen K & L 2/3
Osteotomie/Re-Alignment					Bei bestehendem Malalignment und bei Versagen der initialen therapeutischen Maßnahmen



Die Unloader One®-Orthesen von Össur sind die am besten untersuchten Entlastungsorthesen und können wissenschaftlich nachgewiesen Schmerzen lindern und die Beweglichkeit verbessern^{5,6}.

Die dynamischen Zuggurte mit Smart Dosing™ Rad erlauben Patienten das Ausmaß der Entlastung selbst zu steuern. So kann der Patient aktiv an der Behandlung teilnehmen.

- Osteoarthritis: Care and management in adults [Internet] [cited 2014 Jul 21]. Available from: <http://www.nice.org.uk/Guidance/CG177>
- Stöve J, Deutsche Gesellschaft für Orthopädie und Orthopädische Chirurgie (DGOOC), 2018. Gonarthrose S2k Leitlinie, AWMF online Das Portal der wissenschaftlichen Medizin, download 04.04.2018
- Moyer R, Birmingham T, Marriot K, Bryant D, Leitch K, Giffin J, Marriot K, Leitch M. Valgus bracing for knee osteoarthritis: a meta-analysis of randomized trials. Arthritis Care & Research. 2015;67(4), 493–501.
- Gohal C, Shanmugaraj A, Bedi A, Adili A, Khan M. Effectiveness of Valgus Offloading Knee Braces in the Treatment of Medial Compartment Knee Osteoarthritis: A Systematic Review, Sports Health. 2018; 10(6):500-514
- Phillips et al. (2016) Treatment of Osteoarthritis of the Knee with Bracing: A Scoping Review. Orthopedic Reviews 2016; volume 8.
- Briggs KK, Matheny LM, Steadman JR. Improvement in quality of life with use of an unloader knee brace in active patients with OA: a prospective cohort study J Knee Surg. 2012 Nov; 25(5):417-21.