

Grill B, Levangie PK, Cole M, et al. Bone mineral density among individuals with residual lower limb weakness after polio. PM & R 2018 Sep 7 epub ahead of print.

De literatuur veronderstelt dat mensen met langdurige restverschijnselen van het onderbeen vanwege polio een verminderde botdichtheid hebben die te maken heeft met spierzwakte. Als de spierzwakte asymmetrisch is en de botdichtheid wordt in het sterkere onderbeen gemeten kan dat een verkeerde inschatting geven van de botdichtheid.

De medische dossiers werden bestudeerd van 121 mensen, maar slechts 43 dossiers waren volledig genoeg om te kunnen analyseren. De gemiddelde leeftijd bij het eerste onderzoek was 60 jaar, de leeftijd tijdens de diagnose polio 5 jaar, de gemiddelde BMI was 27,9; 18 mensen gebruikten een loophulpmiddel en 32 mensen waren meer dan 1x gevallen in het afgelopen jaar; 12 mensen hadden een breuk door een valpartij. Er waren overigens geen verschillen tussen de studiegroep en de groep met ontbrekende data.

Bij alle 43 mensen uit de studiegroep was de kracht in de benen asymmetrisch. Bij 14 mensen waren er alleen metingen uitgevoerd van hun zwakkere been, bij 14 mensen alleen van hun sterkere been en bij 15 mensen bij beide benen. Uitgesplitst naar metingen van sterkere, zwakkere of beide benen, hadden 15 mensen in hun sterkere been een normale botdichtheid, 12 een lage botdichtheid¹ en 2 osteoporose². De resultaten van de metingen in hun zwakkere been waren bij 8 mensen een normale botdichtheid, bij 14 mensen een lage botdichtheid en bij 7 was er sprake van osteoporose. De onderzoekers zijn van mening dat de botdichtheid in het zwakkere been lager is dan in het sterkere been. Bovendien hebben mensen met polio een hoger risico om te vallen dan de algemene bevolking van 55 jaar en ouder. De onderzoekers vermoeden dat niet alleen spierzwakte, maar ook verminderde drukkrachten, pijn en vermoeidheid vanwege het postpoliosyndroom en inactiviteit bijdragen aan het risico op osteoporose. Onbehandelde lage botdichtheid en osteoporose verhogen het risico op een heupfractuur, hetgeen kan leiden tot morbiditeit en overlijden en hoge gezondheidszorgkosten.

De onderzoekers adviseren de botdichtheidsmeting uit te laten voeren aan het been met meer spierzwakte, om daarmee te voorkomen dat de mate van botverlies onderschat wordt.

¹ Een lage botdichtheid is een belangrijke voorspeller voor botbreuken.

² Bij osteoporose, ofwel botontkalking, is de botstructuur veranderd waardoor er als het ware steeds meer gaten in het botweefsel ontstaan waardoor de sterkte van het bot afneemt.

Hoewel de publicatie er niets over beschrijft, is de beste behandeling bij zowel een lage botdichtheid en osteoporose: voldoende calcium(kalk) in de voeding, voldoende vitamine D in de voeding en daarnaast via het zonlicht, suppletie van vitamine D voor alle vrouwen boven 50 jaar, zo veel mogelijk beweging en training in het voorkomen van vallen. Bij osteoporose kan aanvullende medicatie nodig zijn, op voorschrift van uw arts.