

## PROJEKTBEKRIVELSE

<b>Titel</b>
Behandling af Springerknæ: Betydning af belastningsstørrelse for klinisk effekt, senestruktur og funktion
<b>Diagnose</b>
Springerknæ/ Patellar tendinopati
<b>Beskrivelse</b>
Tendinopati er fællesbetegnelsen for smertefulde sene-overbelastningsskader. Tendinopati er hyppigt forekommende og en klinisk udfordring, da symptomerne kan vare måneder til år. Det overordnede formål med det aktuelle studie er at undersøge, om belastningsstørrelsen under et 12 ugers genoptræningsprogram for patienter med springerknæ har positiv betydning for den kliniske effekt (smertesymptomer), senestruktur og funktion.
<b>Uddybende beskrivelse, inklusive tidsramme</b>
<p>Tendinopati er fællesbetegnelsen for smertefulde sene-overbelastningsskader. Tendinopati udgør et alvorligt klinisk og samfundsøkonomisk problem, da forekomsten af disse sene-overbelastningsskader er særdeles stor og behandlingseffektiviteten forholdsvis ringe. Yderligere kan tendinopati begrænse deltagelse i fysisk aktivitet og arbejdsevne i måneder endda år for den berørte person. Der foreligger aktuelt kun en meget begrænset viden omkring skadesmekanismen og den mest optimale behandling af tendinopati. Fysioterapi med forskellige træningsformer er imidlertid blevet den dominerende behandlingsstrategi til patienter med tendinopati. Træning ser ud til at have en positiv effekt på smerterne samt senens struktur og funktion, men den optimale træningsdosis er fortsat ukendt, specielt i relation til det langsigtede resultat. På Institut for Idrætsmedicin har vi for nyligt vist, at skadesmekanismen bag tendinopati kan være relateret til en regionspecifik belastning af senen, og at udførelsen af tung langsom styrketræning har en særdeles positiv effekt på tendinopati. For at optimere vores muligheder for at forebygge og behandle tendinopati ønsker vi derfor, at undersøge det tendinopatiske senevævs respons til forskellige belastningsfaktorer. Specifikt ønsker vi at undersøge, hvordan belastningsstørrelsen under et 12 ugers rehabiliteringsregime for patienter med springerknæ (patellar tendinopati) har betydning for den kliniske effekt (smertesymptomer), senestruktur og funktion.</p> <p>Studiet er et randomiseret kontrolleret studie, hvor 44 patienter med springerknæ inddeles i 2 interventionsgrupper (22 i hver gruppe). Én gruppe vil træne moderat langsom styrketræning med belastning på 55 % af 1 RM (repetitions maksimum, den vægt som kun kan løftes 1 gang uden pause) tre gange om ugen, og den anden gruppe vil træne tung langsom styrketræning med belastning på 90 % af 1 RM tre gange om ugen. For at sikre at vi kan undersøge belastningsstørrelsens betydning, vil de to grupper have ens samlet træningsvolumen over de 12 ugers interventionsperiode. Det vil sige, at gruppen med den lavere belastning til gengæld løfter belastningen flere gange.</p> <p>Til forsøget inkluderes idrætsaktive mænd (20-45 år) med kronisk uni- eller bilateral springerknæ. En smerte varighed på mere end 3 måneder vil blive anvendt som karakterisering af kronisk tilstand. Rekruttering af patienter vil ske internt på Institut for Idrætsmedicin samt ved alment praktiserende læger, sportsklubber og gennem opslag på nettet. Dataindsamling startede i april 2017 og forventes afsluttet i 2019.</p>

<b>Projektansvarlig og kontaktperson(er)</b>
Anne-Sofie Agergaard E-mail: <a href="mailto:anne-sofie.agergaard@regionh.dk">anne-sofie.agergaard@regionh.dk</a> / bfh-springerknae-projekt@regionh.dk Tlf.: +45 3091 4677 / +45 3863 5675
<b>Samarbejdspartner(e)</b>
Institut for Idrætsmedicin, Bispebjerg Hospital
<b>Finansiering/økonomisk støtte</b>
Region Hovedstadens Forskningsfond til Sundhedsforskning, Fysio- og Ergoterapiafdelingen, Bispebjerg Hospital, Gigtforeningen og Dansk Selskab for Sportsfysioterapi
<b>Link til protokol/artikel/anden online formidling</b>
<a href="https://clinicaltrials.gov/ct2/show/NCT03096067?cond=Jumper%27s+Knee&amp;cntry1=EU%3ADK&amp;rank=2">https://clinicaltrials.gov/ct2/show/NCT03096067?cond=Jumper%27s+Knee&amp;cntry1=EU%3ADK&amp;rank=2</a>