

Een botbreuk en 50+

Waarom testen op botontkalking?

U wordt of werd behandeld voor een bot- of wervelbreuk. Het kan zijn dat uw bot- of wervelbreuk (mede) het gevolg is van botontkalking (osteoporose). Om het risico op toekomstige botbreuken te verkleinen wordt u vanuit het fractuurpreventieteam van Noordwest uitgenodigd om deel te nemen aan de screening op osteoporose. Het fractuurpreventieteam bestaat uit een multidisciplinair team van zorgprofessionals die samenwerken om botbreuken te voorkomen. Het team bestaat uit specialisten en verpleegkundigen die gespecialiseerd zijn in botgezondheid.

Wat is osteoporose?

Osteoporose, ook wel botontkalking genoemd, is een aandoening waarbij de botten hun stevigheid verliezen. Hierdoor neemt het risico op botbreuken toe, vooral in de heup, pols en wervelkolom. Osteoporose ontstaat vaak ongemerkt en geeft meestal pas klachten bij een breuk.

Screening osteoporose

De screening wordt uitgevoerd binnen Noordwest en bestaat uit:

- het invullen van een vragenlijst
- het uitvoeren van een botdichtheidsmeting (DEXA-scan en wervelhoogtemeting VFA)

Bij de DEXA-scan wordt de dichtheid van uw botten gemeten met behulp van zwakke röntgenstraling, meestal in de heup en wervelkolom. Het onderzoek is veilig en pijnloos en duurt 15-20 minuten. De hoeveelheid straling is minimaal en kent geen bijwerkingen. Naar aanleiding van de uitslag van de botdichtheidsmeting kan besloten worden om bloedonderzoek uit te laten voeren om onderliggende oorzaken van botverlies uit te sluiten.

De uitslag

Binnen enkele weken na het onderzoek krijgt u de resultaten, bijbehorende adviezen en/of een behandelplan van de specialist vanuit het fractuurpreventieteam (een reumatoloog, een internist of een geriater). Hiervoor wordt een afspraak met u gemaakt.

Mogelijke uitkomsten

- normale botdichtheid
- osteopenie (lichte vermindering van botdichtheid)
- osteoporose

Behandeling

Behandeling kan bestaan uit:

- leefstijladvies: gezonde voeding, voldoende zonlicht, lichaamsbeweging
- voedingssupplementen: calcium en vitamine D

- botversterkende medicatie
- valpreventie

Wanneer geen deelname aan de screening

U beslist zelf of u wilt deelnemen aan de screening, u kunt uw besluit aangeven in de vragenlijst die u toegestuurd krijgt.

- **al eerder getest**

Als u al behandeld wordt voor osteoporose en/of als u minder dan 2 jaar geleden een botdichtheidsmeting (DEXA-scan) heeft gehad, dan is deelname aan deze screening niet nodig en kunt u dit aangeven in de toegestuurde vragenlijst

- **liever geen behandeling**

Als u niet behandeld wilt worden voor osteoporose is het niet zinvol om deel te nemen aan deze screening, dit om onnodige belasting van u én de zorg te voorkomen. Ook dit kunt u aangeven in de vragenlijst

Mocht u op een later moment toch onderzoek willen laten doen naar osteoporose, neemt u dan contact op met uw huisarts.

Kosten en vergoeding

Aan het onderzoek van de botten zijn kosten verbonden. Als u dit jaar nog geen zorgkosten heeft gemaakt, worden de kosten van het onderzoek verrekend met uw eigen risico. Neem voor meer informatie hierover contact op met uw zorgverzekeraar. Ook kunt u voor informatie naar afdeling kosten en vergoedingen van Noordwest. Deze afdeling is op werkdagen bereikbaar van 8:30 tot 11:30 uur en van 13.00 tot 16:00 uur op telefoonnummer 072 - 548 3868/548 3867 of via kosten&vergoedingen@nwz.nl. U kunt ook langskomen op huisnummer 012, locatie Alkmaar.

Meer weten?

Meer informatie over osteoporose en fractuurpreventie kunt u vinden op de volgende websites en folders van Noordwest:

- www.osteoporosevereniging.nl
- www.voedingscentrum.nl
- www.veiligheid.nl
- folder 'Tips voor gezonde botten' (via www.nwz.nl/patientenfolders-overzicht)
- folder 'Botdichtheidsmeting (DEXA)' (via www.nwz.nl/patientenfolders-overzicht)
- folder 'Valpreventie' (via www.nwz.nl/patientenfolders-overzicht)

Uw vragen

Heeft u vragen of wilt u meer informatie? U kunt dan contact opnemen met polikliniek reumatologie of polikliniek interne geneeskunde, op werkdagen van 8:30 tot 11.30 en van 13.00 tot 16:00 uur:

- locatie Alkmaar
polikliniek reumatologie, 072 - 548 3250
polikliniek interne geneeskunde, telefoon 072 - 548 3322
- locatie Den Helder
polikliniek reumatologie, telefoon 0223 - 696 902
polikliniek interne geneeskunde, telefoon 0223 - 696 343