

Samenvatting van de Richtlijn Lage rugpijn en LRS voor bedrijfsartsen en verzekeringsartsen

1 Preventie

- > Overweeg inventarisatie van
 - beïnvloedbare werkgebonden risicofactoren
 - beïnvloedbare persoonsgebonden risicofactoren
- > Adviseer preventief:
 - oefeningen voor spierkracht, coördinatie en cardiotraining eventueel met een paramedisch professional: bij voorkeur met voorlichting over pathologie en pijnmechanismen, de werking van de rug en gezond werken
- > Evalueer:
 - of tillen of trillingen een probleem zijn en gebruik zo nodig maatregelen uit Multidisciplinaire richtlijn Tillen en/of richtlijn Trillingen

2 Probleemoriëntatie en diagnose, beperkingen in functioneren en beroepsziekte

- > Inventariseer diagnoses, onderzoek, en adviezen van andere medische professionals.
- > Neem een anamnese af, *vraag naar*:
 - aard, duur, ontstaan en beloop huidige klachten
 - uitstraling van pijn
 - motorische/sensibele uitval
 - klachten van mogelijk specifieke rugaandoeningen
 - werk- en persoonsgebonden risicofactoren
 - prognostische factoren voor herstel dagelijks functioneren en arbeidsparticipatie
- > Voer lichamelijk onderzoek uit, *verricht*
 - onderzoek naar de beweeglijkheid van de rug bij vermoeden van lage rugpijn
 - gericht neurologisch onderzoek bij vermoeden op lumbosacraal radiculair syndroom
- > Overleg met de huisarts over verwijzing naar een neuroloog voor aanvullende diagnostiek:
 - bij aanwijzingen voor een ernstige oorzaak van het LRS
 - bij vermoeden van een cauda equinasyndroom (spoedverwijzing) en/of
 - indien de patiënt mogelijk in aanmerking komt voor een operatieve behandeling
- > Beoordeel de functionele fysieke mogelijkheden voor werk (beperkingen in het functioneren)
- > Overweeg gebruik van aanvullende meetinstrumenten zoals vragenlijst(en) en/of Functionele Capaciteit Evaluatie (FCE)
- > Beoordeel of er sprake is van een beroepsziekte en meld deze zo nodig bij het NCvB

3 Prognose

- > Overweeg inventarisatie van:
 - prognostische factoren voor herstel van dagelijks functioneren en/of overweeg gebruik van de STarT Back Screening Tool
 - beïnvloedbare prognostische werk- en persoonsgebonden belemmerende en bevorderende factoren voor arbeidsparticipatie

4 Interventie

- > Inventariseer behandelingen, maatregelen en resultaten door andere (para)medische professionals en overleg indien deze invloed kunnen hebben op het (behandel)traject gericht op arbeidsparticipatie
- > Geef voorlichting en adviseer werkende en/of werkgever, zo nodig in overleg met een andere deskundige op het gebied van arbeid en gezondheid:
 - zoveel mogelijk aan het werk te blijven
 - opbouw van werkzaamheden volgens een tijd contingente aanpak
 - bij verzuim over:
 - een plan van aanpak met maatregelen om het werk zo snel mogelijk te hervatten
 - werkhervatting voor hoeveel uren en voor welke taken
- > Adviseer over aanvullende behandeling volgens het principe van stepped care bij aanhoudende klachten en onvoldoende verbetering van arbeidsparticipatie, op basis van de duur van de klachten én de aanwezige risico- en prognostische factoren:
 - overweeg fysio- of oefentherapie gericht op tijdcontingent activerend bewegen
 - overweeg een intensief werkgericht fysiek conditioneringsprogramma
 - overweeg gedragsmatige behandeling
 - overweeg multi- of interdisciplinaire revalidatie, en bij voorkeur arbeidsrevalidatie
- > Adviseer bij een mogelijk operatieve interventie bij LRS wat de gevolgen zijn voor arbeidsparticipatie en het bijbehorende behandeltraject

5 Evaluatie

- > Volg voor het vaststellen van stagnatie in het herstel van dagelijks functioneren en/of arbeidsparticipatie de volgende stappen:
 - ga na hoe lang de werkende bezig is met herstel
 - stel vast of dit past bij (het beloop van) lage rugpijn of LRS
 - ga na welke werkzaamheden de werkende vervult
 - evalueer of de behandeling en het herstelgedrag adequaat is
- > Onderzoek welke aspecten een rol spelen bij de stagnatie
 - persoonlijke factoren
 - werkgebonden factoren
 - omgevingsfactoren
- > Onderneem acties gericht op het opheffen van stagnatie in het herstel van dagelijks functioneren en/of arbeidsparticipatie
- > Toets de re-integratie inspanningen bij een WIA-aanvraag
- > Zorg voor een goede afstemming met bedrijfsarts of verzekeringsarts

6 Samenwerken

- > Zorg voor een goede communicatie en afstemming met andere medische professionals