

THE LANCET



## Progressive exercise compared with best practice advice, with or without corticosteroid injection, for the treatment of patients with rotator cuff disorders (GRASP): a multicentre, pragmatic, 2 × 2 factorial, randomised controlled trial



Sally Hopewell, David J Keene, Ioana R Marian, Melina Dritsaki, Peter Heine, Lucy Cureton, Susan J Dutton, Helen Dakin, Andrew Carr, Willie Hamilton, Zara Hansen, Anju Jaggi, Chris Littlewood, Karen L Barker, Alastair Gray, Sarah E Lamb, on behalf of the GRASP Trial Group\*

### Υπόβαθρο – Σκοπός

- Οι ενέσεις κορτικοειδών και τα προγράμματα φυσικοθεραπείας χρησιμοποιούνται συχνά για τις παθήσεις του στροφικού πετάλου του ώμου, αλλά η αποτελεσματικότητα των θεραπειών αυτών δεν έχει μελετηθεί επαρκώς
- Σκοπός της μελέτης ήταν η σύγκριση της αποτελεσματικότητας και του κόστους ενός προοδευτικού προγράμματος ασκήσεων με μια συνεδρία συμβουλευτικής φυσικοθεραπείας, καθώς και με ή χωρίς ένεση κορτιζόνης, σε ενήλικες με πάθηση του στροφικού πετάλου

### Μέθοδοι

- Πολυκεντρική, τυχαιοποιημένη μελέτη ανωτερότητας (2x2) σε 20 κέντρα του Ηνωμένου Βασιλείου
- Συμπεριλήφθηκαν ενήλικες με πάθηση του στροφικού πετάλου νέας έναρξης (< 6 μήνες), οι οποίοι τυχαιοποιήθηκαν 1:1:1:1 να λάβουν i) προοδευτική άσκηση (≤6 συνεδρίες), ii) οδηγίες σωστής διαχείρισης (best practice advice, μονή συνεδρία με φυσικοθεραπευτή), iii) ένεση κορτιζόνης και κατόπιν προοδευτική άσκηση, ή iv) ένεση κορτιζόνης και κατόπιν οδηγίες σωστής διαχείρισης
- Το 1ογενές καταληκτικό σημείο ήταν ο δείκτης πόνου και δυσλειτουργίας του ώμου (Shoulder Pain and Disability Index, SPADI) στους 12 μήνες

### Αποτελέσματα

- Συνολικά 708 ασθενείς τυχαιοποιήθηκαν στις 4 ομάδες (n=174, 174, 182 και 178 στην ομάδα i, ii, iii, και iv, αντίστοιχα)
- Στους 12 μήνες, δεδομένα SPADI υπήρχαν για το 95%, 94%, 97% και 98% των 4 ομάδων, αντίστοιχα
- Στους 12 μήνες, δε βρέθηκε διαφορά στον δείκτη SPADI μεταξύ του προγράμματος ασκήσεων και της συνεδρίας σωστής διαχείρισης (προσ. μέση διαφορά -0.66 [99% CI -4.52 to 3.20])
- Επιπλέον, δε βρέθηκε διαφορά μεταξύ της ένεσης κορτικοειδών και της μη χορήγησης στους 12 μήνες (-1.11 [-4.47 to 2.26])

### Συμπεράσματα

- Το πρόγραμμα προοδευτικών ασκήσεων δεν ήταν ανώτερο από μια μονή συνεδρία φυσικοθεραπείας για σωστή διαχείριση στη βελτίωση του πόνου και της λειτουργικότητας του ώμου στις παθήσεις του στροφικού πετάλου
- Η υπακρωμιακή ένεση κορτικοειδών δεν προσέφερε μακροχρόνιο όφελος στην ανεπάρκεια του στροφικού πετάλου

Hopewell S, et al. *The Lancet* 2021;398(10298):416-28  
doi: 10.1016/S0140-6736(21)00846-1