

Nedslag i höftartrospatientens vårdresa

Patient Vårdgivare

Besvären börjar

"Jag hade ont när jag sprang och lite problem att sitta. Jag trodde att jag hade en löparskada."

"Efter någon månad gick jag till läkaren, de röntgade och såg ingenting. Men besvären fortsatte och jag sökte igen efter ett år."

"Jag hade velat träffa en specialist direkt. Det kändes inte som att de jag träffade hade kunskapen."

"Han förklarade väldigt tydligt vad som har varit problemet och visade på röntgenplåtar – så här ser det ut."

"När det gör ont att träna blir jag rädd att jag gör det värre – tänk om det inte är artros?"

"Han var lite diffus: Du kanske har lite artros. Så jag fick inget riktigt svar, men jag kanske inte var mottaglig heller. För jag kände: Det här stämmer inte."

"Jag var yngre än de flesta i artrosskolan och hade önskat att det varit lite fler i min egen ålder, som hade samma problem."

"Det var färdiga program – de med höftproblem ska göra de här övningarna. Men det gav ju inte mig något"

"När man mäter och ser förbättringar blir det roligare att träna."

"Efter tre månader slutar patienterna hos oss. Det är en utmaning – många vill stanna."

"En del tappar i sin aktivitet efter något år. Kanske skulle vi ha behövt en längre uppföljningstid efter artrosskolan. Samtidigt så blir ju uppdraget näst intill omöjligt för oss i primärvården, om vi ska hålla kvar alla patienterna längre."

"Det framgår inte alltid av remissen om patienten t ex gått artrosskola. Hade alla remisser varit fullständiga från början, hade vi kanske kunnat korta väntetiderna."

"Jag var hos väldigt många sjukgymnaster och läkare och jag fick alla möjliga andra diagnoser."

Söker vård

Behov: att förmedla sina symtom, bli förstådd och få hjälp

Artros upptäcks inte – får annan/felaktig diagnos

"Det kändes som att jag fick en dom. Ska det vara så här nu?"

Får artrosdiagnos

Behov: att förstå, acceptera och lita på diagnosen

Utmaning 1:

Hur kan hälso- och sjukvården på ett tillförlitligt sätt upptäcka artros i ett tidigt skede?

"Jag fick de här två kortisoninjektionerna och så hände inget mer!"

Inleder inte grundbehandling

Inleder grundbehandling

Behov: att få relevant stöd och information, att känna motivation att träna

Utmaning 2:

Hur kan hälso- och sjukvården erbjuda ett individanpassat och resurseffektivt träningsstöd?

Grundbehandling inte tillräcklig

Remiss till ortoped för operation

"Det enda de kunde ge besked om var att väntetiden var minst 6 månader. Det var lite lång tid när jag hade så jävla ont."

Utmaning 3:

Hur kan sjukdomsutveckling och behandling kontinuerligt följas och utvärderas?

Läs mer om symtom, diagnos och behandling av artros på [Nationellt kliniskt kunskapsstöd](#)

Utmaningar med effektexempel

