



Fractuur- en osteoporosespreekuur

Bent u ouder dan 50 jaar en heeft u een bot gebroken? Dan kunt u op het fractuur- en osteoporosespreekuur laten controleren of u osteoporose heeft. Op dit spreekuur controleren wij uw breuk en geven wij u advies om nieuwe fracturen in de toekomst te voorkomen. Wij doen dit door de kwaliteit van uw bot te meten en te kijken hoe groot het risico op vallen bij u is.

De aanpak is multidisciplinair. Dit betekent dat de vakgroepen chirurgie, interne geneeskunde, radiologie, reumatologie en geriatrie bij de eventuele behandeling betrokken zijn. U heeft na een heup-, pols- of wervelfractuur recht op een afspraak voor dit spreekuur, maar het is geen verplichting. U kunt ook via uw huisarts verwezen worden. U gaat voor dit spreekuur naar onze locatie Haarlem Noord.

Osteoporose, wat is dat precies?

Osteoporose, beter bekend als botontkalking of botarmoede, is een aandoening waarbij de botten zo zwak (poreus) worden dat makkelijk een breuk kan ontstaan. De meest voorkomende breuken als gevolg van osteoporose zijn de pols-, heup- en wervelbreuken. Wereldwijd heeft één op de drie vrouwen en één op de acht mannen boven de 55 jaar osteoporose. Voor osteoporose geldt “voorkomen is beter dan breken”. Er kan veel gedaan worden om te voorkomen dat u osteoporose krijgt. En een behandeling die op tijd begint, geeft uiteindelijk een betere kwaliteit van leven. In de praktijk blijkt dat in de meeste gevallen osteoporose pas wordt ontdekt wanneer iemand iets breekt.

Risicofactoren voor osteoporose

Het is moeilijk om aan te geven wie wel osteoporose krijgt en wie niet. Toch zijn er bepaalde factoren aan te wijzen die een belangrijke rol kunnen spelen in het krijgen van osteoporose.

Deze factoren worden risicofactoren genoemd. Aan de hand van onderstaande lijst en de waardering in punten ziet u hoe groot de kans is dat u osteoporose krijgt.

- Osteoporotische botbreuk in de familie (gebroken heup of ingezakte wervels) - 8
- langdurig gebruik van corticosteroïden (prednison en prednisonachtige stoffen) - 8
- een te laag lichaamsgewicht (te mager) gewicht/lengte index van 19 of minder - 8
- geen of heel weinig lichaamsbeweging - 8
- bepaalde ziekten of aandoeningen, zoals te snel werkende schildklier, reumatoïde arthritis, bepaalde long-, nier-, maag-, darmen lever- of ernstige huidziekten - 8
- één of meerdere botbreuken na uw 50ste - 8
- een vroege overgang (laatste menstruatie op 45-jarige leeftijd of jonger) - 3
- lengte verlies: meer dan 3 cm gekrompen na het 50ste jaar - 3
- eetstoornissen (anorexia en boulimia) - 2

Totaal aantal punten: -----

Diagnose osteoporose

De diagnose osteoporose kan worden gesteld door middel van een botdichtheidmeting. De dichtheid van het bot (BMD) kan op een betrouwbare manier gemeten worden op verschillende plaatsen in het skelet. Meestal worden de heup- en lendenwervels gemeten. Het DEXA-apparaat waarmee dit gebeurt, is een soort een röntgenapparaat, maar de straling waaraan men tijdens het onderzoek wordt blootgesteld is erg laag. Hoe lager de BMD, hoe groter de kans op een botbreuk als men komt te vallen. De meting wordt uitgedrukt in een T-score en een Z-score. De T-score: uw botdichtheid vergeleken met de botdichtheid van een vrouw rond het 35e jaar; de Z-score: uw botdichtheid vergeleken met de botdichtheid van iemand van uw leeftijd.

Behandeling osteoporose

Als uit de botdichtheidmeting blijkt dat uw bot te zwak is voor uw leeftijd wordt er samen met u gekeken naar de meest geschikte behandeling. Deze kan bestaan uit een of een combinatie van onderstaande behandelingen:

- lichaamsbeweging
- voedingsadviezen
- medicamenteuze behandeling
- valpreventie.

Gang van zaken tijdens de afspraak

Tijdens het spreekuur wordt zoals gebruikelijk de genezing van uw breuk gecontroleerd en wordt samen met u gekeken naar uw risicofactoren voor osteoporose en risico voor vallen. Aansluitend wordt uw botdichtheid gemeten en indien nodig de fractuur met een röntgenfoto gecontroleerd. Alle uitslagen worden nog dezelfde dag met u besproken.

Informatie

Wilt u een afspraak of bent u verhinderd? Belt u dan met polikliniek chirurgie (023) 224 0020.

Waar zijn we te vinden?

Haarlem Zuid

Boerhaavelaan 22
2035 RC Haarlem

(023) 224 0000

Haarlem Noord

Vondelweg 999
2026 BW Haarlem

www.spaarnegasthuis.nl

Hoofddorp

Spaarnepoort 1
2134 TM Hoofddorp

info@spaarnegasthuis.nl