



# Opvolging valrisico en spierverlies bij ouderen

Via dit zorgpad proberen we de oorzaken van het verhoogde valrisico en het spierverlies te achterhalen en stellen we een gepersonaliseerd zorgplan voor jou op.

## Over

### Voor wie?

We richten ons met dit zorgpad tot ouderen

- met een verhoogd valrisico door eerdere valpartij tijdens de laatste 12 maanden
- met klachten van evenwicht of instabiliteit
- met mobiliteitsproblemen
- met een vermoeden van spierzwakte
- met valangst

### Oorzaak achterhalen

Ongeveer 1 op de 3 thuiswonende senioren (+ 65 jaar) valt minstens 1 keer per jaar. De gevolgen kunnen gaan van kleine schaafwonden, blauwe plekken, breuken, ernstige verwondingen, tot overlijden.

Met de jaren worden de risico's op een ernstige verwonding door een val steeds groter. De oorzaak zoeken en eventueel behandelen is dus een goede zaak. Misschien heb je een lage bloeddruk? Gaat je zicht achteruit? Of heb je een onderliggend lichamelijk probleem?

### Onderzoeken

Naast de klassieke valscreening binnen het ziekenhuis, probeert het multidisciplinair team van het geriatrisch dagziekenhuis via gesprekken,

aangepaste testen en onderzoeken de oorzaak van het vallen te achterhalen. De onderzoeken zijn specifiek op jou afgestemd en kunnen voor iedereen verschillend zijn.

- De **geriater** doet een lichamelijk onderzoek en vraagt eventueel bijkomende onderzoeken aan (hartfilmpje, radiologie...).
- De **verpleegkundige** controleert je parameters, bekijkt de verpleegkundige problemen zoals voetproblemen, incontinentie en zicht.
- De **ergotherapeut** maakt een balans op van de gevolgen hiervan op de dagelijkse activiteiten, evalueert de woon- en leefomgeving en geeft advies over loophulpmiddelen.
- De **kinesist** test samen met de ergotherapeut je evenwicht, mobiliteit, bewegingspatroon en spierkracht. Dat noemen we een gangonderzoek.

Mogelijke technische onderzoeken zijn onder andere:

- bloedonderzoek
- CT-scan van de hersenen
- elektrocardiogram (EKG)
- ganganalyse

De duur van de screening is afhankelijk van de verschillende onderzoeken en kan variëren van een halve tot een hele dag. Tussen de onderzoeken kunnen jij en je begeleider/familielid terecht in de wachtruimte. Vaak zijn nog bijkomende onderzoeken nodig. Die worden dan op een andere dag ingepland.

## Bespreking en zorgplan

De geriater overloopt met jou de resultaten van de onderzoeken en stippelt een gepersonaliseerd zorgplan voor jou uit.

- Via de dienst Ergotherapie bekijken we per patiënt of we specifiek advies of ondersteuning kunnen bieden zoals: aangepast schoeisel, aanpassingen in huis...
- Afhankelijk van de onderliggende problematiek bieden we specifieke kinesitherapie aan.
- Indien nodig geven we voedingsadvies waarbij we speciaal letten op proteïnetoevoer en correctie van vitamines.
- We bekijken of er aanpassingen nodig zijn aan je medicatiegebruik.

- We bekijken of infuustherapie nuttig kan zijn, bijvoorbeeld tegen botontkalking of ijzertekort.
- We bekijken de organisatie van een trainingsprogramma gangrevalidatie en valpreventie. Dat maken we op in samenwerking met de ambulante dienst Fysische geneeskunde en revalidatie. De revalidatieprogramma's verlopen via het geriatrisch dagziekenhuis.

## Verlag

We sturen het verlag van de onderzoeken en de consultatie bij de geriater elektronisch door naar je huisarts. Zo'n verlag opstellen, vraagt tijd. Het kan even duren voor het verlag bij je huisarts is.

### Valparcours

Wist je dat we op het dakterras van ZAS Cadix een heus evenwichtsparcours hebben? Het doel daarvan is om met patiënten te oefenen op veilig leren stappen en valpreventie. De installaties bootsen een aantal realistische situaties na: een grindpad, onregelmatige straatstenen, een opstapje van een tramhalte... Zo kunnen onze ergotherapeuten het juiste advies geven voor het dagelijks leven van de patiënten.

## Zorgverleners

1 - 15 van 15

 Filters



Geriatric

**Dr. Annelies Somers**



Geriatric

**Dr. Chun Yuen Johnny Chung**

ZAS Cadix

Afspraak

Meer info



Geriatric

**Dr. Aparna George**



Geriatric

**Dr. Femke Ariën**

ZAS Middelheim

Afspraak

Meer info





Geriatric

**Dr. Ilse Engelmann**

ZAS Palfijn

Afspraak

Meer info



Geriatric

**Dr. Ingeborg Bruynseels**

ZAS Augustinus

Afspraak

Meer info



Geriatric

**Dr. Maryam Haddad**



Geriatric

**Dr. Inge De Groof**

ZAS Augustinus

Afspraak

Meer info



Geriatric

**Dr. Katrien Recko**

ZAS Palfijn

Afspraak

Meer info



Geriatric

**Dr. Sandra Detienne**

ZAS Cadix

Afspraak

Meer info

ZAS Augustinus

ZAS Vincentius

Afspraak

Meer info



Geriatric

**Dr. Sandrine Gilliot**

ZAS Augustinus

Afspraak

Meer info



Geriatric

**Dr. Sophie Bastijns**

ZAS Middelheim

Afspraak

Meer info



Geriatric

**Dr. Yie Man Chong**

ZAS Vincentius



Geriatric

**Prof. Dr. Anne-Marie De Cock**

ZAS Cadix

ZAS Hoge Beuken

+2

Afspraak

Meer info

Afspraak

Meer info



Geriatric

**Prof. Dr. Stany Perkisas**

ZAS Middelheim

Afspraak

Meer info

## Diensten

1 - 1 van 1

≡ Filters



Dienst

**Geriatric**

### Aanwezig op de volgende locaties:

ZAS Augustinus

ZAS Cadix

ZAS Hoge Beuken

ZAS Middelheim

ZAS Palfijn

ZAS Sint-Jozef

ZAS Vincentius

Contacteer

Over deze dienst

## 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/behandelingen/opvolging-valrisico-en-spierverlies-bij-ouderen>

# Opvolging valrisico en spierverlies bij

 **ouderen**