

## Kiropraktisk behandling kombineret med en hofteskole er effektiv for slidte hofter

04.09.2013

Folk med slidgigt i hoften har stor gavn af både at få manuel kiropraktisk behandling - og samtidig få en grundig forståelse af sygdommen, forblive aktive og lave strækøvelser. Det viser et 3-årigt forskningsprojekt. - Nogle kunne pludselig igen klippe deres tånegle. Det siger seniorforsker Erik Poulsen fra Nordisk Institut for Kiropraktik og Klinisk Biomekanik, som undersøgte 118 fynske patienter med slidgigt i hoften i et ph.d.-projekt i samarbejde mellem Institut for Idræt og Biomekanik, Syddansk Universitet og Ortopædkirurgisk Afdeling O, Odense Universitetshospital. Patienterne blev delt ind i tre grupper. Nogen fik kiropraktorbehandling, samtidig med, at de gik på hofteskole, andre gik kun på skole, og nogen fik kun øvelser, de kunne lave derhjemme. - Og dem, der både fik undervisning hofteskolen, lavede strækøvelser og samtidig fik manuel kiropraktorbehandling, fik det meget bedre end de andre, fortæller Erik Poulsen: - De fik færre smerter og kunne meget mere, f. eks. tage strømper og sko på og komme op på en cykel og ind og ud af en bil, fortæller han. **Vigtigt med hurtig diagnose** - Det er vigtigt med en hurtig diagnose, hvis man har slidgigt i hoften. Så man hurtigt kan komme i gang med behandling og den rette undervisning og træning, mener Erik Poulsen. - Det gælder om at komme i gang allerede når man mærker de første, spæde smerter, siger han. - Kan man så undgå operation? - Ikke nødvendigvis, men man kan forhåbentlig udskyde den, siger seniorforsker Erik Poulsen fra Nordisk Institut for Kiropraktik og Klinisk Biomekanik. Kilder: [dr.dk/P4](http://dr.dk/P4) NIKKB