

SURGICAL TREATMENT COMPARED WITH ECCENTRIC TRAINING FOR PATELLAR TENDINOPATHY (JUMPER'S KNEE). A RANDOMIZED, CONTROLLED TRIAL

Kirurgisk behandling versus eksentrisk trening hos pasienter med patellar tendinopati (hopperkne) – en randomisert kontrollert studie

Bakgrunn: På tross av at kirurgisk behandling rutinemessig tilbys pasienter med patellar tendinopati (hopperkne), finnes det ikke randomiserte kontrollerte studier hvor kirurgisk behandling er sammenliknet med ikke-operative behandlingstilbud. Formålet med denne studien var derfor å sammenlikne effekten av kirurgisk behandling (åpen tenotomi) med eksentrisk trening i en gruppe pasienter med patellar tendinopati.

Metode: Trettifem pasienter (førti knær) henvist med patellar tendinopati stadium 3B ble randomisert til kirurgisk behandling (tyve knær) eller eksentrisk trening (tyve knær). Pasienter i treningsgruppen ble foreskrevet eksentrisk knebøy med tre ganger femten repetisjoner to ganger daglig på 25 grader skråbrett i tolv uker. Vi benyttet åpen kirurgi med en kileformet eksisjon av makroskopisk patologisk vev i full tykkelse, fulgt av et strukturert rehabiliteringsprogram med gradvis progresjon til eksentrisk trening. Primært effektmål var VISA (Victorian Institute of Sport Assessment) score, et funksjons- og smertebasert spørreskjema som er spesielt utviklet for patellar tendinopati (skala fra 0 til 100, hvor 100 er full symptomfrihet). Pasientene ble etterundersøkt etter 3, 6 og 12 måneder.

Resultat: Der var ingen gruppeforskjell i utviklingen av VISA score, men en jevn forbedring over tid ($p < 0,001$). Samlet gjennomsnittlig VISA score økte fra 30 (95% konfidensintervall, 25 til 35) ved behandlingsstart til 49 (95% konfidensintervall, 42 til 55) etter tre måneder, 58 (95% konfidensintervall, 51 til 65) etter seks måneder, og 70 (95% konfidensintervall, 62 til 78) etter 12 måneder. Etter 12 måneder var fem knær i operasjonsgruppen symptomfrie, tolv bedre men fortsatt med symptomer, to som før behandlingsstart og en verre ($p = 0,49$ sammenliknet med eksentrisk trening). I gruppen som trente eksentrisk var det fem knær som ikke responderte på behandlingen og ble operert sekundært etter tre til seks måneder. Av de gjenstående femten knærne i den eksentriske treningsgruppen var syv symptomfrie og åtte bedre men fortsatt med symptomer. Konklusjon: Resultatene tyder ikke på at kirurgisk behandling gir bedre effekt enn eksentrisk trening. Eksentrisk trening bør derfor forsøkes i tolv uker før operativ behandling med åpen teknikk vurderes ved patellar tendinopati.

Evidensnivå: Terapeutisk nivå I. Se Instructions to Authors for en fullstendig beskrivelse av evidensnivåene.