

WAS IST DIE BESSERE WAHL BEI HÜFTGELENKSARTHROSE: HÜFT-TEP ODER EDUKATION PLUS TRAINING?

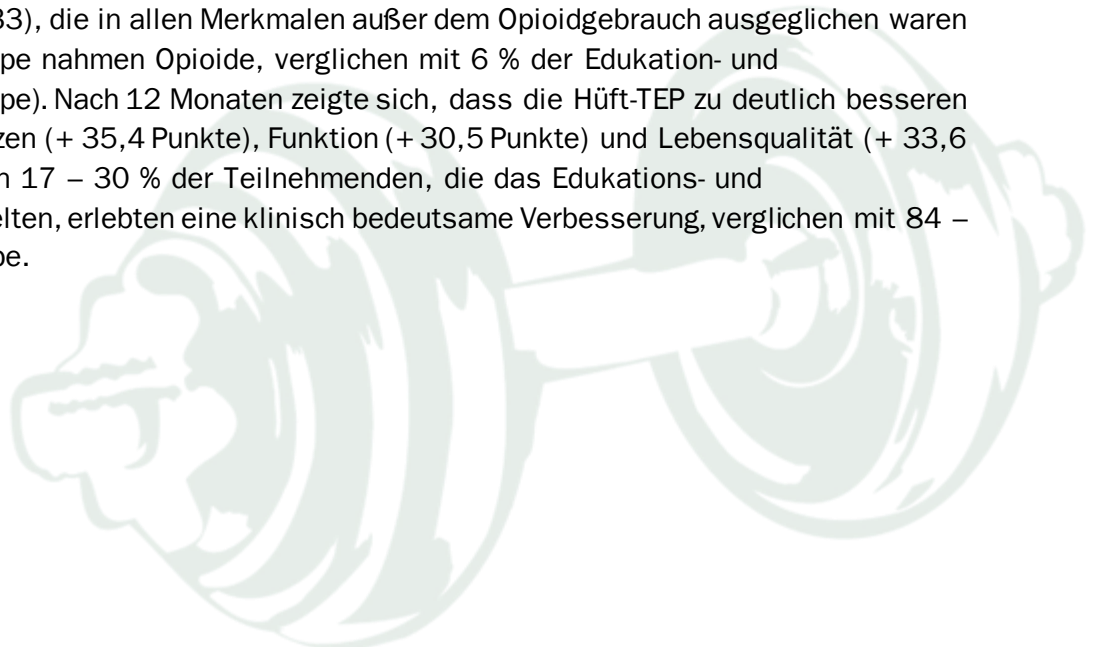
>> GESTUFTES VERSORGUNGSMODELL SINNVOLL

// **HINTERGRUND:** Bis zum Jahr 2050 wird geschätzt, dass 63 Millionen Menschen von Hüftgelenksarthrose betroffen sein werden, was eine erhebliche und wachsende Belastung für Gesundheitssysteme darstellt. Ein großer Teil dieser Belastung entsteht durch die jährlich mehr als 1 Million weltweit durchgeführten Hüftendoprothesen, deren Anzahl jedes Jahr weiter steigt. Programme, die auf Edukation und Training setzen, könnten dazu beitragen, die Anzahl der benötigten Hüftendoprothesen zu verringern. Allerdings gibt es bisher nur begrenzte Daten, die diese Annahme unterstützen. Das Ziel dieser Studie war es, den Effekt von Hüftendoprothesen im Vergleich zu Edukation plus Training auf Schmerz, Funktion und Lebensqualität nach 3 und 12 Monaten zu untersuchen.

// **METHODIK:** Diese Kohortenstudie war eine sekundäre Analyse von Daten, die aus zwei prospektiven Registern zusammengeführt wurden: „Longitudinal Evaluation in the Arthritis Program–Osteoarthritis (LEAP-OA) THA cohort“ und „GLA:D Canada Edu + Ex cohort“. Die Personen wurden so ausgewählt, dass sie ähnliche Merkmale hatten, und dann in zwei Gruppen eingeteilt. Um den Einfluss der Behandlungen auf Schmerzen, Funktion und Lebensqualität zu untersuchen, haben die kanadisch-dänischen Wissenschaftler die Veränderungen von vor der Behandlung bis zu den Nachuntersuchungen nach 3 und 12 Monaten verglichen.

// **EDUKATION PLUS TRAINING:** Das Edukations- und Trainingsprogramm bestand aus zwei Infoveranstaltungen sowie 12 überwachten Trainingseinheiten, die über einen Zeitraum von 6-8 Wochen zweimal pro Woche stattfinden. Die Infoveranstaltungen behandelten Themen wie allgemeine Kenntnisse über Hüftgelenksarthrose, häufige Symptome, Behandlungs- und Selbstmanagementoptionen sowie Möglichkeiten zur Verbesserung der allgemeinen Gesundheit durch Bewegung und Selbstmanagement. Die überwachten Trainingseinheiten basieren auf einem neuromuskulären Übungsprogramm, das darauf abzielt, die funktionelle Stabilisierung des Hüftgelenks zu fördern, um Schmerzen zu reduzieren und die Funktion zu verbessern. Dabei werden die Übungen in einer Gruppe durchgeführt und individuell an die Fähigkeit der Personen angepasst.

// **ERGEBNISSE:** Die gematchte Stichprobe bestand aus 266 Teilnehmenden (Edukation + Training n = 133; Hüft-TEP n = 133), die in allen Merkmalen außer dem Opioidgebrauch ausgeglichen waren (12 % der Hüft-TEP-Gruppe nahmen Opioide, verglichen mit 6 % der Edukation- und Trainingsprogramm-Gruppe). Nach 12 Monaten zeigte sich, dass die Hüft-TEP zu deutlich besseren Ergebnissen bei Schmerzen (+ 35,4 Punkte), Funktion (+ 30,5 Punkte) und Lebensqualität (+ 33,6 Punkte) führte. Zwischen 17 – 30 % der Teilnehmenden, die das Edukations- und Trainingsprogramm erhielten, erlebten eine klinisch bedeutsame Verbesserung, verglichen mit 84 – 90 % der Hüft-TEP-Gruppe.



// **DISKUSSION:** Die herkömmliche Indikation für eine OP erfolgt nach erfolgloser konservativer Behandlung, doch diese ist oft unklar definiert. Um die Behandlung von Hüftgelenksarthrose zu verbessern, könnte ein gestuftes Versorgungsmodell eingesetzt werden. Dabei erhalten Patient*innen zunächst ein Edukation- und Trainingsprogramm und können dann je nach Bedarf eine Hüft-TEP-OP durchführen lassen. Dieses Modell könnte die nicht-operative Behandlung standardisieren, die Entscheidungsfindung für OPs verbessern und die Ressourcenverteilung optimieren. Vor allem, da die Autoren feststellten, dass bei einem von drei Edukations- und Trainingsprogramm-Patient*innen eine klinisch bedeutsame Verbesserung in Funktion oder Lebensqualität erreicht wurde. Zukünftige Forschung sollte darauf abzielen, Patient*innen zu identifizieren, die wahrscheinlich von Edukation plus Training oder Hüftendoprothesen profitieren, um die Entwicklung integrierter risikoadaptierter chirurgischer Behandlungspfade zu unterstützen, die dazu beitragen könnten, den Bedarf an Hüftendoprothesen zu verringern.

// **KONKLUSION:** Eine Hüft-TEP führt zu größeren Verbesserungen bei Schmerzen, Funktion und Lebensqualität. Trotzdem hatte auch ein beachtlicher Anteil der Edukations- und Trainings-Gruppe klinisch bedeutsame Verbesserungen, was darauf hindeutet, dass eine Kombination aus Edukation und Training bei einigen Personen zu einer Aufschiebung der Hüft-TEP-OP führen könnte. Jedoch sind bestätigende Studien erforderlich.

Young JJ, Zywił MG, Skou ST et al. Total hip arthroplasty versus education and exercise: a propensity-matched analysis of 266 patients who have hip osteoarthritis. J Arthroplasty 2024; 24: 00420-0.

