

Standards of Care for personer med symptomatisk artrose

Translation into:	Norwegian
Completed by:	Gerd Jenny Aanerud, Rikke Helene Moe and Kristin Hellem, Diakonhjemmet Hospital, Oslo, Norway
Email:	Rikke.moe@nrrk.no
SOC 1	Personer med symptomatisk artrose bør ha tilgang til en kliniker med differensialdiagnostisk kompetanse.
SOC 2	Ved diagnostisering og betydelig forverring av sykdommen bør personer med symptomatisk artrose evalueres for -Smerte -Funksjon -Fysisk aktivitet -BMI -Arbeidsevne
SOC 3	Personer med artrose bør få en individuell behandlingsplan utviklet i samarbeid mellom pasient og helsepersonell.
SOC 4	Personer med artrose bør ha tilgang til forskjellig helseprofesjonell som ergoterapeut og fysioterapeut om nødvendig for å behandle symptomer og optimalisere funksjon i daglig liv og sosial deltakelse
SOC 5	Personer med artrose bør oppnå optimal smertekontroll gjennom farmakologisk og ikke-farmakologisk behandling.
SOC 6	Personer med artrose bør oppnå optimal funksjon gjennom farmakologisk og ikke-farmakologisk behandling.
SOC 7	Personer med artrose som benytter NSAID eller aspirin bør evalueres med tanke på GI, CVD risiko samt nyrefunksjon.
SOC 8	Personer med artrose bør få informasjon av helseprofesjonell tilpasset individuelle behov innen 3 måneder etter diagnosen er stilt. Informasjonen bør inneholde informasjon om

	<ul style="list-style-type: none"> -sykdommen, å leve med artrose og behandlingsmuligheter - fordelene av fysisk aktivitet og trening samt instruksjon i hvordan dette kan gjøres -hjelpemidler og produkter for å tilpasse..... Ergonomiske prinsipper og aktivitetsregulering for å optimalisere dagliglivets funksjon og sosial deltakelse -viktigheten av en optimal kroppsvekt -effektene av smertestillende medisiner - potensielle positive og negative effekter -sunn livsstil (som fravær av røyking, balansert forhold til alkohol, fysisk aktivitet, sunt kosthold, og søvnvaner om nødvendig) -forebygging av ulykker og skader -pasientorganisasjoner og støttegrupper -når kirurgi er aktuelt -tilleggsbehandlinger som noen finner nyttige
SOC 9	<p>People with OA should receive information about weight reduction if necessary. Personer med symptomatisk artrose bør få informasjon om vektreduksjon når dette er nødvendig</p>
SOC 10	<p>Personer med symptomatisk artrose som ikke responderer på farmakologisk og ikkefarmakologisk behandling bør vurderes for kirurgi. Ved henvisning til kirurg bør personen bli vurdert i rimelig tid</p>

Hva dette betyr for deg og din Artrose ...

1	Ble diagnosen Artrose stilt av en lege?
2	Får jeg regelmessig oppfølging med hensyn til mine symptomer og mine daglige funksjonelle utfordringer?
3	Har jeg fått hjelp til å sette et mål for behandling og en plan som skal gjøre at jeg når målet?
4	Har jeg muligheten til å få hjelp når jeg trenger det, fra helsepersonell som revmatolog, dietetiker, allmennlege, sykepleier, ergoterapeut, fysioterapeut, psykolog og sosionom?
5	Vet jeg hvordan jeg skal kontrollere smertene forbundet med Artrose?
6	Vet jeg hvordan jeg kan få optimal fysisk funksjon på tross av min Artrose/diagnose?
7	Har jeg blitt evaluert/vurdert med tanke på risikofaktorer i forbindelse med min behandling?
8	<p>Har jeg forstått hva sykdommen innebærer og min rolle i håndteringen av denne?</p> <p>Har jeg fått tilbud om forskjellige former for informasjon og / eller undervisning om min diagnose?</p> <p>Har jeg fått informasjon som gjør meg i stand til å leve best mulig og forstå/kontrollere min artrose?</p> <p>Har jeg fått informasjon om en sunn livsstil?</p> <p>Har jeg fått informasjon om øvelser tilpasset meg?</p> <p>Har jeg fått informasjon om smertelindrende medisiner - fordelene og eventuelle bivirkninger?</p> <p>Vet jeg hvilke fordeler jeg får av å ha et treningsopplegg?</p> <p>Har jeg fått informasjon, råd og veiledning i bruk av hjelpemidler, utstyr laget etter ergometriske prinsipper for å øke funksjonen i dagliglivet og øke din deltagelse i sosiale roller?</p>



Driving musculoskeletal
health for Europe

9	Dersom min BMI er > 27, har jeg fått informasjon om (fordelene ved) vektreduksjon?
10	Er jeg blitt informert om når man vurderer kirurgiske inngrep, hva det innebærer, om fordeler og eventuelle risikofaktorer?