

# INHOUD

---

Dankwoord .....	7
Inleiding .....	9
Sterkte van de aanbeveling .....	13
Overzicht praktijkrichtlijn valpreventie voor woonzorgcentra in Vlaanderen .....	15
Verklarende woordenlijst.....	16
Doelgroep van de praktijkrichtlijn .....	23
1. Valpreventiemaatregelen op voorzieningsniveau .....	26
1.1 Maatregelen naar educatie en sensibilisatie van bewoner en familie .....	26
1.2 Maatregelen naar sensibilisatie van medewerkers en beleid .....	28
1.3 Infrastructuur en omgeving .....	30
1.4 Vrijheidsbeperkende maatregelen .....	32
2. Individuele valpreventiemaatregelen .....	36
2.1 Voor wie .....	36
2.2 Multifactoriële evaluatie .....	38
2.2.1 Valregistratie .....	41
2.2.2 Valrisicofactoren .....	42
2.2.2.1 Evenwicht, mobiliteit en spierkracht.....	42
2.2.2.2 Medicatie.....	44
2.2.2.3 Orthostatische hypotensie .....	46
2.2.2.4 Zicht .....	48
2.2.2.5 Voeten en schoeisel .....	49
2.2.2.6 Omgeving en gedrag .....	52
2.2.2.7 Urinaire incontinentie.....	52
2.2.2.8 Valangst .....	54
2.3 Multifactoriële interventies .....	55
2.3.1 Interventies per valrisicofactor .....	57
2.3.1.1 Evenwicht, mobiliteit en spierkracht.....	57
2.3.1.2 Medicatie.....	63

2.3.1.3 Orthostatische hypotensie .....	66
2.3.1.4 Zicht .....	67
2.3.1.5 Voeten en schoeisel .....	69
2.3.1.6 Omgeving en gedrag .....	70
2.3.1.7 Urinaire incontinentie .....	72
2.3.1.8 Valangst .....	75
<b>3. Individuele fractuurpreventiemaatregelen.....</b>	<b>78</b>
3.1 Voor wie .....	78
3.2 Interventies.....	78
3.2.1 Medicamenteuze behandeling .....	78
3.2.2 Heupbeschermers .....	81
<b>4. Follow-up van individuele maatregelen .....</b>	<b>84</b>
<b>5. Implementatie .....</b>	<b>87</b>
5.1 Beleid en personeel.....	87
5.1.1 Valpreventiecoördinator .....	87
5.1.1.1 Functieomschrijving.....	88
5.1.1.2 Competentieprofiel .....	88
5.1.2 Personeel .....	89
5.1.3 Directie en beleidsmedewerkers van de voorziening .....	89
5.2 Hoe bewoners motiveren?.....	90
Contact Expertisecentrum Val- en Fractuurpreventie Vlaanderen (EVV) .....	97
Referentielijst .....	99
<b>6. Bijlagen .....</b>	<b>118</b>
6.1 Werkfiche valpreventie voor woonzorgcentra .....	118
6.2 Testen bij de risicofactor ‘Evenwicht, mobiliteit en spierkracht’ .....	123
6.2.1 Four Test Balance Scale .....	123
6.2.2 Functional Reach.....	125
6.2.3 Timed Chair Stand Test.....	126
6.2.4 Maximale handknijpkracht .....	127
6.2.5 Timed Up & Go Test .....	129
6.2.6 Tinetti Test.....	130
6.3 Registratievoorbeeld volgens Navigator®.....	132