

Apptip Braintoss



Dit keer geen medische app, maar wel een app die iedereen zou moeten downloaden, zeker wanneer je werkt als huisarts. De makers van Braintoss hanteren de slogan: 'braintoss: your thoughts straight into your inbox', en dat is precies wat deze app doet.

Zit je in de auto en realiseer je je opeens dat je nog een patiënt terug moet bellen of iets met een collega moet overleggen, dan klik je op Braintoss en spreek je een korte zin in. Ook handig tijdens het lichamelijk onderzoek of om een hart- en ademfrequentie te noteren. Zodra je verbinding met internet maakt, verschijnt er een mailtje in je inbox met het eerder ingesproken bericht en de oorspronkelijke audioboodschap als bijlage. Tijdens een vergadering kun je met deze app op dezelfde manier een

korte notitie naar jezelf sturen. Ook biedt de app de optie om een foto te maken, bijvoorbeeld van een visitekaartje of een interessante powerpointpresentatie. Deze afbeeldingen verschijnen eveneens in je inbox.

Braintoss staat bij ons beiden in het beginscherm, gewoon omdat we hem zoveel gebruiken. Zoals vaker geldt bij succesvolle apps: een zeer simpele functie, gebruikersvriendelijk uitgevoerd en daardoor zeer handig. ■

Annet Solлие, Bart Timmers

Ook een apptip? Mail naar Bart Timmers (b.timmers@me.com) of Annet Solлие (annetsolлие@gmail.com).

Naam	Braintoss
Maker	Email Handyman (Richard Wolfe)
Doel	To do's of ideeën inspreken/typen of fotograferen en met één klik naar je inbox sturen
Platform	iOS en Android
Prijs	Gratis
Oordeel	★★★★

Geen artroscopie bij meniscusscheur?

Er is al eerder bewezen dat een artroscopische knieoperatie niet nuttig is bij patiënten van middelbare leeftijd met een degeneratieve meniscusscheur. Tot op heden werd gedacht dat een operatie effectiever is wanneer een meniscus geopereerd werd na een traumatische meniscusscheur. Dit onderzoek maakt aannemelijk dat dat toch niet zo is.

Thorlund et al. onderzochten het effect van knie-arthroscopieën. Patiënten met een degeneratieve scheur en traumatische scheur in hun meniscus, die geselecteerd werden uit een grote Deense database, werd 12 en 52 weken na de operatie gevraagd een gevalideerde vragenlijst in te vullen.

Interessant genoeg vinden zij dat het door de patiënt gerapporteerde herstel statistisch significant beter is bij patiënten met een degeneratieve meniscus zowel na twaalf weken als na een jaar. Het verschil tussen beide groepen was op geen enkel gebied groter dan tien punten (het vooraf gedefinieerde klinische relevante verschil) op een gevalideerde vragenlijst (schaal 0-100).

Omdat patiënten met een degeneratieve scheur meestal ouder zijn, vergeleken de onderzoekers de patiënten ook in een oudere groep waarin traumatische meniscusscheuren geopereerd werden. Ook hier deden de patiënten met een traumatische scheur het niet beter.

Omdat eerder bij gerandomiseerde placebogecontroleerde onderzoeken is aangetoond dat er geen positief effect

is van een operatie bij degeneratieve meniscusscheuren, en nu traumatische scheuren het klinisch niet beter doen dan deze degeneratieve scheuren, concluderen de auteurs dat een ingreep aan een traumatische meniscusscheur waarschijnlijk niet effectief is.

Voor de huisarts betekent dit dat de indicatie voor verwijzen naar de orthopeed met meniscuslijden waarschijnlijk nog kleiner wordt. Dit onderzoek ondersteunt het advies van een afwachtend beleid, waar oefentherapie, conform de NHG-Standaard, de basis van de behandeling vormt. ■

Jurgen Damen

Thorlund JB, et al. Patient reported outcomes in patients undergoing arthroscopic partial meniscectomy for traumatic or degenerative meniscal tears: comparative prospective cohort study. *BMJ* 2017;356:j356.