



Steunzolen bij aspecifieke lagerugpijn?

CATS, critically appraised topics, proberen een evidence-based antwoord op een praktijkvraag te krijgen. De coördinatie van deze rubriek is in handen van Marianne Dees en Annet Sollie • Correspondentie: redactie@nhg.org.

Vraagstelling De huisarts ziet regelmatig patiënten met aspecifieke lagerugpijn. Regelmatig zijn dit patiënten die veel staan/lopen. Mogelijk zorgen steunzolen voor vermindering van rugpijn, doordat de voet dan beter gesteund wordt en de schok die bij elke stap ontstaat, meer geabsorbeerd wordt. Verminderen steunzolen pijnklachten bij patiënten met aspecifieke lagerugpijn in vergelijking met gewone schoenen of placebozolen?

Zoekstructuur In Pubmed en de Cochrane Library werd op 26 juli 2016 gezocht met de MESH- termen 'Low Back Pain' AND 'Foot Orthoses'. Daarnaast werd gezocht met de losse zoektermen 'low back pain' AND ('insoles' OR 'foot orthoses' OR 'orthotics'). Er werd gefilterd op 'Systematic Review' en 'Clinical Trial'.

De zoekstrategie met de MESH-terminen in Pubmed leverde zes resultaten op, waarvan één systematische review¹ en drie clinical trials. Eén clinical trial sloot aan bij onze zoekvraag.² Zoeken met de losse zoektermen in Pubmed en het zoeken in de Cochrane Library leverde extra resultaten op, maar deze waren minder recent, sloten niet aan bij onze onderzoeksvraag of waren reeds in bovengenoemde review opgenomen.

Resultaten Chuter schreef een systematische review over het effect van steunzolen in de behandeling en preventie van lagerugpijn. Via een adequate zoekstrategie en selectieprocedure werden RCT's of cross-overonderzoeken geïncludeerd die orthesen of steunzolen vergeleken met een placebobehandeling of geen behandeling. Chuter includeerde vijf onderzoeken die gericht waren op het behandelingseffect; vier hiervan met totaal 197 patiënten bevatten voldoende data om in de meta-analyse te worden opgenomen. De setting stond niet beschreven. Er was sprake van aanzienlijke heterogeniteit tussen de onderzoeken ($I^2 = 85,4\%$; $p < 0,01$), maar hier werd rekening mee gehouden bij de analysemethode. De kwaliteit van deze vier onderzoeken was gemiddeld, met name door het ontbreken van blinding. Er was een niet-significante vermindering van lagerugpijn bij gebruik van steunzolen (Standardised Mean Difference (SMD) = 0,74; 95%-BI -1,5 tot 0,03). Twee van de afzonderlijke onderzoeken lieten een significant effect zien. Het onderzoek met het grootste effect (SMD 1,91; 95%-BI -2,63 tot -1,19) includeerde alleen mensen met minimaal één geproneerde voet.

Ferrari onderzocht in een cohortonderzoek het effect van aangepaste steunzolen (interventiegroep, $n = 32$) als toevoeging op

de gebruikelijke zorg (controlegroep, $n = 28$) bij patiënten met chronische werkgerelateerde lagerugklachten. Gebruikelijke zorg omvatte voorlichting, fysiotherapie en advies voor pijnstilling via de huisarts. Patiënten mochten zelf nog andere behandelingen zoeken.

Uitkomstmaten waren de mate van beperking in het functioneren, gemeten met de Oswestry Disability Index (ODI), en het gebruik van pijnmedicatie. De groepen kwamen overeen qua baselinenkenmerken. Na acht weken vertoonden beide groepen verbetering, maar er was een significante verbetering in de interventiegroep: de ODI-score daalde met 26,8 versus 16,9 in de controlegroep (op een schaal van 1-100). Het gebruik van pijnstilling daalde van 97,1 naar 31,3% in de interventiegroep. In de controlegroep daalde dit percentage van 93,3 naar 60.

Bespreking Beide artikelen hebben specifieke oorzaken van lagerugpijn geëxcludeerd en zijn daardoor bruikbaar voor deze CAT en voor de eerste lijn, waar veel aspecifieke lagerugpijn voorkomt. Ze hebben echter wel beperkingen. De in de review geïncludeerde onderzoeken zijn van gemiddelde methodologische kwaliteit. Hierdoor, en doordat er sprake is van aanzienlijke heterogeniteit en vrij weinig geïncludeerde onderzoeken, wordt de bewijskracht van de review lager. Het onderzoek van Ferrari was geen gerandomiseerd onderzoek. Daarnaast werd niet gekeken naar andere gevolgde behandelingen, het soort pijnmedicatie, de dosering en naar zelfzorgmedicatie. Ook is niet duidelijk in hoeverre het fysiotherapieprogramma is gevolgd en bovendien hadden de patiënten niet allemaal dezelfde behandelaren. Doordat er niet werd vergeleken met placebozolen, is niet duidelijk of het gevonden resultaat (deels) een placebo-effect betreft.

Conclusie Er is onvoldoende bewijs voor de effectiviteit van steunzolen op het verminderen van pijn bij patiënten met aspecifieke lagerugpijn.

Betekenis Bij patiënten met aspecifieke lagerugpijn is er niet genoeg bewijs om steunzolen aan te raden. Dit is belangrijk om te weten, aangezien steunzolen niet altijd worden vergeoed. Steunzolen zouden misschien wel effect kunnen hebben bij mensen met geproneerde voeten. Verder onderzoek hiernaar is echter nodig. ■

LITERATUUR

- 1 Chuter V, Spink M, Searle A, Ho A. The effectiveness of shoe insoles for the prevention and treatment of low back pain: a systematic review and meta-analysis of randomised controlled trials. *BMC Musculoskelet Disord* 2014;15:140.
- 2 Ferrari R. Effect of customized foot orthotics in addition to usual care for the management of chronic low back pain following work-related low back injury. *J Manipulative Physiol Ther* 2013;36(6):359-63.