

Nyhedsmail September 2022



**DANSK
IDRÆTSMEDICINSK
SELSKAB**

Kære DIMS medlem,

SPORTSKONGRESSEN 2023

Efter 2 år med Covid-19, som medførte aflysning af Sportskongressen i 2021 og 2022, er det nu en stor glæde for DIMS og DSSF at byde velkommen tilbage til Sportskongressen 2023, som løber af stablen den 02.-04. februar 2023. Der er planlagt et spændende program, som kan ses på:

<https://www.sportskongres.dk/programme/>

OBS Deadline for abstracts er den 15.10.2022 <https://www.sportskongres.dk/abstracts/>.

Vi glæder os til at se jer!

Tilmelding via <https://www.sportskongres.dk/registration/>

HUSK Early Bird pris for DIMS-medlemmer DKK 4100,-

**#SPORTS
KONGRES
2023
FEB 2 - FEB 4
COPENHAGEN**

Månedens stafet:

Sidste måneds afsender:

Simon Døssing, Overlæge, ph.d. ved Institut for Idrætsmedicin og Idrætskirurgisk Enhed, Bispebjerg Hospital.

Denne måneds modtager:

Bjarne Mygind-Klavsen, Overlæge ved Idrætsklinikken, Klinik for Ortopædkirurgi, Aarhus Universitetshospital.

Overlæge, ph.d. Simon Døssing har stillet følgende spørgsmål: “Hvilken udredning og behandling gennemgår patienter med Femoroacetabular Impingement Syndrom (FAIS) i idrætsmedicinsk og idrætskirurgisk klinik?”

Svar:

Det seneste årti har medført større indsigt i håndteringen af patienter med hoftedssmerter. Vi har set en nærmest eksplosiv vækst i videnskabelige artikler omhandlende ledbevarende hoftedskirurgi og samtidig set en udvikling af kirurgiske instrumenter velegnet og designet til dette formål. Ligeledes er andelen af kirurgiske behandlinger stigende. Men hvordan præsenterer disse patienter sig og hvordan påbegyndes udredningen?

En typisk henvisning fra en almen praktiserende læge eller en privatpraktiserende speciallæge giver oftest ikke et klart billede af diagnosen, men kan pege i retning af en intraartikulær lidelse. Det er oftest beskrevet ved at patienten gennem nogen tid har udviklet smerter i en hofte og oplevet nedsat aktivitetsniveau og funktionsevne. Smerterne forværres af aktiviteter og fx. ved at sidde for længe eller hvis der foretages rotationer i hofteddet, som når man fx. stiger ud ad en bil. Der kan endvidere være mekaniske symptomer som klik eller låsninger i leddet, men også nedsat bevægelighed.

For at komme diagnosen nærmere må der foreligge som minimum et røntgenbillede, stående AP af bækkenet samt axialoptagelse af hofteddet. Disse billeder bør foreligge ved henvisningen, da det herved er nemmere at visitere den enkelte patient og undgå unødigt spildtid. Røntgenbilledet anvendes til at beskrive de enkelte FAIS morfologier og til at udelukke andre tilstande, som symptomatisk ligner FAIS, herunder hoftedledsdysplasi og artrose.

FAIS morfologierne inddeles i tre kategorier, nemlig pincer (knoglefremspring på acetabulumkanten), cam (knoglefortykkelse på overgangen mellem lårbenshoved og lårbenshalsen) og endelig en kombination af begge, hvilket formentligt er den hyppigste morfologi. Som supplement til ovenstående, skal der udføres en grundig objektiv undersøgelse. Her er det vigtigt, at tænke anatomisk og udføre undersøgelsen systematisk, da mange strukturer passerer hoften. Undersøgelsen bør indeholde en analyse af den stående patient, hvor der vurderes akser og benlængde, malalignment, bækkenkipning, ganganalyse, Trendelenburg, rygundersøgelse etc. samt liggende analyse med palpation og test af muskelgrupper samt test af bevægelighed og endelig impingement test, herunder FADIR (Flexion-ADduction-Internal Rotation). Denne test har høj sensitivitet, men lav specificitet.

Da mange patienter på udredningstidspunktet også har smerter fra bløddelsstrukturer omkring hoften, kan en supplerende ultralydsvejledt intraartikulær injektion med lokalanæstesi være fordelagtig. Den skal sammenholdes med FADIR-test før og efter injektionen og hvor testen måles objektivt på en VAS-skala. Ved væsentlig reduktion i VAS efter injektionen, kan dette støtte diagnosen FAIS.

I mange tilfælde udføres der supplerende billeddiagnostiske undersøgelser, oftest MR-artrografier til vurdering af labrumlæsioner og evt. brusktilstanden, men også CT-scanninger kan give brugbar information. CT-scanning anvendes til vurdering af patientens 3D morfologi og til operationsplanlægning, men også i tilfælde af revisionsindgreb, til vurdering af eventuel rest-morfologi, der ikke blev tilstrækkeligt fjernet i forbindelse med det primære indgreb.

Behandlingen af FAIS er tre-sporet (konservativ behandling, fysioterapeutisk genoptræning og operation). Alle behandlingsformer bør drøftes med den enkelte patient, shared decision-making. Den konservative behandling består af sygdomsindsigt, aktivitetsmodificering samt evt. smertebehandling. Der er de seneste år flere studier, der tyder på effekt af superviseret fysioterapi med det formål at træne og styrke specielt hofte-, bækken- samt core-stabiliteten, men også den neuromuskulær kontrol og fokus på bevægelsesmønstre. Den kirurgiske behandling i Danmark, foregår oftest som en artroskopisk procedure, hvor der ved stræk på hofteledet skabes adgang til at kunne behandle den enkelte morfologi og de skader FAIS har medført, oftest labrumlæsioner og bruskskader i acetabulum. Den kirurgiske behandling efterfølges af genoptræning.

De kirurgiske behandlinger registreres i et nationalt register, Dansk Hofte Artroskopi Register (DHAR), oprettet i 2012. DHAR giver anledning til at kunne følge patienterne og udføre forskningsprojekter, således at de kirurgiske procedurer over tid kan forbedres, men de kan også anvendes til at forbedre patientinformationen. DHAR udgiver hvert år en rapport, der er offentligt tilgængelig (<http://saks.ortopaedi.dk/registre/dansk-hofte-artroskopi-register-dhar/>). Et RCT-studie, forankret i DHAR, omhandlende lukning/ikke-lukning af ledkapslen i forbindelse med hofteartroskopi, er netop færdig med inklusionsdelen og vil i fremtiden kunne afklare, om lukning af ledkapslen kan medføre bedre "outcome" og bedre "return to sport". Flere studier baseret på data fra DHAR er publiceret i internationale tidsskrifter.

For yderligere information til patienter og fagpersonale kan henvises til patientinformation på Aarhus Universitetshospital: <https://www.auh.dk/patientvejledninger/ortopadkirurgi/idrat/kikkertoperation-i-hofteledet-artroskopi/>

TAKE HOME MESSAGES:

- Henvisning til ortopædkirurgisk vurdering bør indeholde anamnese, objektive fund samt standardiserede røntgenoptagelser.
- Overvej UL-vejledt LA injektion intraartikulært til at støtte FAIS diagnosen.
- Shared decision making i valg af behandling.
- Påvist behandlingseffekt ved fysioterapeutisk og kirurgisk behandling.

Næste måneds modtager:

Philip Hansen, Overlæge i radiologi, ph.d., klinisk lektor, Muskuloskeletal Forskningsenhed, Røntgenafdelingen, Bispebjerg-Frederiksberg Hospital, som vil sætte ord på patellofemoral instabilitet; "Patellofemoral instabilitet - for svært til at overlade til ortopæder?"

Kommende aktiviteter:

- 10.-14. oktober 2022, DIMS Trin 2, Bispebjerg Hospital, Tilmelding: www.sportsmedicin.dk
- 25. november 2022, DIMS diplomlæge eksamen, Bispebjerg Hospital, Tilmelding: www.sportsmedicin.dk
- 16.-22. januar 2023, DIMS Trin 1 Vest, Silkeborg

Dansk Sportsmedicin

Dansk Sportsmedicin (DSM - (www.dansksportsmedicin.dk)) udgives af Dansk Selskab for Fysioterapi (DSSF) og Dansk Idrætsmedicinsk Selskab (DIMS) i samarbejde. Formålet med DSM er at formidle idrætsmedicinsk evidensbaseret viden til anvendelse i den kliniske praksis.

Dansk Sportsmedicin har i de seneste år gennemgået en forvandling fra det fysiske 'blå blad' via et online blad til nu at have et mere tidssvarende format hvor der publiceres fokuserede artikler, infographics og podcasts. For ikke at gå glip af nye opslag er det muligt at tilmelde sig DSM's nyhedsmail via dette link: <http://eepurl.com/hRm85r>

Rabataftaler:

ARCA (tidligere Crossfit Copenhagen): 369 kr./md i stedet for 469 kr./md.

Ønsker du at benytte tilbuddet, skal du sende en mail til kontor@arca.dk, hvor du skriver at du er DIMS-medlem og vedhæfte et screendump af dette nyhedsbrev eller anden dokumentation for dit DIMS-medlemskab.

Sportmaster: 15% rabat på alle i forvejen ikke-nedsatte varer i Sportmaster på Østerbro (København) og Sportmaster i Bruuns Galleri (Århus).

For at opnå rabatten skal du blot oplyse ved kassen, at du er DIMS-medlem"



OJSM: Link til gratis adgang til Orthopaedic Journal of Sports Medicine findes [her](#).

VJSM: 33% rabataftale som DIMS medlem - [link](#)

Sociale medier:

Følg os på vores sociale medier! Kom endnu tættere på Idrætsmedicinen i Danmark, modtag nyheder samt info om arrangementer og bidrag til en spændende debat:

Facebook:

<https://www.facebook.com/Dansk-Idrætsmedicinsk-Selskab-672167639483335>



Instagram: dansk_idraetsmedicinsk_selskab

For yderligere information se vores hjemmeside: www.sportsmedicin.dk
Eller vores Facebook gruppe: "Dansk Idrætsmedicinsk Selskab"