

Rekommendationer	Socialstyrelsen		OARSI		EULAR		ACR		AAOS	
	Knä	Höft	Knä	Höft	Knä	Höft	Knä	Höft	Knä	Höft
Icke-medicinska åtgärder										
Utbildning, information	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
Fysisk träning (konditionsträning, styrketräning, specifik träning)	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
Viktnedgång (vid behov)	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
Yoga			●	●			●			
Tai Chi			●	●			●	●		
Akupunktur	●	●	●	●			●	●	●	
TENS (Transkutan elektrisk nervstimulering)	●						●	●		
Hjälpmedel / Ortos	●									
Medicinska åtgärder										
NSAID/cox-hämmare oralt (ibuprofen, diklofenak, etc.)	●	●	●	●		●	●	●	●	●
NSAID/cox-hämmare topiskt	●						●		●	●
Paracetamol	●	●	●	●			●	●		
Kortisoninjektion	●		●	●			●	●		●
Opioider	●	●	●	●			●	●		
Hyaluronsyra	●	●	●	●			●	●	●	●
Glukosamin			●				●	●	●	●
PRP-behandling	●	●					●	●		
Broskcellstransplantation	●									

● Ger stor nytta	● Ger liten nytta	● Endast inom ramen för forskning
● Ger viss nytta	● Icke-göra (bör ej utföras alls)	