

Slitgigt í hné og mjöðm: Meðferðarúrræði og áhrif þeirra á lífsgæði

Birta Guðný Árnadóttir, Elísabet Páley Vignisdóttir, Erna Hödd Pálmadóttir, Jóhanna Ragnheiður Sigurbjörnsdóttir og Sævar Ingpórsson



Tilgangur

- Að greina áhrif mismunandi meðferðarúrræða á lífsgæði
- Áhersla á hvernig hjúkrun getur stuðlað að bættum lífsgæðum og aukinni hreyfigetu

Rannsóknarspurning:

- Hvernig hefur verkjameðferð og/eða önnur meðferðarúrræði áhrif á lífsgæði einstaklinga með slitgigt í hné samanborið við slitgigt í mjöðm

Aðferðafræði

- Fræðileg samantekt (e. literature review)
- Rannsóknarspurning sett fram með PICOT-viðmiðum
- Gagnasöfnun og leitarniðurstöður:
 - CINAHL, PubMed og Web of Science
- PRISMA- flæðirit:
 - Útilokaðar greinar eftir lestur á titlum = 1432
 - Greinar sem uppfylltu inntökuskilyrði eftir lestur = 35

Niðurstöður: Meðferðir án lyfja

Hreyfimeðferð:

- Einstaklingsmiðuð hreyfimeðferð með stuðningi fagfólks og fræðslu getur bætt verki, hreyfigetu og lífsgæði, en árangur ræðst að miklu leyti til af þátttöku, meðferðarheldni og eftirfylgni.

Lífstílsbreytingar og þyngdarstjórnun:

- Mataræði og þyngdarstjórnun sem hluti af einstaklingsmiðaðari lífstílsmeðferð getur dregið úr verkjum, bætt hreyfigetu og hægt á framvindu slitgigtar

Sálfélagsleg nálgun og fræðsla:

- Sálfélagslegur stuðningur og fræðsla undir handleiðslu hjúkrunarfræðinga getur bætt líðan, eft sjálfstraust og aukið meðferðarheldni einstaklinga með slitgigt.

Viðbótarmeðferðir:

- Viðbótarmeðferðir eins og nálastungur, TENS og nudd geta dregið úr verkjum og bætt líðan einstaklinga, sérstaklega ef meðferðin er veitt samhliða hefðbundinni meðferð með og án lyfja

Umræður

Markmið meðferðar er skýrt að draga úr verkjum og bæta hreyfigetu:

- Leiðin þangað er ekki alltaf einföld
- Engin ein meðferð hentar öllum

Mikið ósamræmi er í rannsóknum á meðferðarúrræðum:

- Skortur er á samanburð til að meta árangur eftir staðsetningu
- Áhrif meðferðarúrræða á slitgigt í mjöðm minna rannsakað

Nýjustu tölur frá Embætti landlæknis (2025) um liðskiptaaðgerðir benda til aðgengisvanda í heilbrigðiskerfinu:

- Árið 2023 voru aðeins 17% (hné) og 27% (mjöðm) sem komust í liðskiptaaðgerð innan 3 mánaða

Hjúkrunarfræðingar gegna mikilvægu hlutverki í fræðslu, stuðningi og aðlögun meðferðar að daglegu lífi

Niðurstöður: Meðferðir með lyfjum

- Etoricoxib og Diclofenac höfðu marktækt jákvæð áhrif á lífsgæði
- Parasetamol og ópíóíðar höfðu engin marktæk áhrif á lífsgæði
- Ósamræmi í niðurstöðum á Duloxetine
- Ósamræmi í niðurstöðum á stungulyfjum í lið

Niðurstöður: Liðskiptaaðgerðir

Liðskipti á hnjálið:

- Marktækt jákvæð áhrif á lífsgæði
- Betri virknistigun og minni verkir fyrir aðgerð samanborið við mjaðmarlið

Liðskipti á mjaðmarlið:

- Marktækt jákvæð áhrif á lífsgæði
- Ári eftir aðgerð lítill sem enginn munur á bætingu á virkni samanborið við hnjálið

Liðskiptaaðgerðir og offitusjúkdómar:

- Ósamræmi milli rannsókna