



Dokter Klinkertweg 18
8025 BS Zwolle
038-455 9851
info@mccklik.nl

INTERNE GENEESKUNDE I

Osteoporose, fractuurpreventie

1^e druk 2000
5^e druk 2019

Samengesteld door internisten en chirurgen van Isala en huisartsen uit de regio Zwolle. Geautoriseerd door orthopeden, gynaecologen, reumatologen en verpleeghuisartsen. Mede beoordeeld door algemene apothekers en ziekenhuisapothekers. Deze werkafspraken sluit aan bij de [NHG standaard Fractuurpreventie M69 \(2012\)](#). Gebruik het [Algoritme fractuurpreventie](#) van de NHG.

BEGRIPPEN

DXA	Dual-energy X-ray Absorptiometry.
VFA	Vertebral Fracture Assessment: wervelfractuur beoordeling wordt bij alle aangevraagde DXA's gedaan.
BMD	Bone Mineral Density
T-score	Aantal standaarddeviaties dat de BMD afwijkt van het gemiddelde van dertigjarigen van hetzelfde geslacht. Neem de laagste waarde van de score op heuphals, totale heup of gemiddelde van wervel L1-4 : <ul style="list-style-type: none">• $\leq - 2,5$ betekent osteoporose• $> - 2,5$ en $\leq - 1,0$ betekent osteopenie• $> - 1,0$ betekent laag risico op osteoporose

RISICO-INVENTARISATIE VOOR FRACTUREN

Deze werkafspraken gaat over het voorkómen van eerste en verdere fracturen. Gebruik het [Algoritme fractuurpreventie](#) om de juiste risico inventarisatie te maken bij patiënten.

Leeftijd	Patiënten > 50 jaar komen in aanmerking voor inventarisatie
Patiënten met fracturen	<ul style="list-style-type: none">• Wervelfracturen: DXA en start behandeling• Overige recente fracturen: volg het algoritme
Patiënten met corticosteroïdgebruik	<ul style="list-style-type: none">• >15 mg/dag > 3 maanden: DXA en start behandeling• 7,5-15 mg/dag > 3 maanden: DXA en start behandeling bij postmenopauzale vrouwen en mannen > 70 jaar
Overig	Denk ook aan inventarisatie bij COPD, DM, IBD, hyperthyreoïdie en andere oorzaken .

DIAGNOSTIEK bij hoog risico patiënten

BSE, AF	Ter uitsluiting van ontsteking of maligniteit
TSH, Ca, Nierfunctie	Ter uitsluiting van orgaanlijden als oorzaak van osteoporose
Vitamine D3 (colecalfiferol)	Bv bij vermoeden van te weinig blootstelling aan zonlicht en bij malabsorptie (gastric bypass)

BEHANDELING / BELEID

Zie hiervoor het [Formularium Zwolle-Meppel](#)

Algemeen	Valpreventie advies, vermijd immobiliteit, verminder alcoholconsumptie, stop roken
Vitamine D3	Colecalciferol wordt geadviseerd: <ul style="list-style-type: none">• bewoners van verzorgings- en verpleegtehuizen.• aangetoonde deficiëntie vit D• aangetoonde osteoporose• na recente fractuur
Dosering	800IE per dag, 5600 IE per week, 50.000 IE per maand

Calcium	> 50 jaar moet inname 1000 - 1200 mg per dag zijn (3-4 zuivelporties). Indien onvoldoende intake start met suppleren.
Dosering	Maximaal 500 mg per dag. (i.v.m. cardiovasculaire bijwerkingen)
Bisfosfonaten	Stap 1 Alendroninezuur (tablet of drank) 70 mg per week Residroninezuur 35 mg per week
	Stap 2a Denosumab sc in overleg met specialist (bij start en na 5 jaar)
	Stap 2b Zolendronaat iv in overleg met specialist
	Stap 3 Teriparatide via specialist
gebruik \geq 5 jaar	Nieuwe risicoanalyse uitvoeren. Bij T-score \leq - 2,5 verleng het gebruik tot maximaal 10 jaar gebruik. Bij onveranderd corticosteroïdgebruik is nieuwe risicoanalyse niet nodig. Gebruik voortzetten tot maximaal 10 jaar. Indien T-score > - 2,5 stop bisfosfonaat en controleer na 2-3 jaar.
Strontium	Wordt niet meer gebruikt
Tandarts	Alvorens te starten met osteoporose medicatie is het gewenst dat het gebit gesaneerd is.
Teleconsultatie endocrinologie	Bij twijfel over juiste behandeling (zie bisfosfonaten)
Controles	Een jaarlijkse controle is wenselijk i.v.m. slechte compliance.

VERWIJZING NAAR 2^{DE} LIJN

Wervelfractuur	<ul style="list-style-type: none"> • mannen < 70 jaar • onbegrepen fracturen < 50 jaar
Nieuwe fractuur	Tijdens gebruik van bisfosfonaten is reden voor verwijzing.
Hevige rugpijn	Tijdens gebruik van bisfosfonaten overweeg verwijzing
Ernstige osteoporose	Verwijs bij een T-score < - 3,5
Frequent vallen	Bij onbegrepen frequent vallen verwijs naar de valpoli ouderengeneeskunde.