

Osteoporose verpleegkundigen

Belinda Wardenaar



Annemie de Vroe - Roothaert



ETZ zorgpad osteoporose

- Huidige zorgpad in ETZ:
 - Oproep screening na fractuur vanaf 50-jarige leeftijd:
brief - dexa folder - antwoordenvelop
- Uitzonderingen:
 - Reeds DEXA < 1 jaar
 - Schedel en aangezichtsfracturen
 - Buiten postcode gebied
 - incidenteel

ETZ zorgpad osteoporose

- Patiënt reageert op oproep:

Ja: Combinatie afspraak opsturen + vragenformulier
 DEXA onderzoek met aansluitend consult poli

Nee: Nabellen op indicatie



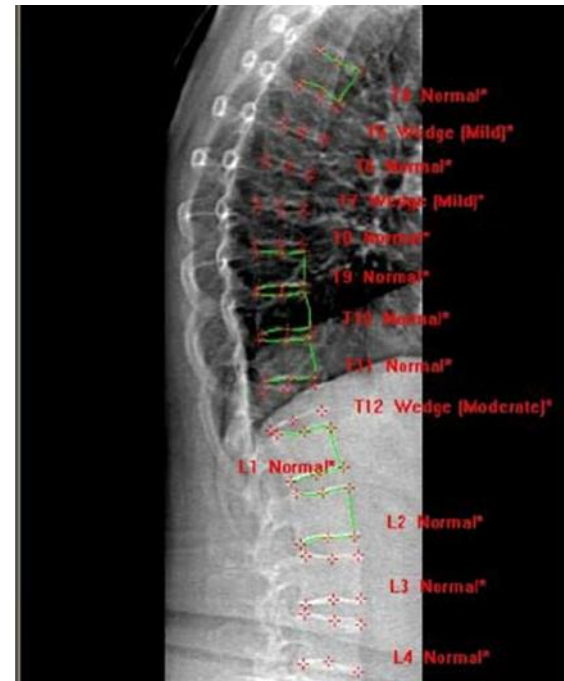
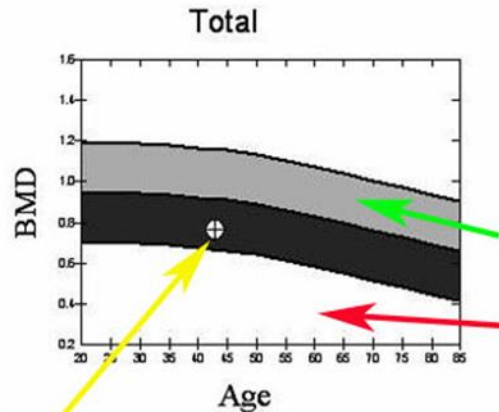
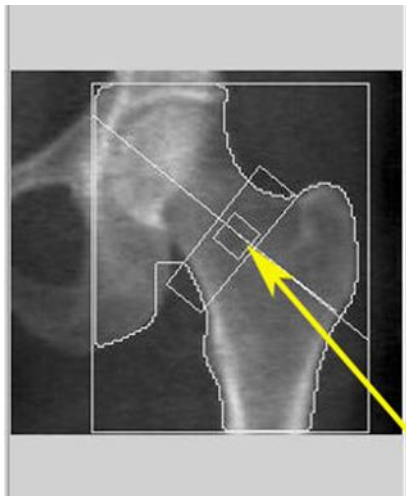
Verpleegkundig consult

Anamnese afnemen, bespreken van risicofactoren aan de hand van vragenformulier:

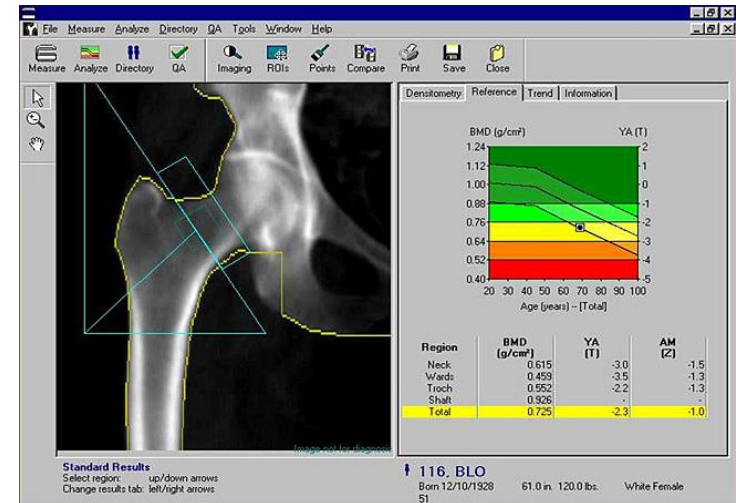
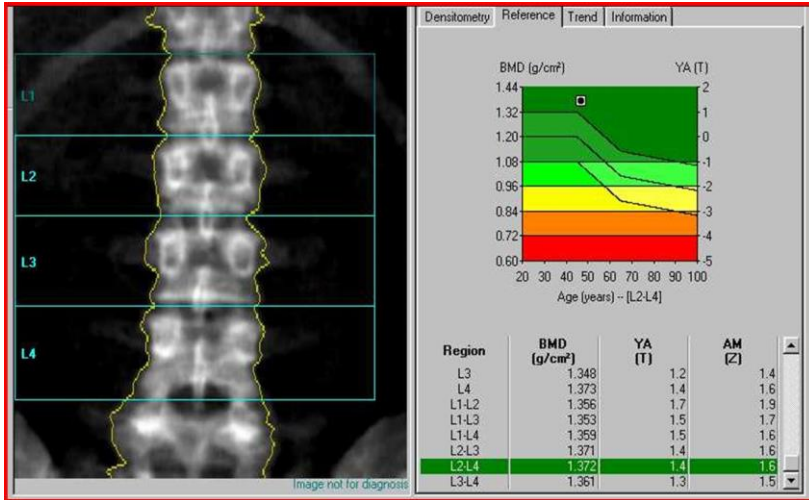
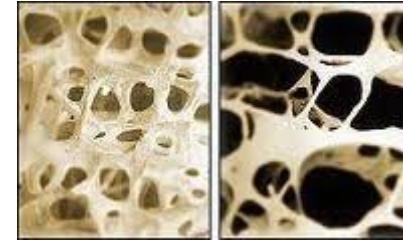
- Uitslag DEXA inzichtelijk, vragen beantwoorden
- Verhoogd valrisico / oorzaak vallen
- Fractuur na het 50ste levensjaar
- Laag lichaamsgewicht: lengte gewicht BMI
- Ouder met een heupfractuur/ Erfelijke factoren
- Roken, alcoholgebruik
- Ernstige immobiliteit
- Glucocorticosteroid gebruik
- Reumatoïde artritis, diabetes mellitus, nierinsufficiëntie
- Te lage calciumintake / Calcium suppletie mg
- Vitamine-D-deficiëntie / Vitaminesuppletie
- Status gebit

DEXA: Dual-energy X-ray absorptiometry

- 2 röntgen stralen van verschillend energie level, verschil in absorptie maat voor BMD
- T-score: SD, vergelijking met peak bone mass
- VFA: vertebral fracture assessment



DEXA: uitslag en vragen bespreken



Verhoogd valrisico / oorzaak vallen



Screenen valrisico

- Hoe vaak bent u het afgelopen jaar gevallen?
- Wat was daarvan de oorzaak volgens u?
- Bent u bang om te vallen?
- Kunt u uw evenwicht goed bewaren?
- Bent u vaak duizelig?
- Heeft u problemen met zien / ogen?



Fractuur na het 50ste levensjaar



Alcohol, roken en BMI



© Can Stock Photo



Ernstige immobilität

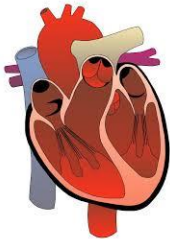
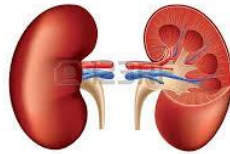


Bewegen

- Bot belastende oefeningen



Comorbiditeit



Calcium intake en vitamine D



Calcium en vitamine D suppletie: richtlijnen

Calcium suppletie	NHG	CBO
1000 mg/dag	Geen zuivelinname	Geen zuivelinname
500 -1000 mg/dag		Inname <1000-1200 mg/dag
500 mg/dag	1-3 Porties zuivelproducten	
Geen suppletie	4 Porties zuivelproducten	4 Porties zuivelproducten

Vitamine D suppletie	NHG	CBO	GR (GezondheidsRaad)
800 IE	Matig en hoog fractuurrisico	Patiënten met osteoporose of in verzorgingstehuis	Ouderen ≥ 70 jaar
400 IE			Vrouwen van 50 -70 jaar

Medicatie bij osteoporose

- Bisfosfonaten



Medicamenteuze behandeling

CBO richtlijn osteoporose fractuurpreventie ¹		NHG standaard fractuurpreventie ²	
Eerste keus Wervel, niet-wervel en heup fractuurpreventie	Alendronaat PO of Risedronaat PO	Eerste keus	Alendronaat PO of Risedronaat PO
Tweede keus 1. Wervel, niet-wervel en heup fractuurpreventie 2. Wervel en niet-wervel fractuurpreventie 3. Wervel fractuurpreventie	1. Denosumab SC of Zoledronaat IV 2. Strontiumranelaat PO 3. Ibandronaat PO/ IV of Raloxifeen PO	Tweede keus	Denosumab SC of Zoledronaat IV
Derde keus 1. Wervel en niet-wervel fractuurpreventie 2. Wervel fractuurpreventie	Teriparatide SC	Derde Keus	Geen andere medicamenten aanbevolen



Rol verpleegkundige in zorgpad osteoporose:

- Inventariseren van risicofactoren
- Leefstijladviezen
- Medicatie info, nadruk op therapietrouw
- Voorkomen van herfracturen



Take home message

- Begeleiding en verdere behandeling:
 - Bijwerkingen (persisteren)
 - Therapietrouw monitoren
 - Nieuwe (wervel) fractuur
 - Gezondheidsproblemen waardoor verhoogd fractuur-val risico
 - Leefstijlaanpassingen
 - Jaarlijkse controle



Stellingen: juist - onjuist

- Botontkalking ontstaat alleen door calcium tekort
onjuist
- De grootste hoeveelheid Vit D krijg je binnen via de voeding
onjuist
- Zwemmen en fietsen zijn goede botbelastende oefeningen
onjuist
- De juiste manier van gebruik van een bisfosfonaat is een maal per week op nuchtere maag met een glas water. Verdere adviezen zijn niet nodig
onjuist
- Het trabeculaire bot is flexibeler dan het corticale bot
juist

