

Aspecifieke lagerugpijn, werk en beroepsziekte:

De NHG-standaard is een mooi document voor multidisciplinair onderwijs

Paul Kuijer, Jeroen Croes, Bas Sorgdrager

'Je bent coassistent bij een huisartsenpraktijk in Amsterdam. Op je ochtendspreekuur komt Timo, een 42-jarige barman uit de Pijp. Bij het in elkaar zetten van het kinderbedje voor z'n aanstaande eerste kind is het in z'n rug geschoten. Hij kan 'geen kant meer op'. Vanmiddag wil hij gewoon weer aan het werk, kun jij dat niet even voor hem regelen?' Zo begint de Team-Based Learning (TBL) voor de eerstejaarsstudenten geneeskunde bij het Academisch Medisch Centrum (AMC), gegeven door de afdelingen huisartsgeneeskunde, revalidatiegeneeskunde en het Coronel Instituut voor Arbeid en Gezondheid. De 2e herziene NHG-standaard voor aspecifieke lagerugpijn is het belangrijkste studie-document voor de studenten in deze TBL.¹

Deze is recent voor de 2^e keer herzien en werk heeft hierin een nog prominentere rol gekregen (Box 1). Niet alleen om bewegen te stimuleren en verzuim te voorkómen, maar ook met het oog op meer aandacht voor de preventie van (vermoede) beroepsziekten door de bedrijfsarts (Box 1). Daarbij leren de studenten ook dat als de patiënt van mening is dat de lagerugpijn (mede) door het werk komt, dit een belangrijke ongunstige prognostische factor is voor het weer gaan werken. De *Arbopalans 2016* laat zien dat een Nederlandse werknemer met lagerugpijn 19 dagen langer verzuimt als hij aangeeft dat er sprake is van een beroepsziekte, vergeleken met een werknemer met dezelfde diagnose die dat niet aangeeft (Figuur 1).² Natuurlijk leren de studenten ook hoe de bedrijfsarts effectieve preventie stimuleert. Door de werkplek-aanpassingen vooral te richten op activiteiten waarvan bekend is dat deze lagerugpijn kunnen veroorzaken (Box 2). De studenten maken daartoe ook als studie-opdracht een infographic die duidelijk maakt welke maatregelen in werk wél en níét effectief zijn om rugklachten in fysiek zwaar werk te voorkómen.

De winnende infographic van 2018 staat in de linkerkolom. De geneeskundestudenten leren zo reeds in een vroeg stadium van hun opleiding tot (basis)arts over de rol van arbeid als potentieel oorzakelijke factor voor het optreden van rugklachten, over de preventieve mogelijkheden, maar ook dat het vroegtijdig hervatten van

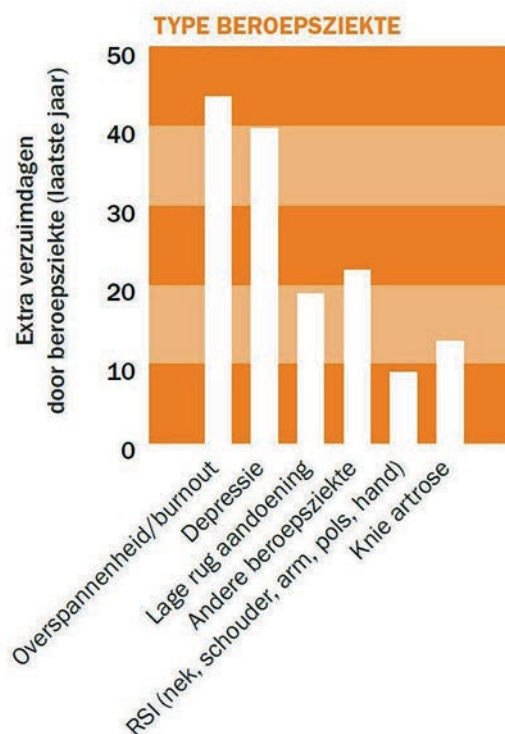
passende werkzaamheden bijdraagt aan het functionele herstel van aspecifieke lagerugklachten. Tot slot leren ze dat een proactieve samenwerking van de behandelaar(s) met de bedrijfsarts van toegevoegde waarde kan zijn. Wellicht voor nu al een extra inspiratie als u – als bedrijfsarts – proactief contact opneemt met de collega's uit de curatieve sector om over een (complexe) gemeenschappelijke patiënt te overleggen.

Referenties

1. Bons SCS, Borg MAJP, Donk M van den, Koes BW, Kuijpers T, Ostelo RWJG, Schaafstra A, Spinnewijn WEM, Verburg-Oorthuizen AFE, Verweij HA. NHG-Standaard Aspecifieke lagerugpijn (Tweede herziening), <https://www.nhg.org/standaarden/volledig/nhg-standaard-aspecifieke-lagerugpijn#idp209520>.
2. Arbopalans 2016, <http://www.monitorarbeid.tno.nl/publicaties/arbopalans-2016>.

Figuur 1

Extra verzuimdagen per diagnose bij een Nederlandse werknemer die aangeeft het afgelopen jaar een beroepsziekte te hebben opgelopen (Lagerug-aandoening = 19 extra verzuimdagen)²



P. Kuijer, J. Croes en B. Sorgdrager zijn werkzaam bij Coronel Instituut voor Arbeid en Gezondheid, Academisch Medisch Centrum/Universiteit van Amsterdam, Amsterdam Public Health onderzoeksinstituut, Amsterdam.

Correspondentieadres:
p.p.kuijer@amc.uva.nl



De winnende infographic over preventie van lagerugklachten door de eerstejaars geneeskundestudenten AMC: Vera van Goor, Paula van Oosten, Anne Kramers, Stein de Boer en Sten van der Wilk

Box 1

Nog meer aandacht voor werk in de 2e herziene NHG-standaard Aspecifieke lagerugpijn

De huisarts:

- adviseert de patiënt in beweging te blijven en door te gaan met de dagelijkse activiteiten (inclusief werk);
- verwijst de patiënt zo nodig naar de bedrijfsarts of neemt zelf contact op met de bedrijfsarts (indien de patiënt daar toestemming voor geeft) indien:
 - er langdurige uitval is of wordt verwacht;
 - er belemmeringen zijn voor de uitvoering van het werk vanwege de klachten;
 - de patiënt van mening is dat de klachten (mede) zijn ontstaan of in stand worden gehouden door het werk;
 - er behoefte is aan aanpassing van de werkplek;
 - er behoefte is aan bedrijfsartsgeneeskundige expertise om op het werk (de gevolgen van) de klachten te duiden.

Box 2

Voorbeeld van een tentamenvraag voor de eerstejaarsstudenten geneeskunde van het AMC over preventie van lagerugpijn op het werk

1. Welke twee activiteiten lenen zich bij uitstek voor preventie van rugklachten op het werk?
 - a. Zitten en het buigen van de romp
 - b. Duwen en trekken
 - c. Tillen en het rijden op oneffen terrein
 - d. Traplopen en staan

Uw antwoord op deze vraag zien wij graag tegemoet via e-mail: TBVredactie@bsl.nl

Onder de goede inzenders wordt de Team-Based Learning verloten.