



# Medisch expertisecentrum Gezond ouder worden

Met dit unieke project willen we 65-plussers tijdig wapenen tegen toenemende cognitieve, lichamelijke, mentale en sociale kwetsbaarheid en tegen valrisico en spierverlies.

## Focus op preventie

We worden in onze samenleving almaar ouder. Het is nodig om zoveel mogelijk mensen zo gezond mogelijk oud te laten worden, zodat we de kwaliteit van het leven hoog kunnen houden.

Het Medisch expertisecentrum 'gezond ouder worden' wil 65-plussers tijdig wapenen tegen toenemende kwetsbaarheid, om ze zo langer autonoom en actief te houden.

## Kwetsbaarheid

De kwetsbaarheid of broosheid van ouderen (in het Engels *frailty*) neemt toe naarmate de leeftijd stijgt en kan zich op verschillende manieren uiten: cognitief, lichamenlijk, mentaal of sociaal. Het is een onomkeerbaar proces. Door onderzoek kunnen we het wel vroeg ontdekken en preventief behandelen. Zo kunnen we voorkomen dat je vatbaarder wordt voor ziektes en afhankelijk wordt van anderen.

## Locatie

Voor een kwetsbaarheidsscreening maak je een afspraak voor een dagopname in het [geriatriesch dagziekenhuis](#) van ZAS Middelheim.

## Verloop kwetsbaarheidsscreening

Ons multidisciplinair team onderzoekt of er bij jou frailty of een risico op frailty aanwezig is. We vragen je om meerdere vragenlijsten in te vullen en doen verschillende onderzoeken. We hebben daarbij bijzondere aandacht voor valrisico en spierverlies.

Na afloop heb je een gesprek met de geriater. Die stelt een ROBUST-paspoort voor je samen: een persoonlijk plan met jouw gegevens die ook ieder half jaar opgevolgd worden.

# Gericht op thuiszorg

Omdat er almaar meer ouderen langer zelfstandig thuis wonen, en we die positieve tendens graag ondersteunen, richt het expertisecentrum zich in de eerste plaats op thuiszorg en ambulante zorg. We werken daarvoor nauw samen met andere diensten binnen ZAS en met externe zorgverleners en organisaties.

Laatst bijgewerkt op 03/12/2024

## Onderzoeken

1 - 4 van 4



### Ganganalyse bij ouderen

gangpatroonanalyse bij ouderen

Met een ganganalyse kunnen we op een volledig automatische en nauwkeurige manier het stappen meten. Deze wetenschappelijk onderbouwde techniek is nieuw in de ziekenhuisomgeving.



### Geriatrische evaluatie

geriatrisch assessment, multidisciplinair complex geriatric advies, multidisciplinair complex geriatric advies, Comprehensive Geriatric Assessment (CGA)

Met een geriatrisch assessment kunnen we de vaardigheid van ouderen evalueren op lichamelijk, psychisch, functioneel en sociaal vlak.



### Meting lichaamssamenstelling bij ouderen

bio-impedantie-analyse, bio-elektrische impedantie-analyse, BIA-meting, BIA

Met een bio-impedantie-analyse krijgen we een beter zicht op de verdeling van vet-, water- en spiermassa.



### Vroegtijdige kwetsbaarheid bij ouderen voorkomen

Door onderzoeken kunnen we cognitieve, lichamelijke, mentale en sociale kwetsbaarheid bij ouderen vroeg ontdekken en preventief behandelen.

## Behandelingen

1 - 1 van 1



## Algemene gezondheidspreventie bij ouderen

Via 'gezond ouder worden' willen we 65-plussers tijdig wapenen tegen toenemende cognitieve, lichamelijke, mentale en sociale kwetsbaarheid en tegen valrisico en spierverlies.

## Locaties

1 - 1 van 1



Je krijgt het routenummer bij aanmelding aan de kiosk of balie.

### **Medisch expertisecentrum Gezond ouder worden in ZAS Middelheim**

Lindendreef 1 , 2020 Antwerpen

## Info ombudsdienst

Heb je een compliment of ben je niet tevreden?

Dat kan je via de website melden aan de Ombudsdienst: [zas.be/ombudsdienst](https://www.zas.be/ombudsdienst)

VU: Willeke Dijkhoffz, Kempenstraat 100, 2030 Antwerpen

Source: <https://www.zas.be/diensten/medisch-expertisecentrum-gezond-ouder-woorden>

