

A search for guidance in the multifaceted problem of low back pain



Rugpijn kent vele gezichten



Probleem

- Lage rugpijn komt erg veel voor
- Hoge maatschappelijke kosten
- Veel factoren houden verband met het ontstaan en het herstel van lage rugklachten

Probleem 1

Aanbevelingen

Aanbevelingen uit richtlijnen zijn vaak op groepsniveau. Hoe krijgen we deze aanbevelingen meer op maat voor de fysiotherapeut om op de individuele persoon met rugpijn toe te passen?



Richtlijnen



Mensen met lage rugpijn

Probleem 2

Medische beeldvorming

In richtlijnen wordt medische beeldvorming, zoals MRI's, afgeraden, omdat er geen meerwaarde is wanneer er niets ernstigs verwacht wordt bij lage rugpijn. Toch wordt medische beeldvorming nog steeds veel ingezet bij lage rugpijn. Het is onduidelijk wat de gevolgen van deze onderzoeken zijn op toekomstig zorggebruik, kosten en ziekmeldingen op het werk.



Probleem 3

Herstel

Welke factoren verband houden met het herstel van lage rugklachten is grotendeels onduidelijk



Doelen



1. Aanbevelingen uit richtlijnen beter toepasbaar maken op het individu met lage rugpijn.
2. Onduidelijke gevolgen van medische beeldvorming onderzoeken.
3. Factoren vinden die samenhang hebben met het herstel bij lage rugpijn.

Resultaten

1. Aanbevelingen toepasbaar maken

Overwegingen



1. De fysiotherapeuten hadden moeite met het omgaan met de verwachtingen van de patiënt, wanneer deze in strijd zijn met de richtlijnaanbevelingen.



2. De deelnemende fysiotherapeuten gaven aan dat de richtlijn meer informatie zou moeten bevatten over het omgaan met mentale factoren, zoals stress en depressie.

3. Fysiotherapeuten vertrouwen mogelijk te veel op hun ervaring bij het kiezen voor een behandeling, en de kennis van wetenschappelijk onderbouwde behandeling kan worden verbeterd.

4. Het proces van de ingebruikname van de richtlijn werd als ontoereikend beschouwd.

5. Over het algemeen dachten de geïnterviewde fysiotherapeuten dat ze richtlijnadviezen slecht opvolgden. Echter, bij het vergelijken van hun overwegingen met de daadwerkelijke richtlijnaanbevelingen volgden ze de aanbevelingen eigenlijk goed op.

2. Onduidelijke gevolgen onderzoeken

Medische beeldvorming

In dit literatuuronderzoek kwam naar voren dat medische beeldvorming bij lage rugpijn leidt tot een toename in toekomstige kosten en zorggebruik.

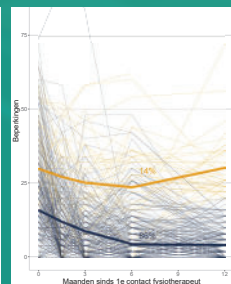
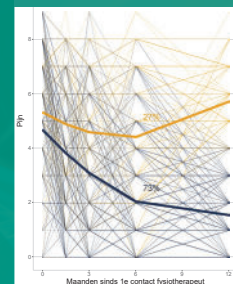
Er zijn aanwijzingen dat medische beeldvorming ook leidt tot een toename in ziekmeldingen op het werk.



3. Factoren die samenhangen met herstel

Herstel

In 3 studies is met behulp van Linear Mixed Models en Growth Mixture Modeling in kaart gebracht welke factoren samenhang vertonen met het beloop van lage rugpijn en lage rugklachten.



Conclusies



- Er zijn 4 factoren gevonden die wel samenhang vertonen (fysieke activiteit, mentale factoren, pijn bij aanvang, duur van de rugpijn) en 2 factoren die geen samenhang vertonen (zitgedrag en beenpijn).
- De richtlijn zou meer aandacht moeten hebben voor mentale factoren.
- Medische beeldvorming bij lage rugpijn leidt tot een toename in toekomstige kosten en zorggebruik. Dit is onwenselijk voor zowel de persoon met lage rugpijn als voor de maatschappij.
- De fysiotherapeut kan met deze informatie beter duiden welke factoren verband houden met het herstel van de rugpijn van het individu.