

Achtergrond

De polikliniek orthopedie van Máxima MC ziet jaarlijks veel patiënten met beginnende knie- en heupartrose, waarvoor een operatie niet geïndiceerd is. Deze patiënten krijgen een conservatieve behandeling, waarin aandacht is voor functieverbetering van het gewricht (fysiotherapie), gewichtsverlies, pijnstilling en ziekte-inzicht. Omdat een deel van deze patiënten in de eerste lijn geholpen kan worden is samenwerking gezocht met huisartsen en fysiotherapeuten in de regio.

Betrokken partijen

De betrokken partijen bij dit project zijn het Máxima MC, PoZoB en 15 fysiotherapie praktijken in de regio. Als eersten van Nederland starten zorgverleners in de regio Eindhoven met de Nederlandse versie van GLA:D (Good Life with Osteoarthritis in Denmark): een voorlichtings- en trainingsprogramma voor patiënten met beginnende heup- en knieartrose op basis van de laatste wetenschappelijke inzichten.

Doel

Belangrijkste doel van het programma is het uitstellen/voorkomen van een knie- of heupprothese. Alhoewel een prothese de kwaliteit van leven aanzienlijk kan verbeteren, gaat deze ook gepaard met complicatierisico's. Een prothese gaat gemiddeld 15-20 jaar mee, waarna een nieuwe operatie nodig is; een grote ingreep met hogere risico's en vaak minder positieve resultaten.

We weten bovendien dat de inzet van fysiotherapie en het bevorderen van een actieve leefstijl hetzelfde positieve effect kunnen hebben. Uit onderzoek blijkt dat de combinatie van fysiotherapie en voorlichting leidt tot een afname van pijnklachten, verminderde inname van pijnstillers en een hogere kwaliteit van leven. De resultaten zijn direct na afloop van de behandeling te zien en na 12 maanden zelfs verder verbeterd.¹ Daarom is gekozen voor de implementatie van het programma GLA:D, dat bestaat uit ongeveer 12 behandelingen bij de fysiotherapeut en 2 voorlichtingssessies in Máxima MC. Patiënten kunnen zo in de eigen buurt en met eigen inzet een operatie uitstellen of zelfs voorkomen.

Pijlers van het project

De belangrijkste pijlers van het project zijn als volgt:

- De huisarts verwijst patiënten met beginnende heup- of knieartrose naar een GLA:D fysiotherapeut in de buurt.
- De GLA:D fysiotherapeut geeft de bewezen-effectieve oefenbehandeling van het programma.
- Een verpleegkundig specialist/ orthopedisch chirurg van het Máxima MC en een GLA:D fysiotherapeut verzorgen samen groepsvoorlichting voor patiënten.
- De patiënt krijgt regie over zijn/ haar eigen ziekte waardoor de klachten verminderen en een heup- of knieprothese wordt uitgesteld of zelfs voorkomen.

Evaluatie van resultaten

De resultaten van het project wordt geëvalueerd in samenwerking met Fontys Paramedische Hogeschool. Zij verwerken de data op anonieme basis ten behoeve van wetenschappelijk onderzoek om de resultaten van het programma te evalueren en optimaliseren.

Tijdspad

Huisartsen kunnen vanaf 1 oktober patiënten insturen voor het GLA:D programma.

¹ Skou, S. T., & Roos, E. M. (2017). Good Life with osteoArthritis in Denmark (GLA: D™): evidence-based education and supervised neuromuscular exercise delivered by certified physiotherapists nationwide. *BMC musculoskeletal disorders*, 18(1), 72.