

STAPPENPLAN OSTEOPOROSE IN DE EERSTE LIJN

Doelen

1. Opsporen van ouderen met een verhoogd risico op osteoporose;
2. Voorkomen van fracturen als gevolg van osteoporose;
3. Behandelen van osteoporose.

STAP 1: Screenen op de aanwezigheid van een verhoogd fractuurrisico.

Risicofactor	Risicoscore
Gewicht <60 kg en/of BMI < 20 kg/m ²	1
Leeftijd > 70 jaar	2
Eerdere fractuur na het 50e levensjaar	1
Heupfractuur bij een ouder	1
Verminderde mobiliteit*	1
Reumatoïde artritis	1
Aandoening of situatie geassocieerd met secundaire osteoporose**	1
Gebruik van corticosteroiden (>3 maanden; >7,5 mg/dag)	4
Gebruik van corticosteroiden (>3 maanden; <7,5 mg/dag)	1

Indien de patiënt een score heeft van 4 of meer, noteer dan **ja** op het samenvattingvel bij osteoporose en ga verder met stap 2.

(Fractuurrisicoscore overgenomen uit CBO-richtlijn osteoporose, 2010).

STAP 2: Herkent u het als probleem?

O ja O nee ('ja': stap 3)

STAP 3: Zou u iets aan het probleem willen (laten) doen?

O ja O nee ('ja': stap 4)



STAP 4: Diagnostiek naar redenen, symptomen en risicofactoren die met verhoogd fractuur risico/ osteoporose kunnen samenhangen.

Doel

Vaststellen of er verhoogd fractuurrisico is.

4.1 Inventarisatie risicofactoren geassocieerd met osteoporose (neem over uit CGA).

Inventarisatie reden en problemen	Antwoorden (licht z.n. toe)	Opmerking/interpretatie
1) Bent u de afgelopen 12 maanden 1 of meer keer gevallen	<input type="radio"/> nee <input type="radio"/> ja	
2) Gebruikt u een hulpmiddel bij het lopen?	<input type="radio"/> nee <input type="radio"/> ja	
3) Hoe vaak doet u aan lichamelijke inspanning? (bijv. ½ uur wandelen, fietsen of zwemmen)	<input type="radio"/> dagelijks <input type="radio"/> 3 keer per week <input type="radio"/> wekelijks <input type="radio"/> maandelijks <input type="radio"/> (vrijwel) nooit	



STAP 5: Samenvatting van stap 1 t/m stap 4 (screeningsvraag en diagnostische vragen).

Doel

Vorbereiden overleg met de huisarts over osteoporose en verhoogd fractuurrisico.

Aanpak

1. Fractuurrisico score bedraagt 3 of minder
 4 of meer

2. Patiënt heeft verhoogd valrisico
 is beperkt in mobiliteit
 doet weinig aan lichaamsbeweging



STAP 6: Overleg met de huisarts/ opstellen zorgbehandelplan.

Doel

Opstellen van werkdiagnose en definitief voorstel voor interventie om osteoporose en verhoogd fractuurrisico te behandelen.

Werkdiagnose

- Osteoporose
- Verhoogd fractuur risico

Zorgbehandelplan (aangekruiste opties overnemen op 'Zorgbehandelplan')

1. **Adviezen / zelfzorg:** advies over lichaamsbeweging
 valpreventie (toolkit valpreventie)
 patiëntbrief osteoporose

2. **Verdere behandeling eerste lijn:**
 Verwijzing spreekuur **huisarts** (meerdere opties tegelijk mogelijk)
 - verdere diagnostiek
 - aanvragen DXA onderzoek
 - voorschrijven medicatie
 - anders, nl.
 Verwijzing **andere hulpverlener** eerste lijn:
 - fysiotherapeut
 - oefentherapeut mensendieck

3. Verwijzing diagnostiek/behandeling **tweede lijn** (op advies van de huisarts)
 - Nee
 - Ja, namelijk
 - geriater
 - osteoporose spreekuur

