

STAP 0

Niet begeleide leefstijlveranderingen bij klachten knie of heup (zelfzorg)

Knie- of heupklachten zijn niet meer acceptabel met zelfzorg.



STAP 1

Begeleiding bij leefstijlverandering

Vergeet niet om mogelijk ook door te verwijzen naar de lokale buurtsportcoach of beweegmakelaar.

Behandeling aandoening volgens betreffende protocol.

Einde stepped care artrose.

Patiënt gaat met knie- of heupklachten naar de huisarts, fysiotherapeut (FT) of oefentherapeut (OT).

Anamnese en lichamelijk onderzoek artrose.

NEE

Sprake van artrose?

JA

De huisarts stuurt een digitale verwijzing en legt de patiënt uit dat de zorg onder basisverzekering valt, met eigen risico. Overweeg verwijzing ook naar diëtiste, podotherapeut of ergotherapeut.

Bij DT: terugkoppeling diagnose inclusief symptomen en rode vlaggen naar huisarts via zorgmail of brief.

Huisarts past IPC code aan.

Rode vlag?

Huisarts verwijst naar orthopeed 2e lijn.

STAP 2

Individuele begeleiding door paramedici

FT/OT:

- Bepaalt subgroep en bijbehorende interventies.
- Behandelt volgens tijdscontingente aanpak (verwachte behandelduur: 6-12 maanden).
- Verwijst indien nodig door naar diëtiste, podotherapeut of ergotherapeut.

Indien DT bepaalt FT of OT vervolgtraject.

FT/OT test wat huisarts heeft geconstateerd.

STAP 3

Medicatiebeleid

FT/OT geeft terugkoppeling via zorgmail of VIP live aan huisarts. Vermeld of stepped care is toegepast en hoe lang.

NEE

Behandeling voldoende resultaat?

JA

Huisarts bepaalt medicatiebeleid.

Huisarts of specialist dient medicatie (per injectie) toe.

Einde stepped care artrose.

Indien mogelijk continueren (begeleid) bewegen, eventueel met hulp van buurtsportcoach of beweegmakelaar.

FT/OT test wat huisarts heeft geconstateerd.

STAP 4

Operatief traject overwegen

Hulpmiddelen nodig? Huisarts verwijst naar ergotherapeut.

Huisarts verwijst naar specialist voor opstarten traject.

Beter herstellen en minder complicaties? Gewichtsverlies, stoppen met roken en prehabilitatie.

STAP 5

Revalidatie

Postoperatief traject FT/OT.