

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)