



# SAMENVATTING RICHTLIJN LAGE RUGPIJN EN LRS

Voor bedrijfsartsen & verzekeringsartsen

## 1 PREVENTIE

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

## 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:
  - vragenlijst(en) (Quebec/Oswestry/Roland Morris) en/of
  - performance testen zoals een 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 STaT Back Screening Tool
- ▶ Inventariseer:
  - 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 over de gevolgen 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) en het herstelgedrag adequaat zijn
- ▶ 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