

Via deze samenvattende brief wil ik u op de hoogte brengen van de **wetenschappelijke studie**:

'Oefentherapie bij knieartrose pijn: Hoe werkt het? (KOA-PAIN trial)'

Achtergrond

Oefentherapie wordt aanbevolen door internationale richtlijnen als eerste keuze behandeling voor knie-artrose. Spierversterkende oefeningen (krachttraining) en een gedragsmatige bewegingstherapie (graded activity) vertonen evenwaardige effecten op kniepijn, maar de werkingsmechanismen zijn tot op heden onduidelijk. Kennis over deze werkingsmechanismen is nodig om de oefentherapie te kunnen afstemmen en om therapie-effecten te optimaliseren. Eerder wetenschappelijk onderzoek heeft aangetoond dat ontstekingsremming en lichaamseigen pijnstilling de meest belovende werkingsmechanismen zijn voor vermindering van pijn, na het uitvoeren van oefentherapie.

Doel

Deze studie heeft als doel om de bijdrage van de oefeneffecten van krachttraining en/of gedragsmatige bewegingstherapie op vermindering van pijn bij knie-artrose beter te begrijpen.

Studieverloop

In totaal zullen er 90 volwassen personen met knie-artrose pijn gezocht worden om vrijwillig deel te nemen aan dit onderzoek. Bij deelname zal u willekeurig (door loting = gerandomiseerd) toegewezen worden aan één van de volgende 3 interventie groepen:

1/ krachttraining

U volgt 12 weken een revalidatieprogramma, onder begeleiding van een kinesitherapeut, bestaande uit spierversterkende oefeningen zoals aanbevolen door wetenschappelijk onderbouwde richtlijnen voor de behandeling van patiënten met knie-artrose.

2/ gedragsmatige aanpak;

U volgt 12 weken een revalidatieprogramma, onder begeleiding van een kinesitherapeut, bestaande uit gedragstherapie in combinatie met oefentherapie met als doel het activiteitsniveau stapsgewijs te verhogen.

3/ controle

U bewaart uw huidige levensstijl en start geen nieuwe behandelingen op voor knie-artrose gedurende de studie.

Evaluatiemomenten

Om de werkingsmechanismen achter de behandelingseffecten te kunnen evalueren, zowel op korte als op lange termijn, zullen diverse evaluatiemomenten plaatsvinden, nl. voor, tijdens en na de interventieperiode. Bloedstalen zullen genomen worden om inflammatie te bepalen, fysiologische pijntesten (met en zonder EEG meting) zullen uitgevoerd worden om lichaamseigen pijnstilling te evalueren en er zullen (online) ragenlijsten ingevuld dienen te worden omtrent kniepijn, dagelijks functioneren en gezondheidsgebruik. Alle onderzoeken en behandelingen gaan door in het UZ Brussel en/of VUB (campus Jette) of in het AZ St.-Dimpna Geel.

Contact

Bij interesse voor deelname aan de studie en/of als u extra info wenst, aarzel niet om contact op te nemen met de onderzoekers van de KOA-PAIN trial:

Dra. Sofie Puts
Dr. Laurence Leysen

Prof. David Beckwée
Prof. Jo Nijs
Prof. Ivan Bautmans

Telefoon: 0456 21 03 90

E-mail: knieartrosepijn@vub.be

Website: rere.research.vub.be/koa-project