

# MULTIDISCIPLINAIRE RICHTLIJN VALLEN

BELANGRIJK IS OM TE WERKEN VANUIT DE RISICOFACTOREN

## I. Multidisciplinaire richtlijn voor alle hoog risicopatiënten

JE KAN EEN VAL VOORKOMEN  
PREVENTIE, PREVENTIE, PREVENTIE

### 1. Algemene aandachtspunten voor alle patiënten

#### ◇ Medisch

- Anamnese
- Klinisch onderzoek
- Onderzoeken: duplex carotiden, vestibulaire proeven, holter, ct schedel...
- Diagnosticeren osteoporose
- Opstarten van vitamine D-supplementen met of zonder Ca
- Evaluatie risicofactoren
  - Orthostatistische hypotensie
  - Mobiliteit en evenwicht
  - Valangst
  - Medicatiegebruik
  - Controle visus
  - Incontinentie
  - Omgeving en gedrag

#### ◇ Verpleegkundig

- Hang logo valpreventie aan bed
- Bedden op de laagste stand
- Bedbel, urinaal, drinken binnen handbereik
- Onrusthekkens omhoog/omlaag?
- Verlichting: eventueel nachtlampje aanlaten
- Vloer (droog, geen rondslingerende voorwerpen, oneffenheden)
- Rem aanzetten bij bedden, rolstoelen en zetels
- Aandacht voor langdurig nuchtere patiënten
- Aandacht voor hypoglycemie
- Aandacht voor hypotensie, orthostatistische hypotensie
- Aandacht voor evenwichtsstoornissen
- Gebruik van hulpmiddelen begeleiden
- Extra aandacht voor patiënten met intraveneuze therapie
- Extra aandacht voor patiënten met gedaalde cognitie
- Eventueel kamer in de buurt van de verpleegpost
- Mictietraining geven
- Extra aandacht bij gebruik van diuretica
- Incontinentieprobleem signaleren aan arts om indien nodig probleem medisch aan te pakken en medicatie te starten.
- Patiënt informeren met betrekking tot houdingsverandering

- Beloproepen tijdig beantwoorden
- Patiënten tijdig van toiletstoel nemen
- Aandacht in geval van delier (eventuele vraag om medicatie te starten), indien nodig de patiënt fixeren (zie fixatierichtlijnen), Parkinson patiënten, CVA patiënten
- Gebruik van melkproducten adviseren
- Gebruik van gesloten schoenen/pantoffels adviseren (pullman schoenen voor diabetici)
- Aandacht begeleiden van transfers. De patiënt tips geven, motiveren, ondersteunen en begeleiden
- Multidisciplinair overleg: het is zeer belangrijk dat iedereen op eenzelfde manier werkt met de patiënt en de patiënt op dezelfde manier stimuleert
- Indien Stratify Risk Instrument positief is: overleg met arts om **evaluatieprotocol** vallen af te nemen
- 1 of meerdere risicofactoren positief: start specifiek verpleegkundige interventies

#### ◇ Kine

- Op medisch voorschrift
- Controle op verminderde enkelmobiliteit (groot risico op vallen)
- Specifieke evenwichtstesten
- Krachttraining onderste ledematen
- Spierversterkende oefeningen
- Bij goed mobiele patiënten: oefeningen bovenste ledematen om reactievermogen te verbeteren
- Aangepast schoeisel = gemakkelijke gesloten pantoffel (Pullman schoenen voor diabetici!)
- Leren vallen/rechtstaan (in praktijk moeilijk aan te leren aan patiënt)
- Advies gebruik van Safehip
- Hulpmiddelen leren gebruiken vb rollator
- Stimuleren tot beweging/bewegingsadvies geven
- Overlopen folder valpreventie wanneer cognitieve toestand van de patiënt het toelaat en de patiënt niet kan deelnemen aan de groepseducatie.

#### ◇ Ergo

- Tips bij ADL
  - wassen, kleden,... van op stoel
  - aanleren veilig oprapen van voorwerpen
  - aanleren en begeleiden van transfers
  - oriëntatie(toilet, badkamer)
- Begeleiden van patiënten bij het stappen
- Afnemen checklist "veilige woning"
- Aanreiken van tips aan patiënt en familie om de woning veiliger te maken
- Promotie van handige producten en hulpmiddelen ivb met valpreventie
- Opsporen van valangst(afnemen FHI)

### ◇ Ontslagmanager

- Patiënt en familie informeren welke hulpmiddelen, welke zorgen, welke instanties nuttig kunnen zijn voor de patiënt.
- Doorgeven van valrisico en relevante info aan familie, huisarts en RVT bij ontslag van de patiënt

### **2. Eén of meerdere risicofactoren positief**

Gerichte verpleegkundige interventies (zie vervolg)