



Plants for Joints

11 april 2024

Carlijn Wagenaar

arts-onderzoeker

Disclosures



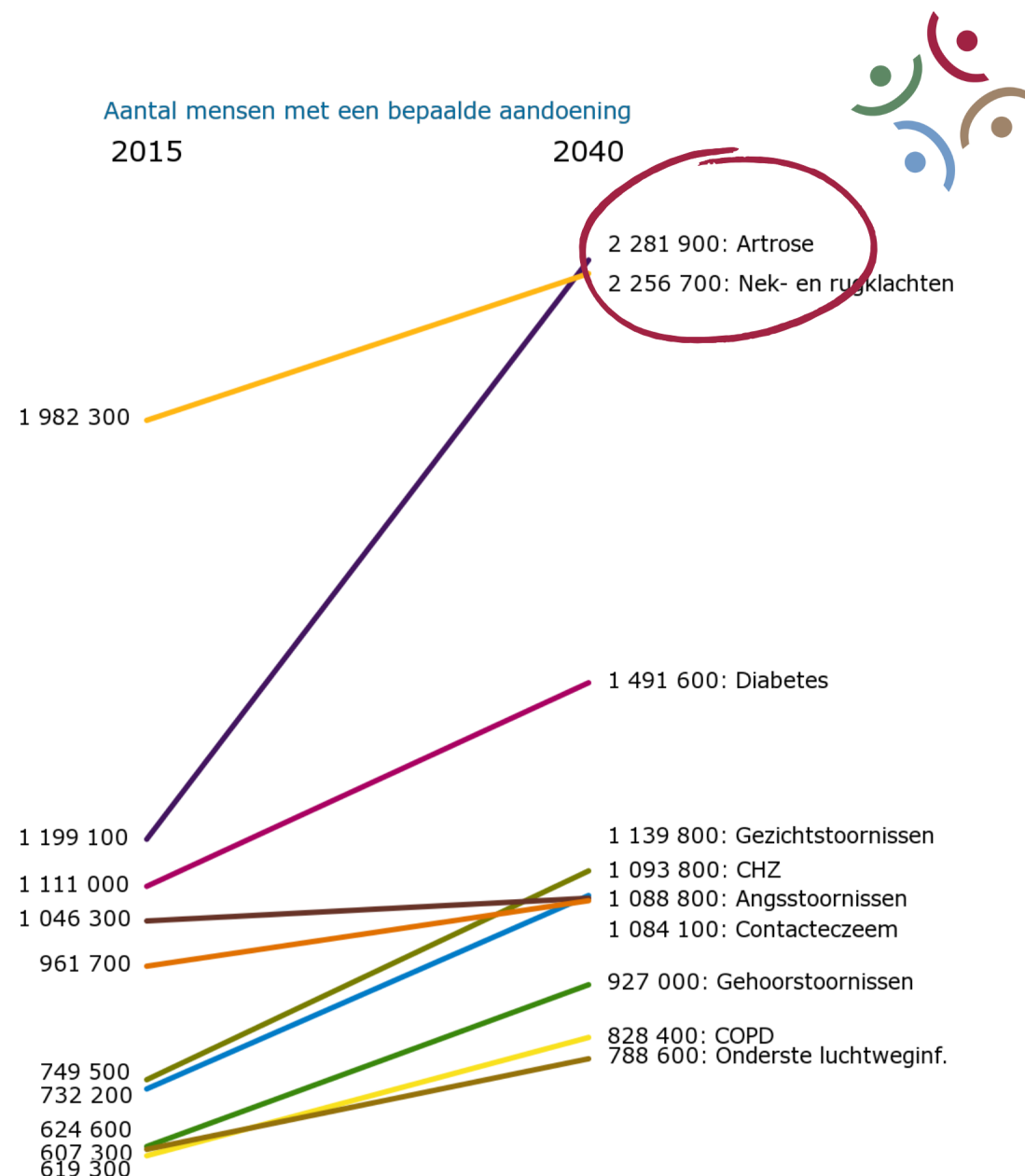
Onderzoeksgeld van ZonMw

Reumatoïde artritis (RA)

- Chronische auto-immuunziekte
- 270.000 Nederlanders
- Medicamenteuze behandeling
 - <50% bereiken remissie
 - Last van bijwerkingen

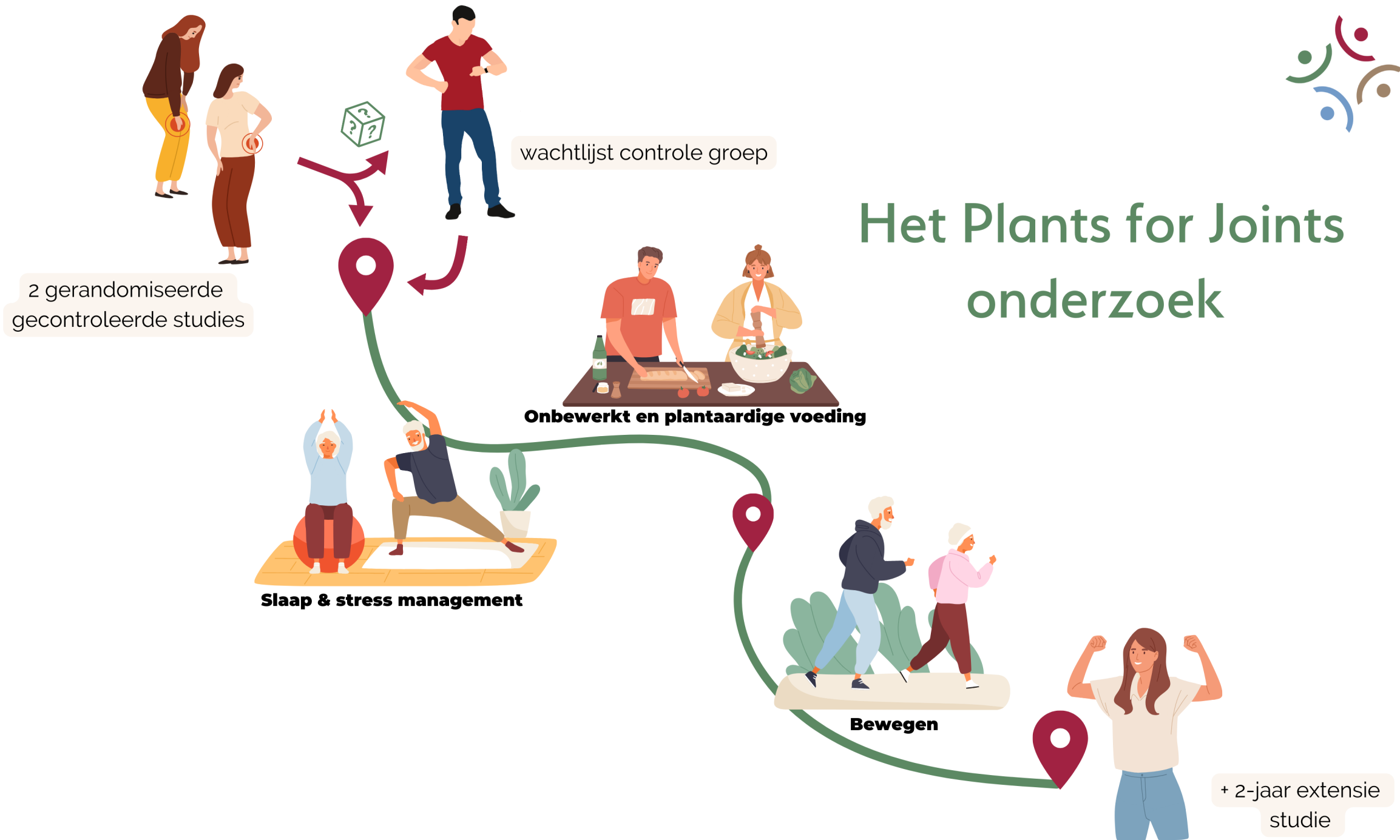
Artrose (OA)

- Kraakbeen kwaliteit neemt af
- 10% van de bevolking
- Behandelopties zijn beperkt





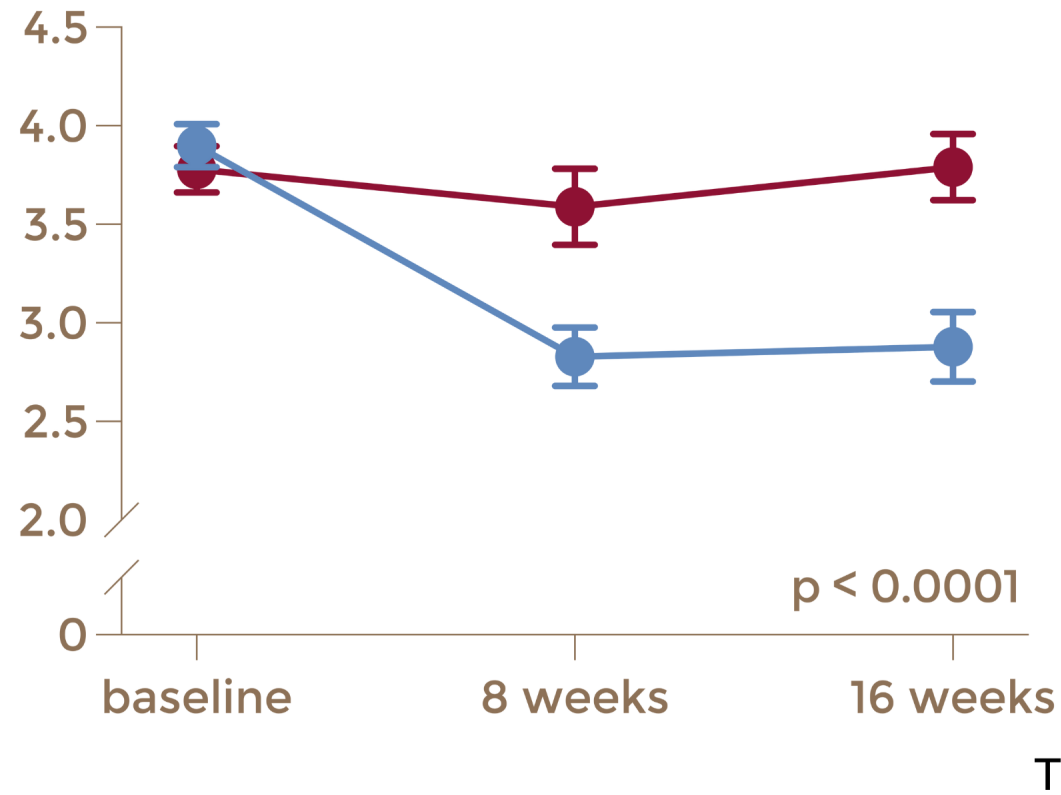
Het Plants for Joints onderzoek



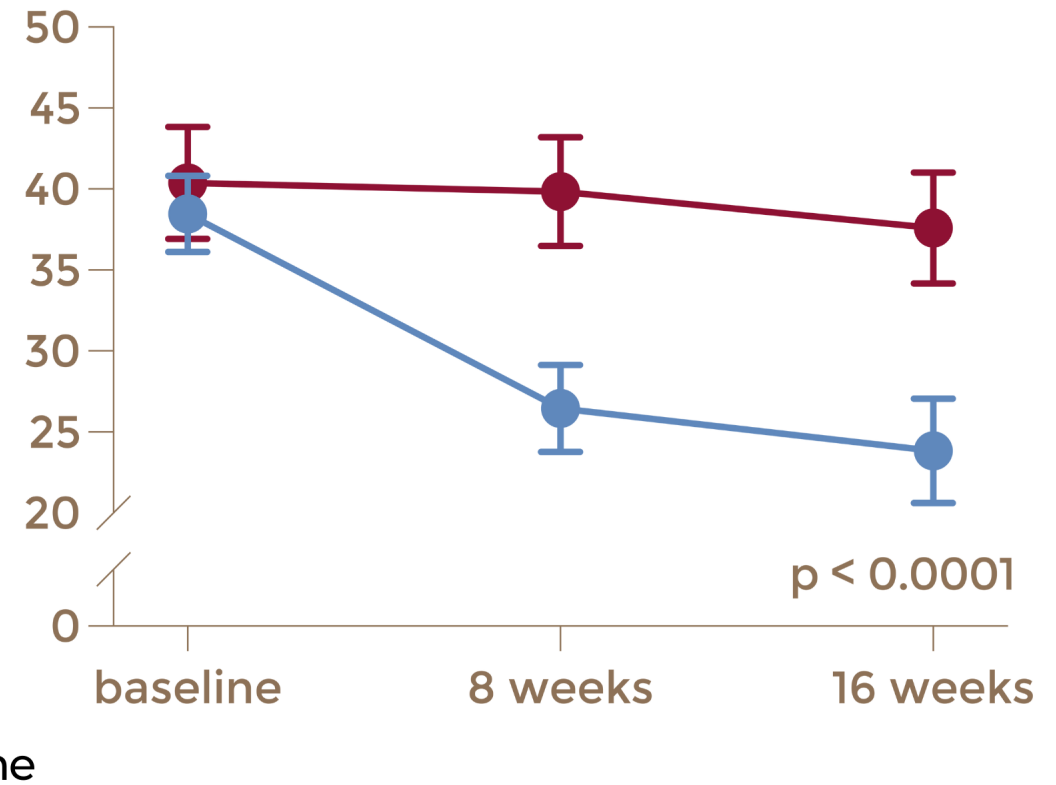


Resultaten RCT

RA ziekteactiviteit (n = 77)



OA pijn, stijfheid & fysiek functioneren (n = 64)

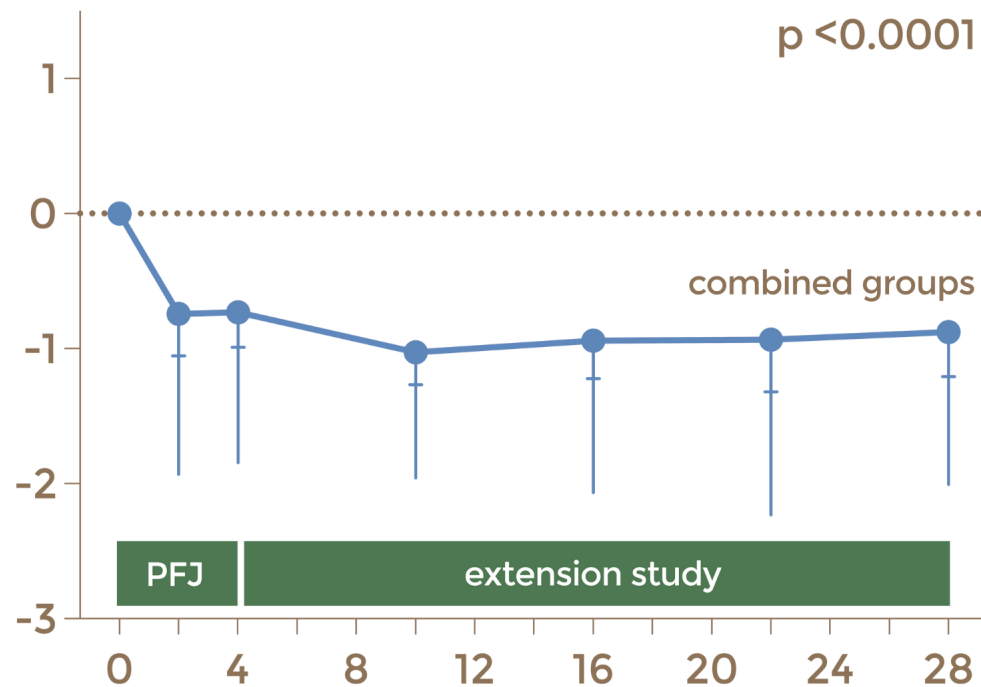


- Plants for Joints Intervention
- Control group

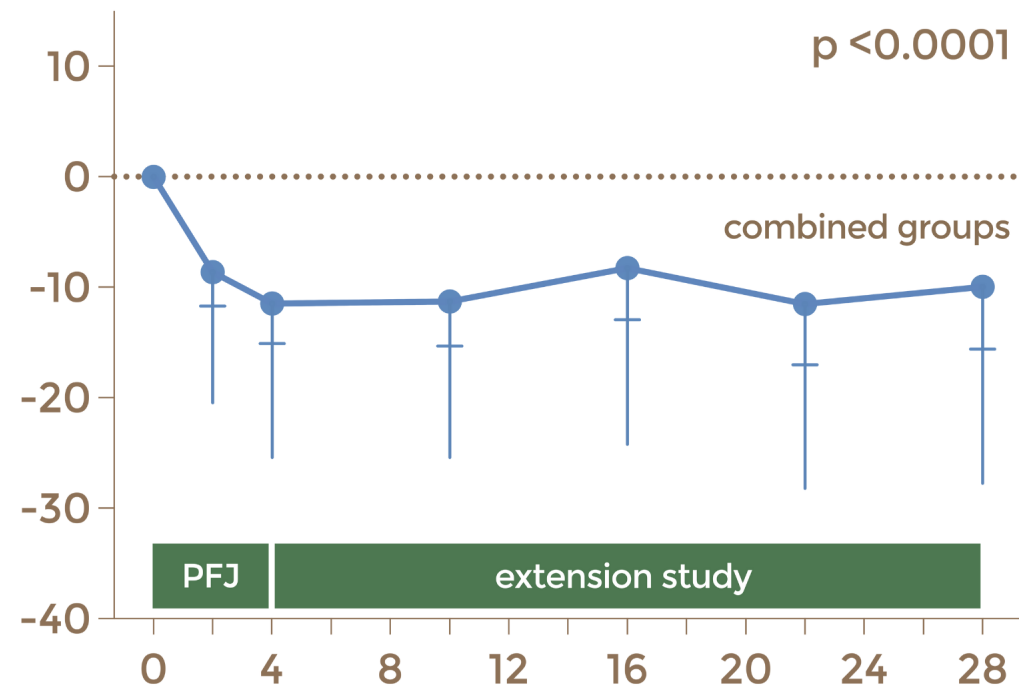


2-jaars resultaten

RA ziekteactiviteit (n = 48)



OA pijn, stijfheid & fysiek functioneren (n = 43)



Time



Secundaire uitkomsten RCT

	Osteoarthritis	Rheumatoid arthritis
	between group difference (95% CI)	
Inflammation		
C-reactive protein (mg/l)	-1.0 (-1.8 to -0.2)	-1.3 (-4.0 to 1.4)
Anthropometric measurements		
Weight (kg)	-5.2 (-6.9 to -3.6)	-3.9 (-5.2 to -2.6)
Body mass index (kgm ⁻¹)	-1.8 (-2.3 to -1.2)	-1.4 (-1.8 to -0.9)
Waist circumference (cm)	-6 (-9 to -4)	-3 (-5 to -1)
Metabolic markers		
HbA1c (mmol/mol)	-2.2 (-3.2 to -1.1)	-1.3 (-2.0 to -0.5)
Fasting blood glucose (mmol/l)	-0.4 (-0.6 to -0.1)	-0.1 (-0.3 to 0.1)
LDL-cholesterol (mmol/l)	-0.3 (-0.6 to -0.1)	-0.3 (-0.5 to -0.1)
HDL-cholesterol (mmol/l)	0.0 (-0.1 to 0.1)	-0.1 (-0.2 to 0.0)
Triglycerides (mmol/l)	-0.2 (-0.4 to 0)	0.1 (-0.1 to 0.2)
Systolic blood pressure (mmhg)	-1 (-7 to 6)	0 (-4 to 4)
Diastolic blood pressure (mmhg)	-2 (-6 to 2)	-3 (-6 to 1)



Evaluatie Plants for Joints

Gemotiveerde deelnemers

Deelnemers en coaches waren zeer tevreden

- Compleet, alle leefstijl aspecten aan bod
- Haalbaar
- Inzicht in gezondheid en progressie
- Sociale support

Verbeterpunten

- Meer individuele begeleiding
- Verdieping op maat
- Live & online



Op een schaal van 1 tot 10, hoe waarschijnlijk is het dat u dit programma zou aanraden aan een bekende met uw aandoening?

Waarbij 1 is 'Zeer waarschijnlijk NIET' en 10 is 'Zeer waarschijnlijk WEL'



Gecombineerde leefstijl interventie

Doel: vanaf 2025 landelijk beschikbaar

Voor meer informatie zie **www.plants-for-health.nl**

Acknowledgements

Reade

revalidatie & reumatologie

Wendy Walravenstein

Pauline Kortbeek

Anna Kretova

Alie Toonstra

Michelle Bisschops

Marieke van de Put

Melissa Dijkshoorn

Sanne Kodde

Franktien Turkstra

Martijn Gerritsen

Martin van der Esch

Dirkjan van Schaardenburg



Marike van der Leeden

Sofieke de Jonge

Peter Weijs

Jos Twisk

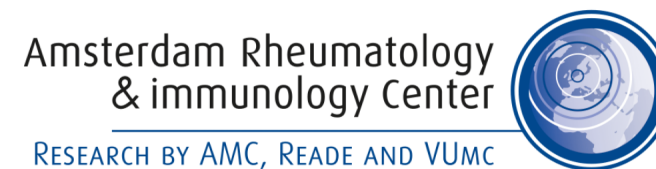
Maarten Boers

Max Nieuwdorp

Hilde Herrema



Henriët van Middendorp



Reade
Foundation

stichting
vermeer14

W.M. De Hoop Stichting





**Reuma alleen behandelen met medicijnen
is dweilen met de kraan open**