Bewegen op voorschrift: vroegtijdige verwijzing naar een bewegingscoach bij patiënten met knieartrose Focus: Wat is het effect van een coach op de kwaliteit van leven voorpatiënten.

Haio: VAN SOOM Jago , KUL
Promotor: VANKRUNKELSVEN Patrik , KUL
Praktijkopleider: FORIER Els

Context: Lichaamsbeweging is noodzakelijk in de vroegtijdige behandeling van knieartrose. Er is echter een toename van sedentair gedrag. Het project “Bewegen op Voorschrift” wil mensen aanzetten tot meer lichaamsbeweging. Dit onderzoekt analyseert het effect van verwijzing naar een bewegingscoach op klachten van knieartrose.

Onderzoeksvraag: Wat is het effect van verwijzing naar een bewegingscoach op de kwaliteit van leven van patiënten met knieartrose?

Methode: 35 proefpersonen (45-65 jaar) met knieartrose worden na een audit in twee praktijken geselecteerd. Na randomisatie wordt een groep, Intention-to-Treat (n=23), verwezen naar een erkende bewegingscoach. De overige vormen de controlegroep (n=12). De Knee-Injury and Osteoarthrosis Outcome Score (KOOS) wordt ingevuld op nul en zes maanden. Vijf subdomeinen worden bevraagt met een 5 Likertschaal: Symptomen, Pijn, Activity in Daily life (ADL), Sport/Recreatie en Quality of Life (QoL). De verschillende scores worden genormaliseerd op 100 en statistisch geanalyseerd met een split-plot ANOVA (p-waarde

Resultaten: Zeven personen werden gevolgd door de coach (Verwezen en Geweest – V-G). De controlegroep verloor twee personen en de Intention-to-Treat vier. Na zes maanden toont de V-G groep een verbetering van de Symptoom- (60,7 naar 66,8) en QoL-scores (41,1 naar 51,8). De Pijn-score blijft gelijk terwijl ADL- en Sport-score een dalen van respectievelijk 87,6 naar 71,5 en van 54,3 naar 52,1. De Intention-to-Treat groep toont een vermindering van Pijn- (67,5 naar 63,5) en ADL-scores (72,6 naar 70,6). QoL- (56,0 naar 55,9) en Symptoom-scores (65,0 naar 65,4) blijven nagenoeg identiek. De Sport-score daalt van 51,5 naar 50,2. Alle resultaten verschillen niet-significant van de controle groep (p

Conclusie: Vroegtijdige verwijzing naar de bewegingscoach verbetert de patiënt gerapporteerde klachten niet-significant.