

GERIATRISCH DAGZIEKENHUIS: DE VALKLINIEK

Naarmate je ouder wordt verandert je lichamelijke conditie: bewegingen en reacties worden trager. Vallen is een vaak voorkomen probleem bij ouderen: ongeveer één derde van de thuiswonende ouderen valt minstens één keer per jaar. Een derde daarvan valt zelfs meerdere keren. Bij bewoners van woonzorgcentra is de valincidentie nog hoger: in deze groep valt minimum de helft minstens één keer per jaar.

De meest voorkomende en ook meest zichtbare gevolgen zijn de lichamelijke verwondingen van een val, zoals huidverwondingen, kneuzingen, ontwrichtingen, fracturen en hoofdletsels. Minder voor de hand liggend zijn echter de psychologische implicaties. Hierbij kan angst voor een volgende val de zelfredzaamheid ondermijnen. Andere geassocieerde problemen zijn depressie, sociale isolatie en een verminderd zelfvertrouwen, met een verminderde mobiliteit tot gevolg.

Beide aspecten kunnen het zelfstandig functioneren in de thuissituatie in het gedrang brengen en dus de afhankelijkheid van anderen verhogen.

Onze valkliniek

De valkliniek maakt deel uit van het geriatrisch dagziekenhuis. Een multidisciplinair team onder leiding van een geriater onderzoekt welke factoren een rol spelen bij het vallen of een bijdrage leveren tot een verhoogd valrisico. Daarna wordt een multidisciplinair en gestructureerd advies gegeven, met als doel het valrisico te verminderen.

Doelgroep

- ✓ Patiënten met een (uitgebreide) valgeschiedenis
- ✓ Patiënten met een gang- en/of evenwichtsstoornis
- ✓ Vallen zonder duidelijk onderliggende medische oorzaak
- ✓ Leeftijd \geq 75 jaar

Tot vallen bijdragende omstandigheden

- Verminderde mobiliteit, spierkracht of evenwicht
- Medische problemen
- Cognitieve problemen
- Medicatie
- Lage bloeddruk / orthostatische hypotensie
- Verminderd zicht
- Incontinentie
- Onaangepast schoeisel / onverzorgde voeten
- Omgeving en gedrag
- Valangst

Aanmeldingen

De aanmelding voor de valkliniek gebeurt bij voorkeur door de huisarts of specialist, die een verwijsbriefje meegeeft.

U wordt eerst op de consultatie door de geriater gezien, teneinde een eerste inschatting (anamnese – klinisch onderzoek – medicatienazicht) te kunnen maken. In tweede tijd wordt u naar de valkliniek op het geriatisch dagziekenhuis verwezen: het betreft een dagopname met multidisciplinaire evaluatie (10u – 16u).

Verloop van de valevaluatie

U wordt op donderdagvoormiddag vanaf 10u verwacht op de vijfde verdieping (geriatrie: geriatisch dagziekenhuis) voor een dagopname.

U wordt onderzocht door een multidisciplinair team:

- Geriater: medische evaluatie ter opsporing van mogelijke oorzaken van de val.
- Verpleegkundige: parameters, bloeddruk liggend en staand.
- Ergotherapeut: evaluatie cognitieve problemen, woon- en leefomgeving.
- Kinesist: evaluatie mobiliteit, evenwicht, spierkracht.
- Sociaal verpleegkundige: bekijkt uitbreiding thuishulp, zo nodig.

Soms zijn bijkomende onderzoeken nodig om onderliggende lichamelijke aandoeningen op te sporen. Deze onderzoeken plannen we zo veel mogelijk op dezelfde dag.

Het team bespreekt al deze bevindingen en maakt een inschatting van het valrisico. Daarna worden de adviezen met u en/ of uw begeleider besproken. Uw huisarts krijgt een uitgebreid verslag.

Het einde is voorzien omstreeks 16u.

Praktische afspraken

Wat brengt u mee?

- Persoon waar u mee samenwoont of centrale mantelzorger
- De ingevulde checklist i.v.m. een veilige huisinrichting
- Schoenen of pantoffels die thuis het meest gedragen worden
- Medicatielijst: up-to-date, ook de medicijnen die u zelf gekocht hebt zonder voorschrift
- Hulpmiddel dat u thuis gebruikt om te stappen: stok, rollator...
- Bril en hoorapparaat (indien u dit heeft)
- Indien er reeds een kinesist aan huis komt wordt er gevraagd een verslag met de bevindingen van de kinesist mee te brengen

Hebt u nog vragen?

Aarzel dan niet om contact te nemen met een medewerker van de afdeling. U kunt ons bereiken op het nummer 014/577501.