



Hüftarthrose

**Kann Physiotherapie eine Operation verzögern
oder vermeiden?**

HTA KOMPAKT
Das Wichtigste verständlich erklärt

Impressum

Herausgeber

Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)

Thema

Hüftarthrose: Kann Physiotherapie eine Operation verzögern oder vermeiden?

Projektnummer

HT22-03

Anschrift des Herausgebers

Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen
Siegburger Str. 237
50679 Köln

Tel.: +49 221 35685-0

Fax: +49 221 35685-1

E-Mail: themencheck@iqwig.de

Internet: www.iqwig.de

Hüftarthrose: Kann Physiotherapie eine Operation verzögern oder vermeiden?

Bei einer Hüftarthrose lohnt es sich oft, in Bewegung zu bleiben. Eine Physiotherapie kann Beschwerden lindern. Studien deuten zudem darauf hin, dass eine Physiotherapie einen Gelenkersatz hinausschieben kann.

Welche Frage wird im HTA-Bericht untersucht?

In diesem HTA-Bericht wurde untersucht, ob bei einer Hüftarthrose die Behandlung mit Physiotherapie eine Operation (mit Gelenkersatz) hinauszögern oder verhindern kann. Es wurde auch untersucht, ob durch Physiotherapie Schmerzen gelindert werden und sich die Beweglichkeit oder Lebensqualität verbessert. Zudem wurde ausgewertet, ob es Komplikationen gibt, zum Beispiel durch Stürze oder unerwünschte Folgen einer Operation.

Dazu wurde nach Studien gesucht, die bei Erwachsenen mit Hüftarthrose eine Physiotherapie mit einem Gelenkersatz verglichen haben. Es wurde aber auch nach Studien gesucht, in denen Physiotherapie mit jeglichen anderen Möglichkeiten verglichen wurde. Zum Beispiel mit einer Scheinbehandlung oder wenn Betroffene im Umgang mit Schmerzen, zur Gewichtsabnahme oder Steigerung der eigenen körperlichen Aktivität beraten wurden oder auch, wenn keine Behandlung erfolgt, etwa weil Betroffene auf eine Operation gewartet haben.

Wie lange ein künstliches Hüftgelenk hält, wurde nicht untersucht.

Warum ist das Thema wichtig?

Schätzungsweise 5 % der Erwachsenen in Deutschland haben eine Hüftarthrose mit Beschwerden. Frauen sind etwas häufiger betroffen als Männer. Wie eine Hüftarthrose verläuft, ist individuell unterschiedlich. Die ersten Anzeichen für eine Hüftarthrose sind oft Schmerzen im Bereich der Hüfte oder Leisten, zum Beispiel beim Gehen oder Treppensteigen. Mit der Zeit wird das Gelenk unbeweglicher und erschwert zum Beispiel das Anziehen von Strümpfen oder die Fußpflege. Je weiter die Arthrose fortschreitet, desto größer können die Einschränkungen etwa im Beruf, im Haushalt oder bei Freizeitaktivitäten sein. Diese Folgen für den Alltag sind bei einer Hüftarthrose oft die größte Belastung.

Meist nehmen die Beschwerden mit den Jahren zu. Bei Manchen verändern sie sich aber längere Zeit kaum. Sie können außerdem von Tag zu Tag schwanken.

Eine Hüftarthrose ist nicht heilbar. Aber es gibt verschiedene Wege, die Beschwerden zu lindern.

Ohne Operation: Zu den nicht operativen Möglichkeiten zählt die Physiotherapie. Sie kann aus einer Bewegungstherapie zur Stärkung der Muskulatur bestehen, Massagen und Handgriffen zur Lockerung von Muskeln. Außerdem werden manchmal in einer Physiotherapie zum

Beispiel auch Behandlungen mit Wärme (wie Ultraschall) oder Kälte eingesetzt. Eine Physiotherapie wird vom Arzt oder der Ärztin verordnet. Die gesetzliche Krankenkasse übernimmt in der Regel die Kosten. Eine Behandlung findet meist 1- bis 3-mal pro Woche statt.

Sinnvoll ist, dass Therapeuten und Therapeutinnen den Betroffenen zeigen, was sie selbst tun können, um Beschwerden zu lindern und in Bewegung zu bleiben.

Gelenkersatz: Wenn die Behandlungen Beschwerden nicht (mehr) ausreichend lindern und der Alltag und die Lebensqualität stark beeinträchtigt sind, kommt eine Operation infrage. Dabei wird das Hüftgelenk durch ein künstliches Hüftgelenk ersetzt. Dafür stehen verschiedene Operationstechniken zur Verfügung.

Was ist ein HTA-Bericht?

In einem HTA-Bericht erfolgt eine systematische Bewertung einer medizinischen Maßnahme wie etwa einer Untersuchungs- oder Behandlungsmethode. Bei dieser Beurteilung berücksichtigen die Autorinnen und Autoren des Berichts den medizinischen Nutzen, die mit der Maßnahme verbundenen Kosten sowie ethische, soziale, rechtliche und organisatorische Aspekte.

Für die Bewertung des Nutzens und Schadens, also der gesundheitlichen Vor- und Nachteile, wurden systematisch geeignete Studien gesucht und analysiert. Es wurde auch nach Studien gesucht, die den Nutzen der medizinischen Maßnahmen ins Verhältnis zu den Kosten gesetzt hatten (man spricht hier von „Kostenwirksamkeit“). Für die Klärung ethischer, sozialer, rechtlicher und organisatorischer Aspekte wurden verschiedene Informationsquellen durchsucht und ausgewertet sowie die Erfahrungen von Betroffenen berücksichtigt.

Was sind die wichtigsten Ergebnisse des HTA-Berichts?

Für die Beantwortung der Fragen haben die Autorinnen und Autoren des HTA-Berichts Ergebnisse aus insgesamt 7 Studien herangezogen.

In allen Studien wurden Betroffene in Gruppen aufgeteilt. In 3 Studien wurde eine Gruppe mindestens 3 Monate physiotherapeutisch zu Aufwärmungs-, Dehnungs- und Kräftigungsübungen angeleitet. In der anderen Studiengruppe erhielten die Teilnehmenden keine Anleitung. In den anderen 4 Studien erhielten die Studienteilnehmenden in der einen Gruppe ebenfalls eine Physiotherapie (je nach Studie zum Beispiel Wärmebehandlungen oder eine Anleitung zu Übungen). In der anderen Gruppe fand eine Scheinbehandlung (Placebo) statt.

In 3 Studien wurde verglichen, wie oft die Personen in den beiden Gruppen ein neues Hüftgelenk erhielten. In allen 7 wurde untersucht, ob Beschwerden, wie Schmerzen oder Beweglichkeit besser wurden, sich die Lebensqualität erhöhte und ob Komplikationen auftraten.

Wie gut hilft Physiotherapie bei Hüftarthrose?

Die Studienergebnisse nach mehr als 2 Jahren nach Behandlungsbeginn deuten darauf hin, dass eine Physiotherapie (angeleitete Übungen zu Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit) ein Hüftgelenkersatz hinauszögern kann. Nach etwa 5 Jahren hatten in der Gruppe ohne Anleitung zur Physiotherapie 63 von 100 einen Gelenkersatz, mit Anleitung waren es 42 von 100. Schwere Komplikationen wurden nicht beobachtet.

Allerdings bleiben Fragen offen: Zum Beispiel lässt sich nicht sagen, ob und wie oft ein Gelenkersatz ganz vermieden werden kann. Dazu dauerten die Studien nicht lang genug. Außerdem wurden in die Studien Betroffene eingeschlossen, bei denen die Hüftarthrose nicht weit fortgeschritten war. Daher lässt sich aus den vorhandenen Studien nicht ableiten, ob sich durch Physiotherapie bei Betroffenen mit weit fortgeschrittener Hüftarthrose ein Gelenkersatz verzögern lässt.

Kosten und Kostenwirksamkeit

Die Kosten für eine Physiotherapie können sehr unterschiedlich ausfallen. Zum Beispiel hängen sie davon ab, welche Verfahren angewendet werden und wie lange. In welchem Verhältnis die Kosten zum Nutzen von Physiotherapie und Operation stehen, ließ sich nicht beurteilen.

Was bedeuten die Ergebnisse?

Die Studien deuten darauf hin, dass eine physiotherapeutische Behandlung (angeleitete Übungen zu Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit) eine Operation für einen Hüftgelenkersatz hinauszögern und auch Beschwerden wie Schmerzen reduzieren kann. Wie lange sich ein Gelenkersatz hinauszögern lässt, können die vorhandenen Studien nicht beantworten.

Die gesetzlichen Krankenkassen bezahlen eine Physiotherapie und den Gelenkersatz.

Wichtig ist, Betroffene gut über Vor- und Nachteile von Physiotherapie und Gelenkersatz aufzuklären und dabei die persönliche Situation und individuelle Präferenzen mit einzubeziehen. Wem eine Operation geraten wird, der hat das Recht, sich eine Zweitmeinung einzuholen.

Quellen

Link zum ausführlichen HTA-Bericht:

<https://www.iqwig.de/sich-einbringen/themencheck-medizin/berichte/ht22-03.html>

Weitere Informationen zum Thema „Hüftarthrose“ finden sich hier:

<https://www.gesundheitsinformation.de/hueftarthrose-coxarthrose.html>