# Optimalisatie van de inname van calcium- en vitamine D-preparaten bij osteoporotische postmenopauzale vrouwen

**Haio:** RAMON An , KUL
**Promotor:** VANKRUNKELSVEN Patrik , KUL
**Praktijkopleider:** Barbier Inge , MONDEN Birgit

**Context:** Combinatiepreparaten van calcium en vitamine D worden als standaard beschouwd bij de behandeling van osteoporose, maar de therapietrouw laat soms te wensen over. Calciuminname via de voeding is een waardig alternatief en mogelijk ook veiliger, maar wordt vaak niet in beschouwing genomen bij de behandeling van osteoporose.

**Onderzoeksvraag:** Deze praktijkverbeterende studie wil een antwoord formuleren op de volgende vragen: 1. Wat is de intake van calcium via de voeding bij postmenopauzale vrouwen met osteoporose in de huisartsenpraktijk? 2. Hoe is de therapietrouw aan combinatiepreparaten met calcium en vitamine D? 3. Krijgen de postmenopauzale vrouwen met osteoporose in onze huisartsenpraktijk een combinatiepreparaat met calcium en vitamine D dat afgesteld is op hun behoefte, rekening houdend met hun intake van calcium via de voeding? 4. Bestaat er gevaar op overdosering met deze preparaten? 5. Heeft aanpassing van het combinatiepreparaat invloed op de therapietrouw van deze patiënten?

**Methode:** Een vragenlijst peilend naar de dagelijkse calciuminname via de voeding werd opgesteld en voorgelegd aan 19 postmenopauzale vrouwen met osteoporose uit de praktijk die hadden toegestemd tot deelname. Hun dagelijkse calciuminname werd vergeleken met de aanbevolen dagelijkse calciuminname van 1200 mg en indien aangewezen werd een voorstel tot aanpassing van de dosis van het combinatiepreparaat gedaan. Na drie maanden werd opnieuw telefonisch contact genomen om te evalueren of deze dosisaanpassing een invloed had op de therapietrouw.

**Resultaten:** De dagelijkse calciuminname via de voeding varieerde tussen 14,9 mg en 1427,1 mg met een gemiddelde van 421,7 mg. Van de 19 ondervraagde vrouwen waren er 11 goed therapietrouw, 2 matig therapietrouw en 6 slecht therapietrouw. Tien van de 19 vrouwen kwamen door combinatie van calcium uit de voeding en uit supplementen aan de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid calcium van 1200 mg. Bij ??n vrouw werd de bovengrens van 2500 mg calcium per dag overschreden, echter zonder hier nadelige effecten van te ondervinden. De therapietrouw werd bij drie patiënten verbeterd. Bij twee patiënten werd dit bereikt doordat zij voorheen nog geen supplement namen. Bij de derde vrouw betrof het zowel voedingsaanpassingen als aanpassing van de toedieningsvorm.

**Conclusie:** Uit deze studie blijkt dat de inname van calcium via de voeding beperkt is waardoor behandeling met supplementen vaak noodzakelijk is. De therapietrouw aan deze supplementen is niet altijd goed. Aanpassing van de dosis en toedieningsvorm van deze supplementen aan de behoeften van de patiënte kan de therapietrouw bij sommige patiënten verbeteren.