

EFFEKTEN AV ET SELVMESTRINGSPROGRAM HOS PASIENTER MED LATERALE HOFTESMERTER

Vi skal starte en studie som ser på behandlingen av pasienter med laterale hoftesmerter, og ønsker **henvisninger til vår poliklinikk på aktuelle hoftepasienter**. Pasientene vil få time hos lege på fysikalsk medisinsk poliklinikk for diagnostikk, samt informasjon om studien.

Informasjon om prosjektet

Laterale hoftesmerter er vanlig, men forskjellige behandlingsmetoder som informasjon og råd, trykkbølger, øvelser, kortisoninjeksjoner og massasje er forsøkt med varierende effekt. Vi ønsker i dette prosjektet å undersøke om opplæring i et selvmestringsprogram gir bedre effekt på smerter og funksjon enn vanlig behandling som tilbys for plagene.

Deltagere i prosjektet vil bli tilfeldig fordelt til en av to grupper:

1. **Selvmestringsprogram:** Pasientene kommer til 3-5 timer med fysioterapeut. Målet er å finne frem til en god håndtering av plagene, slik at pasienten kan fungere best mulig i hverdagen sin.
2. **Vanlig behandling:** Generelle råd av lege i avdelingen, og videre oppfølging i primærhelsetjenesten.

Alle pasienter vil få informasjon om studien, og de som samtykker vil få tilsendt spørreskjema elektronisk ved oppstart og etter 3, 6 og 12 mnd. Det vil være legekontroll etter 6 måneder. De som ikke samtykker og/eller ikke oppfyller inklusjonskriterier tilbys standard behandling ved avdelingen, som er undersøkelse og råd av lege, og videre oppfølging i primærhelsetjenesten.

Inklusjonskriterier:

- 18-70 år, beherske norsk muntlig og skriftlig
- Laterale hoftesmerter \geq 3 mnd

Godkjenning: Prosjektet er godkjent av Regional komite for medisinsk og helsefaglig forskningsetikk 2023/590816

Kontaktinformasjon

Henvisningene sendes som ordinær henvisning til poliklinikk ved avdeling for Fysikalsk medisin og rehabilitering. Ved spørsmål kontaktes:

Marianne Bakke Johnsen (prosjektleder); m.b.johnsen@medisin.uio.no eller

Maren Lunder Wefring (lege og stipendiat); m.l.wefring@medisin.uio.no