



# Mobiliteitsproblemen en vallen bij ouderen

Naarmate je ouder wordt, beweeg je trager. Je herkent risico's minder snel en je reageert er trager op. Daardoor loop je meer kans om te vallen.

## Over

Moeilijkheden met bewegen verhogen het risico om te vallen. Vaak met enkel een oppervlakkige wonde of een blauwe plek tot gevolg. Maar soms zijn de gevolgen ernstiger: lichamelijke letsels, een breuk, minder zelfvertrouwen, bang zijn om opnieuw te vallen, verdere beperking van activiteiten, blijvende invaliditeit en daardoor een sociaal isolement. Daarom proberen we te ontdekken waarom mensen vallen, zodat we gepaste maatregelen kunnen voorstellen.

## Valpreventie

De dienst Geriatrie van ZAS heeft een goed uitgewerkt valpreventiebeleid. We screenen elke oudere patiënt die in ons ziekenhuis wordt opgenomen. Bij elke patiënt met een verhoogd valrisico, nemen we specifieke acties.

Meer lezen over de [opvolging van valrisico en spierverlies bij ouderen](#).

## Brochures

-  [Wat u moet weten over acute verwardheid](#) →
-  [Valpreventie: wat kan je er zelf aan doen?](#) →

## Diensten



Dienst

## Geriatric

Ouderdomsgeneeskunde,  
Ouderengeneeskunde

**Aanwezig op de volgende locaties:**

ZAS Augustinus

ZAS Cadix

ZAS Hoge Beuken

ZAS Middelheim

ZAS Palfijn

ZAS Sint-Jozef

ZAS Vincentius



Expertisecentrum

## Medisch expertisecentrum Gezond ouder worden

**Aanwezig op de volgende locaties:**

ZAS Middelheim

## Info ombudsdienst

Nullam id dolor id nibh ultricies vehicula ut id elit. Vivamus sagittis lacus vel augue laoreet rutrum faucibus dolor auctor. Integer posuere erat a ante venenatis dapibus posuere velit aliquet.

## Verantwoordelijke uitgever

Nullam id dolor id nibh ultricies vehicula ut id elit. Vivamus sagittis lacus vel augue laoreet rutrum faucibus dolor auctor. Integer posuere erat a ante venenatis dapibus posuere velit aliquet.

Source: <https://www.zas.be/aandoeningen/mobiliteitsproblemen-en-vallen-bij-ouderen>



# Mobiliteitsproblemen en vallen bij ouderen