Systematische review naar aanpak/behandeling van osteoporose in de eerste lijn.

Haio: Petitqueux Lucas , KUL
Promotor: Goderis Geert , KUL
Praktijkopleider: Deruyter Lieve , DUYCK Francis , MOUTON Bart , SMET Bart

Context: Osteoporose is een veelvoorkomende aandoening die het botweefsel aantast, waardoor de beenderen kwetsbaarder worden voor breuken. Deze breuken worden geassocieerd met een verhoogd sterftecijfer, langdurige thuiszorg, een verminderde levenskwaliteit, sociaal isolement, depressie en afname van zelfwaardering.

Onderzoeksvraag: Het doel van deze systematische review is het vergelijken van de aanpak van osteoporose, waarmee we de usual care (medicamenteuze therapie) vergelijken met een multifactoriële holistische add-on aanpak. Wat is het effect op vallen, valangst, levenskwaliteit en botdensiteit?

Methode: Vijf databanken (PubMed, Cochrane Library, Embase, Medline en CINAHL) werden in februari 2024 doorzocht naar randomized controlled trials (RCT) gepubliceerd tussen 2003 en 2023.

Resultaten: Zeventien studies (1450 participanten, onder wie 21 mannen) werden geïncludeerd. Zeven studies bespreken het effect van een oefenprogramma op vallen of valfrequentie, waarvan 3 een significant effect vermelden. Zes artikels bekijken het effect van beweging op valangst, waarvan 5 een significante vermindering vermelden. Effect van fysieke beweging op levenskwaliteit wordt bekeken in 12 studies, met 7 studies die een significant verschil vermelden. Botmineraaldensiteit (BMD) wordt in 2 studies bekeken, met een wisselend effect op de BMD. Oefentherapie toont een significant effect op de lumbale BMD en shock wave therapie op de heup beschrijft een significant effect op de BMD van de heup.

Conclusie: Een multifactoriële aanpak met een oefenprogramma als add-on therapie voor osteoporose kan een positief effect hebben op vallen, valangst en levenskwaliteit.