



RUG



Onze rug wordt gemiddeld 1.500 keer per dag belast tijdens verschillende bewegingen en krijgt het dus zwaar te verduren. Dit complexe gewrichtssysteem bestaat uit anatomische structuren zoals de wervels, schijven, spieren, pezen, ligamenten en zenuwen. Beschadiging van een of meerdere van deze elementen kan lage rugpijn veroorzaken.

HANDIG OM TE WETEN
Vergest niet de patiënt aan te dragen als de rugpijn of de zwaarte op de rugpijn wijzen naar de pees!

WELKE RUGBRACE VOOR WELKE PATHOLOGIE?

	Aspecifieke lage rugpijn				Posturale problemen en/of specifieke rugtachten	Bekken- en sacroïtatische pijn
	Aspecifieke lage rugpijn - acuut		Aspecifieke lage rugpijn - preventief			
	Gemiddelde activiteit	Hoge activiteit	Gemiddelde activiteit	Hoge activiteit		
LUMBALE WERVELKOLOM						
Lombastab		●	●	●		
Lombaskin	●		●	●		
Lombaflex*	●		●	●		
Lombacross Activity				●		
LombaxOriginal			●			
LombaxActivity				●		
Lombacross	●					
Dynacross	●					
Dynacross activity		●				
Ortelcross	●					
Lombapro comfort	●					
DORSO-LUMBALE WERVELKOLOM						
Lombax High					●	
LombaxDorso					●	
DorsoRight 35					●	
OsteoMed acute					●	
SACRALE WERVELKOLOM						
LombaMum*	●		●	●		●
Ortel P						●

WELKE RUGBRACE VOOR WELKE PATHOLOGIE?

THORACO-ABDOMINALE RUGBRACES	Niet-gelueerde rib/fracturen	Na een colostomie	Zwarte van de buikwand	Liesbreuk	Heupdysplasie	Heupluxatie
Cemen	●					
Dynabelt	●					
Stomex		●	●			
BREUKBAND						
Ortel				●		
HEUPBRACE						
HIP-med					●	●
Hiploc.vo						●

DE JUISTE RUGBRACE

Om een patiënt met lage rugpijn van de juiste rugbrace te voorzien, moeten er drie cruciale stappen worden doorlopen:

- 1 OVERLEGGEN**
Inzicht krijgen in de aard van de pijn en de levensstijl van de patiënt.
- 2 AANMETEN**
Meet de omtrek van de patiënt ter hoogte van de navel.
- 3 AFLEVEREN**
Voor een optimaal draagcomfort. Toets de brace in staande en zittende houding en pas de baleinen aan aan de rugwieling van de patiënt.

Het aanmeten moet worden uitgevoerd door een zorgprofessional.

EXTRA ADVIEZEN

Voorkomen dat de lage rugpijn chronisch wordt, is de grootste uitdaging.

- 1 OVERWEEG OM WARMTE TOE TE PASSEN**
door ARGICALM, het herbruikbare hot/cold pack aan te bieden:
> Laat de spieren ontspannen en verlicht de pijn.
- 2 VERBETER HET SLAAPCOMFORT VAN UW PATIENTEN,**
door hen het Cervit+ kussen aan te bieden:
> Voor een betere spreiding van de wervelkolom-belasting in liggende houding.
- 3 BEPERK DE IMPACT VAN DE TRILLINGEN BIJ UW ACTIEVE EN SPORTIEVE PATIENTEN,**
door hen de inlegzolen en hielkussens van Pedipro aan te bieden:
> om de belasting van de lumbale wervelkolom te dempen.

Alle THUIASNE-rugbraces voor de lage rug zijn voorzien van 4 dorsale baleinen van soepel verenstaal, voor de juiste flexibele ondersteuning.

WELKE RUGBRACE VOOR WELKE PATIËNT?



KLASSIEKE MORFOLOGIE	Langdurig zitten	Lombacross	Uitgewerkt en nauwkeurig zichtbaar onder kleding
	Langdurig staan	Lombastab	Goede instelbaarheid en pijnverlichting
	Afwisselende activiteiten	Lombaflex*	Vliegt zich naar de bewegingen van het lichaam en de pijnzone, dankzij de onafhankelijke, buigbare baleinen en extra band
	Fysiek werk	Lombacross Activity	Meer ondersteuning Sterke compressie
ATYPISCHE MORFOLOGIE Sinde heupen, voorgevoel, lengte > 1,80 m		Lombaflex*	Past zich aan de morfologie aan, dankzij gepatenteerde buigbare baleinen
ZWANGERE VROUWEN		LombaMum*	Meer comfort tijdens de zwangerschap (bij bekken, lumbale en sacroïtatische pijn)
PERSOON MET VERMINDERDE KRACHT		Lombastab	Handige, eenvoudige versterking

Lengte 21 of 26 cm? Stel vast met de meest voorkomende houding van de patiënt in deze houding de brace. (Bij een patiënt die voornamelijk zit, geeft meestal de voorkeur aan een lengte van 21 cm.)

Rugbraces verlichten de pijn en maken snelle

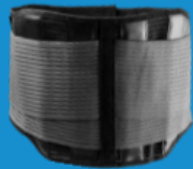
hervatting van activiteiten mogelijk

> Effect van de **THUASNE Lombacross Activity**. Rugbrace bij acute lage rugpijn. Een open, multicenter en gerandomiseerd klinisch onderzoek.

¹ Effectiveness of a Lumbar Belt in Subacute Low Back Pain: An Open, Multicenter, and Randomized Clinical Study. *Calmeix P et al. Spine. 2009; 34(3): 315-320.*

BEWEZEN!

- Snellere en grotere afname van de pijnintensiteit.
- Sneller, uitgebreider functioneel herstel.
- € 200 besparing op medische kosten².



Gerandomiseerd ONDERZOEK¹
(197 patiënten - 3 maanden)

- GROEP 1 (G1): 102 patiënten met lage rugpijn die behandeld werden met Lombacross Activity + medicatie.
- GROEP 2 (G2): 95 patiënten met lage rugpijn die hun gewone behandeling volgden zonder rugbrace.

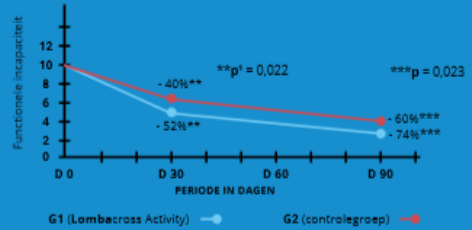
VERZWAKT EEN RUGBRACE DE ROMPSPIEREN?

Een systematische review uit 2016³ leverde geen bewijs dat het dragen van een rugbrace tot verzwakking van rompspiieren leidt. Uit twee andere onderzoeken^{4,5} blijkt dat een rugbrace de spieractiviteit bij tillen niet negatief beïnvloedt.

¹ Effectiveness of a Lumbar Belt in Subacute Low Back Pain: An Open, Multicenter, and Randomized Clinical Study. *Calmeix P et al. Spine. 2009; 34(3): 315-320.*
² Vergoeding voor de generieke Suraminalgeneesmiddelen in de controlegroep.
³ Can Lumbar Corset Cause Trunk Muscle Weakness? *Reinart A et al. Spine Journal 2016.*
⁴ Effect of belt pressure and breath-hold on trunk electromyography. *Lee Y et al. Spine 2002.*
⁵ Comparative study of the activity level of the abdominal muscles with and without a flexible lumbar belt in back pain. *CL Hammett et al. Human Factors: The Journal of the Human Factors and Ergonomics Society. 1999.*

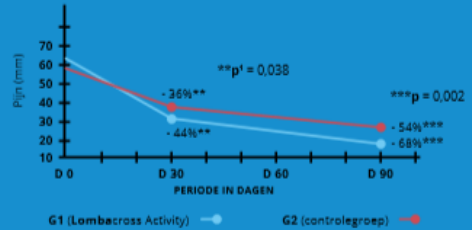
Ontwikkeling van de EIFEL-score tussen D0 en D90

EIFEL-score: Functionele beperkingschaal voor het beoordelen van lage rugpijn (Painse vinding van Irigoin van Roland Korte)



Ontwikkeling van de VAS-score tussen D0 en D90

VAS-score: Visual Analogue Scale



¹ De minimale significantie waarde voor p is 0,05. Hoe lager de p-waarde, hoe beter de significantie van de onderzoeksresultaten.

Onderzoek: rugbraces voor zwangere vrouwen

> Effect van de **THUASNE LombaMum[®] EN Ortel P** bij bekkenklachten bij zwangere vrouwen¹.

BEWEZEN!

Na gemiddeld 9 weken dragen:

- Afname van de intensiteit van de totale pijn met 20 mm
- Afname van de intensiteit van sacro-iliacale pijn met 20 mm
- Minder meldingen van pijn bij lopen, langdurig zitten of staan
- Minder meldingen van diffuse of diepe pijn



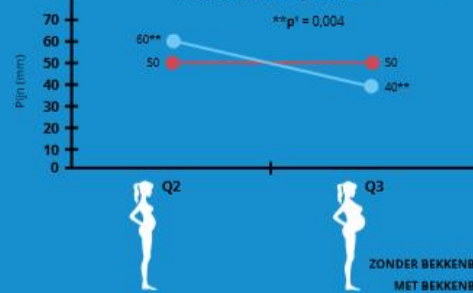
Gerandomiseerd ONDERZOEK
(46 zwangere vrouwen - gemiddeld 9 weken)

- GROEP A: 38 zwangere vrouwen met bekkenpijn die een bekkenbrace droegen. Deze groep werd gesplitst in twee willekeurige groepen:
 - A1: Zwangere vrouwen die de Ortel P droegen
 - A2: Zwangere vrouwen die de LombaMum[®] droegen
- GROEP B: Zwangere vrouwen met bekkenpijn die geen bekkenbrace droegen.



Ontwikkeling van de VAS-score tussen het 2^e (Q2) en 3^e (Q3) trimester van de zwangerschap

VAS-score: Visual Analogue Scale



Ontwikkeling van het aantal vrouwen dat pijn in bepaalde situaties van het dagelijks leven meldde tussen het 2^e en 3^e trimester van de zwangerschap

Symptomen	Met bekkenbrace	Zonder bekkenbrace
Pijn tijdens het lopen	- 37%	- 1%
Pijn tijdens langdurig staan	- 42%	- 25%
Pijn tijdens langdurig zitten	- 37%	- 25%

Statistisch significante afname in het aantal vrouwen dat pijn in dagelijkse situaties meldde

¹ Samuël et al. Clin Nurs. 25 mei 2017. DOI:10.1111/cn.12888: Pregnancy and pelvic girdle pain: analysis of pelvic belt on pain.