

Battling Obesity

Efforts in preventing knee osteoarthritis

Bastiaan C. de Vos

1. In een populatie van vrouwen met overgewicht op middelbare leeftijd is een op maat gemaakte dieet en beweeg interventie effectief in het bewerkstelligen van gewichtsverlies op de korte termijn. (dit proefschrift)
2. Vrouwen van middelbare leeftijd die recent zijn aangekomen, verliezen gemakkelijker gewicht dan vrouwen van dezelfde leeftijd die al langer overgewicht hebben. (dit proefschrift)
3. Vrouwen van middelbare leeftijd met overgewicht kunnen hun kans om knie artrose te ontwikkelen verlagen door gewicht te verliezen. (dit proefschrift)
4. Een op maat gemaakte interventie die gericht is op het verhogen van fysieke activiteit leidt tot duurzame veranderingen in het beweegpatroon van vrouwen van middelbare leeftijd met overgewicht. (dit proefschrift)
5. Verhoogde fysieke activiteit kan leiden tot een toename van pijnklachten van de knieën in een populatie van vrouwen van middelbare leeftijd met overgewicht. (dit proefschrift)
6. Door methodologische beperkingen kunnen resultaten van veel gewichtsreductie interventie studies niet dienen als leidraad bij de klinische aanpak van obesitas. (Douketis et al. 2005)
7. Huisartsen hebben te weinig training gehad in het begeleiden van gedragsveranderingen van patiënten en voelen zich vaak niet voldoende bekwaam om effectief te werken aan gedragsverandering. (Greene et al. 2016)
8. Een routinematige bloeddrukmeting in de huisartsenpraktijk zou bij voorkeur aan twee armen moeten worden gemeten. (Clark et al. 2016)
9. Diabetes patiënten zouden minder vaak zelf hun glucose spiegelmoeten controleren. (Farmer et al. 2009)
10. Bij patiënten met een geavanceerde maligne ziekte zou zo vroeg mogelijk begonnen moeten worden met het inzetten van palliatieve zorg. (Zimmerman et al. 2014)
11. **Let it be.** (The Beatles, 1970)