

# Kortversion – Personcentrerat och sammanhållet vårdförlopp (PSVF) för höft- och knäledsartros - primärvård



## Diagnos

Ställs genom sammanvägd bedömning av anamnes och kliniska fynd.

### Röda flaggor

- Trauma i anamnesen
- Annan aktiv sjukdom i anamnesen
- Nedsatt allmäntillstånd
- Viktförlust
- Smärta nattetid
- Konstant/progressiv smärta
- Morgonstelhet > 30 min
- Rodnad, värme och leddsvullnad

### Anamnes & Symtom

- Ålder > 45 år
- Morgonstelhet < 30 min
- Belastningssmärta
- Nedsatt funktion

### Helhetsbedömning

1. Artrosens påverkan på:
  - fysisk funktion och livskvalitet
  - stämmningsläge, relationer
2. Annan smärta från rörelseorganen
3. Andra sjukdomar
4. Attityd till träning
5. Levnadsvanor

### Differentialdiagnoser

Gikt, RA, psoriasisartrit och andra inflammatoriska leddsjukdomar, septisk artrit, osteonekros, malignitet, fraktur, ryggutlösta symtom

### Kliniska fynd

#### Höft:

- Nedsatt rörelseomfång i flexion och inåtrotation
- Smärta vid inåtrotation

#### Knä:

- Palpationsömheter
- Ev. svullnad/ breddökning
- Ev. nedsatt rörelseomfång
- varus/valgus

### Slätröntgen

Vid oklar diagnos och inför remiss för ortopedisk bedömning.

## Behandling

### Patientutbildning

Information om artros och egenvård.

### Träning/fysisk aktivitet

- Handledd träning hos fysioterapeut > 10 ggr
- Egenträning med ev. stöd av digital artrosskola
- Följ rekommendationerna om fysisk aktivitet

### Viktning

- Stöd till hälsosamma matvanor och beteendeförändring
- Vid behov dietist/läkarkontakt, för ytterligare åtgärder



### Behandlingsplan

- Formuleras i samråd med patienten
- Tar hänsyn till övriga sjukdomar
- Utvärderas och revideras vid behov

### Icke farmakologisk

- Gånghjälpmiddel
- ADL-hjälpmiddel

### Farmakologisk

1. Cox-hämmare, OBS Ålder och kontraindikationer
2. Paracetamol vid behov eller regelbundet
3. Enstaka intraartikulära kortisoninjektion (knä)

## Remiss till ortoped

- Oacceptabel smärta eller funktionsinskränkning efter genomgången grund- och tilläggsbehandling enligt behandlingspyramiden
- Röntgenverifierad artros
- Patienten är intresserad av proteskirurgi

### Remissinnehåll

AKO Skåne-riktlinje. Obs tillräcklig information för att kunna bedöma om patienten är samordningsbar