Førsteforfatter Nina Kise. Foto: © UiO/Øystein H. Horgmo

Kirurgi eller trening ved meniskruptur?

I en norsk studie, publisert i tidsskriftet *BMJ*, ble det ikke vist noen forskjell mellom operasjon og konservativ behandling ved degenerativ meniskruptur.

Degenerativ meniskruptur kan være første tegn på artroseutvikling i knærne. De siste tiårene har artroskopisk meniskreseksjon vært vanlig behandling. I en norsk studie som nylig ble publisert i *BMJ*, ble trenings-terapi sammenlignet med kirurgisk behandling (1).

Studien omfattet 140 pasienter i alderen 35–60 år, alle med degenerativ meniskruptur bekreftet med MR-undersøkelse, hvorav 96 % ikke hadde radiologiske tegn til gonartrose. Deltagerne ble randomisert til behandling med enten artroskopisk meniskreseksjon eller veiledet treningsterapi, dvs. styrke- og balanseøvelser 2–3 ganger per uke i 12 uker.

Etter to år var det ingen klinisk relevante eller statistisk signifikante forskjeller mellom de to gruppene i pasientevaluert knefunksjon, smerte, funksjon i sport og rekreasjonsaktiviteter eller «knerelatert livskvalitet». I begge gruppene var det klinisk relevant og statistisk signifikant bedring. Treningsgruppen hadde bedre muskelstyrke etter tre måneder, men det var ingen forskjeller i funksjonstester etter tre og 12 måneder. 13 pasienter i treningsgruppen ble operert i løpet av oppfølgingsperioden, men dette ga ingen tilleggseffekt. Ingen alvorlige komplikasjoner ble registrert.

– Disse resultatene bør motivere klinikere og middelaldrende pasienter med degenerativ meniskruptur uten radiologiske tegn til gonartrose til å vurdere treningsterapi som

et behandlingsalternativ, sier Nina Kise, som er ortopedisk kirurg ved Martina Hansens Hospital og artikkelens førsteforfatter.

Forskningsgruppen

Denne artikkelen springer ut av et norsk-dansk forskningssamarbeid som ledes av professor og fysioterapeut May Arna Risberg ved Oslo universitetssykehus og professor og fysioterapeut Ewa M. Roos ved Syddansk Universitet, i samarbeid med Silje Stensrud, førsteamanuensis og fysioterapeut ved Høgskolen i Oslo og Akershus og Lars Engebretsen, professor og ortopedisk kirurg ved Oslo universitetssykehus.

Kaveh Rashidi
Tidsskriftet

Litteratur

1. Kise NJ, Risberg MA, Stensrud S et al. Exercise therapy versus arthroscopic partial meniscectomy for degenerative meniscal tear in middle aged patients: randomised controlled trial with two year follow-up. *BMJ* 2016; 354: i3740.

Ordforklaringer

Degenerativ meniskruptur: Atraumatisk forandring i menisksubstansen med gjennomgående defekt til meniskens overflate.

Artroskopisk meniskreseksjon: Kikkhullsope-rasjon der deler av menisken blir fjernet kirurgisk.

➤ Artikkelen ble publisert i det prestisjetunge tidsskriftet *BMJ* i juli 2016