

Exploring prevention and prediction of knee osteoarthritis

Marieke L.A. Landsmeer

1. Een op maat gemaakt dieet-en beweegprogramma bij vrouwen van middelbare leeftijd zonder knieartrose en met een BMI ≥ 27 kg/m², leidt na 2,5 jaar tot minder progressie van meniscusuitstulping. *(dit proefschrift)*
2. Bij vrouwen van middelbare leeftijd zonder knieartrose en met een BMI ≥ 27 kg/m², geeft verdere toename in gewicht 2,5 keer zoveel progressie van gewrichtsslijmvlies ontsteking als gelijkblijvend gewicht gedurende 2,5 jaar. *(dit proefschrift)*
3. Een gezond gewicht in vergelijking met overgewicht of obesitas op 40 jarige leeftijd leidt tot een halvering van het aantal knieartrose diagnoses op MRI bij vrouwen van middelbare leeftijd met een BMI ≥ 27 kg/m². *(dit proefschrift)*
4. Het dagelijks innemen van een tablet glucosamine sulfaat gedurende 2,5 jaar leidt niet tot preventieve effecten op knieartrose kenmerken op MRI bij vrouwen van middelbare leeftijd zonder knieartrose en met een BMI ≥ 27 kg/m². *(dit proefschrift)*
5. Het voorspellen van het ontstaan van knieartrose met behulp van anamnese en lichamelijk onderzoek bij vrouwen van middelbare leeftijd met een BMI ≥ 27 kg/m² is op dit moment nog niet mogelijk. *(dit proefschrift)*
6. Met een deelname van 0,0004% van de totale doelgroep van 3,5 miljoen is de invoering van de Gecombineerde Leefstijlinterventie in de eerstelijnszorg (nog) niet succesvol te noemen. *(Scheenhart et al. 2021)*
7. Een van de belangrijkste redenen voor de enorme stijging in het aantal vitamine bepalingen is dat huisartsen te weinig weerwoord hebben als een patiënt om een niet-zinnige bepaling vraagt. *(Hofstede et al. 2019)*
8. Ook in 2021 is er nog steeds grote levenswinst te behalen door betere hygiëne, beter voedsel en beter water. *(vrij naar Catherine Flowers, the Guardian, 2021)*
9. De ontregeling van het klimaat en het milieu is de grootste bedreiging van de 21ste eeuw voor de wereldgezondheid. *(Lancet countdown on health and climate change, 2019)*
10. Mensen raken over het algemeen meer overtuigd door de redenen die zij zelf ontdekken dan door de argumenten die anderen aandragen. *(Blaise Pascal, Frans wiskundige en filosoof)*
11. Wie om zichzelf kan lachen, is nooit belachelijk. *(Seneca)*