



# Samen sterk tegen vallen

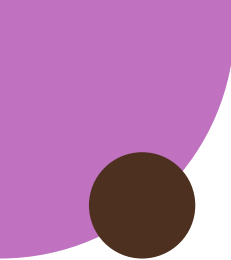
## Multifactoriële aanpak

Freja Maenhout



Bron: [www.valpreventie.be](http://www.valpreventie.be) EVV

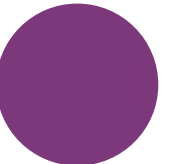
[www.valpreventie.be/materialen-week-van-de-valpreventie-2025](http://www.valpreventie.be/materialen-week-van-de-valpreventie-2025)



# Waarom valpreventie?

**23,5% van de 65+'ers valt minstens 1 keer per jaar**

**Gemiddeld 2,7 keer per jaar**



# Waarom valpreventie?

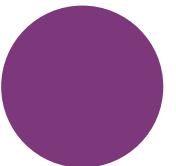
## Gevolgen



Fysiek

Psychosociaal

Financieel



# Waarom valpreventie?



## Preventie

### Multifactoriële aanpak

"Twee of meer interventies, op maat van het individuele valrisicoprofiel van de ouderen"

Meer info?  
Thuis WZC



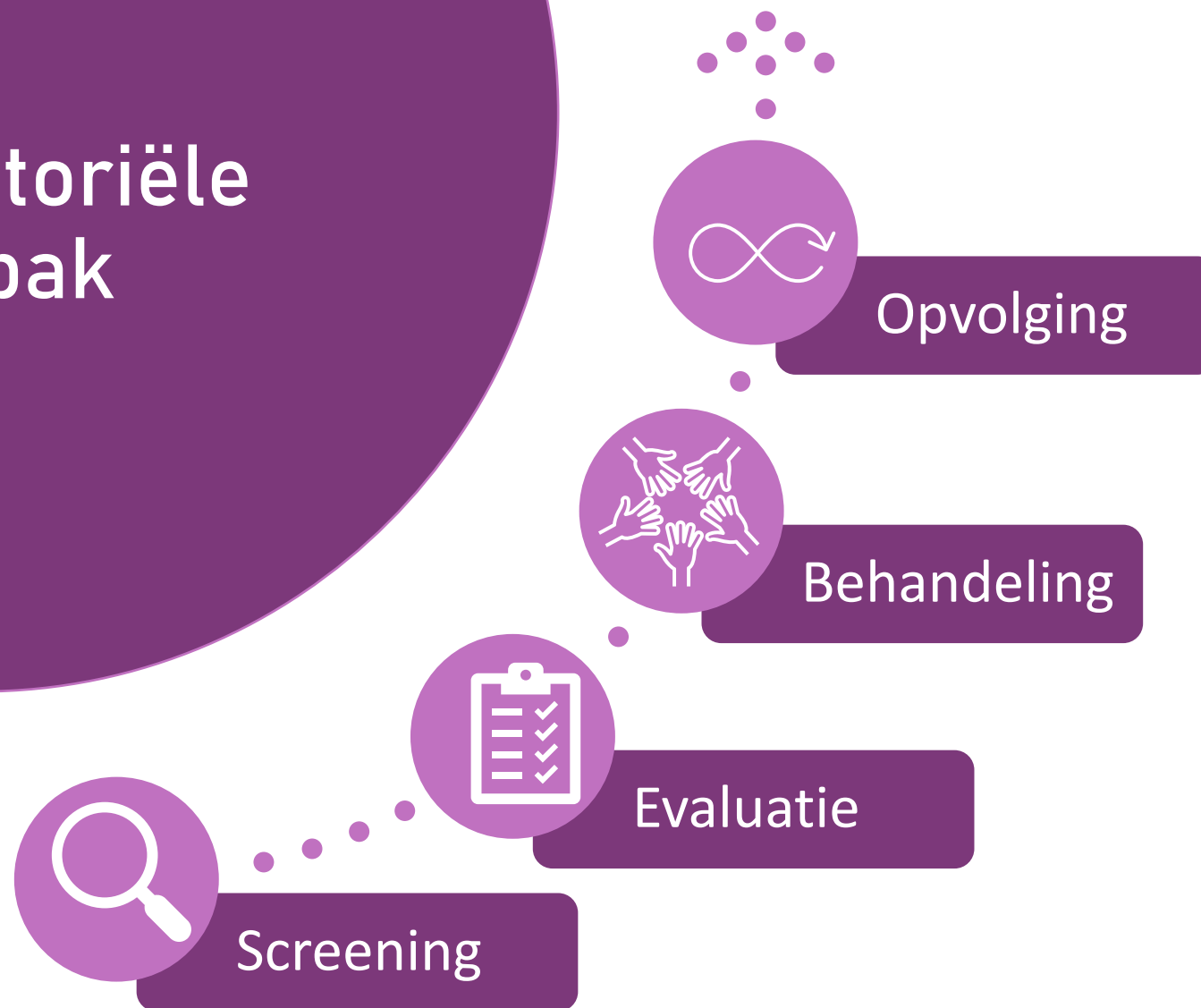
# Doel



Valrisico verlagen

(want volledig wegnemen kan niet)

# Multifactoriële aanpak



# Screening



Ga jouw valrisico na aan  
de hand van deze korte  
vragen!

START

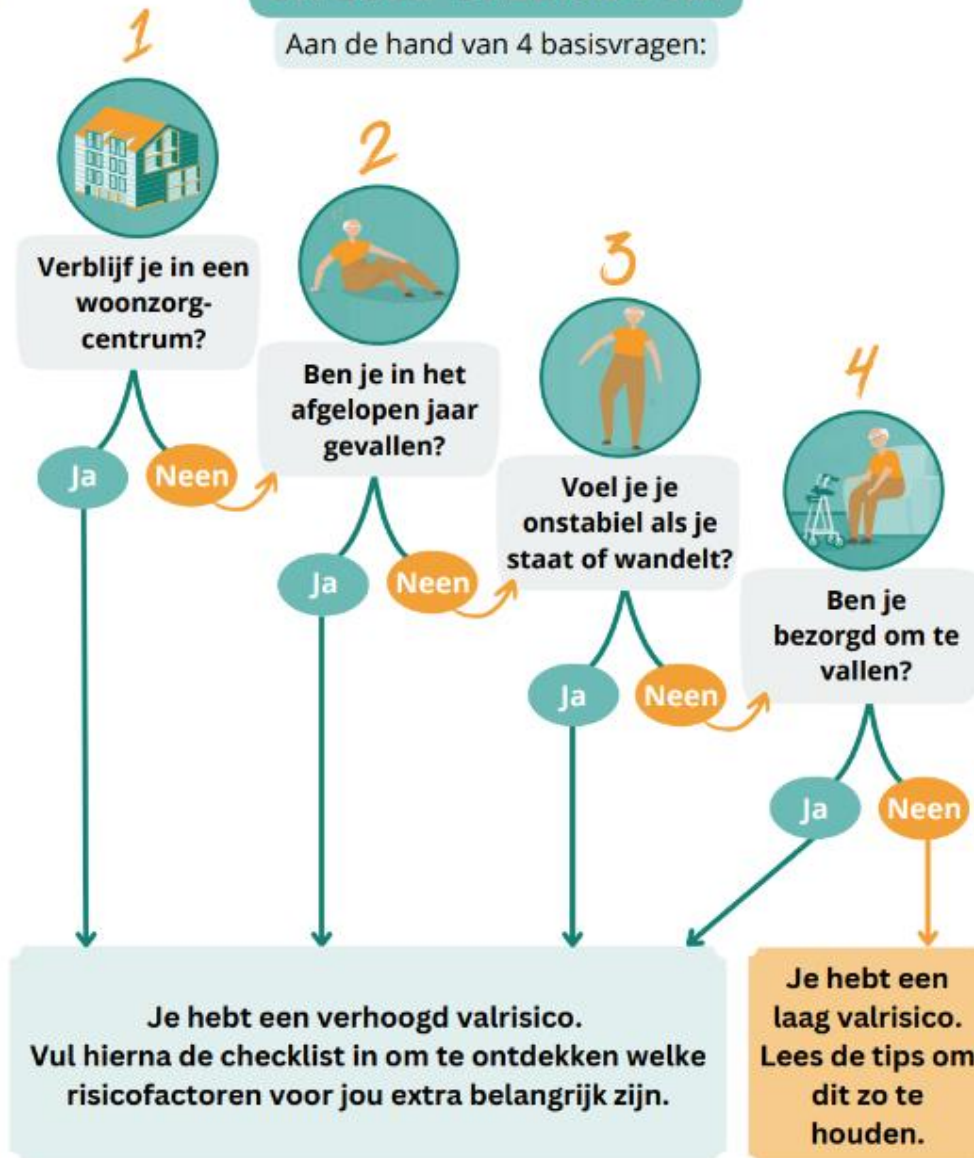


Bron: [www.valpreventie.be](http://www.valpreventie.be) EVV

[www.valpreventie.be/materialen-week-van-de-valpreventie-2025](http://www.valpreventie.be/materialen-week-van-de-valpreventie-2025) → online test valrisico

## GA JOUW VALRISICO NA

Aan de hand van 4 basisvragen:



# Evaluatie risicofactoren



Zicht

Schoeisel

Orthostatische  
hypotensie

Cognitieve  
stoornis

Medicatie

Risicogedrag  
& onveilige  
omgeving

Pijn

Valangst

Vitamine D tekort

Urine  
incontinentie

Stoornis in  
spierkracht –  
evenwicht – gang  
- mobiliteit

# Evaluatie risicofactoren



| Disciplines                                                                         |                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|
|    | Arts            |
|     | Verpleegkundige |
|    | Zorgkundige     |
|   | Podoloog        |
|    | Apotheker       |
|    | Diëtist         |
|    | Ergotherapeut   |
|    | Oogarts         |
|  | Kinesitherapeut |

- Hoe en wie → richtlijn
- Werkfiche richtlijn valpreventie in de thuissetting

Bron: [www.valpreventie.be](http://www.valpreventie.be) EVV

# Evaluatie & interventie



Medicatie

## EVALUATIE



Arts



Verpleegkundige



Apotheker

## INTERVENTIE



Arts



Verpleegkundige



Apotheker

# Evaluatie & interventie



Valangst

## EVALUATIE



Arts



Verpleegkundige



Zorgkundige



Ergotherapeut



Kinesitherapeut

## INTERVENTIE



Arts



Verpleegkundige



Zorgkundige



Ergotherapeut



Kinesitherapeut

# Evaluatie & interventie



Risicogedrag  
& onveilige  
omgeving

## EVALUATIE



Ergotherapeut

## INTERVENTIE



Arts



Verpleegkundige



Zorgkundige



Ergotherapeut



Kinesitherapeut

# Evaluatie & interventie



Orthostatische  
hypotensie

## EVALUATIE



Arts



Verpleegkundige



Zorgkundige

## INTERVENTIE



Arts



Verpleegkundige



Zorgkundige



Ergotherapeut



Kinesitherapeut

# Opvolging



| Disciplines                                                                        |                 |
|------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|
|   | Arts            |
|    | Verpleegkundige |
|   | Zorgkundige     |
|  | Podoloog        |
|   | Apotheker       |
|   | Diëtist         |
|   | Ergotherapeut   |
|   | Oogarts         |
|  | Kinesitherapeut |

- gedeelde verantwoordelijkheid
- therapietrouw bevorderen
- minstens even belangrijk:  
mantelzorger(s)  
poetshulp

...

Bron: [www.valpreventie.be](http://www.valpreventie.be) EVV

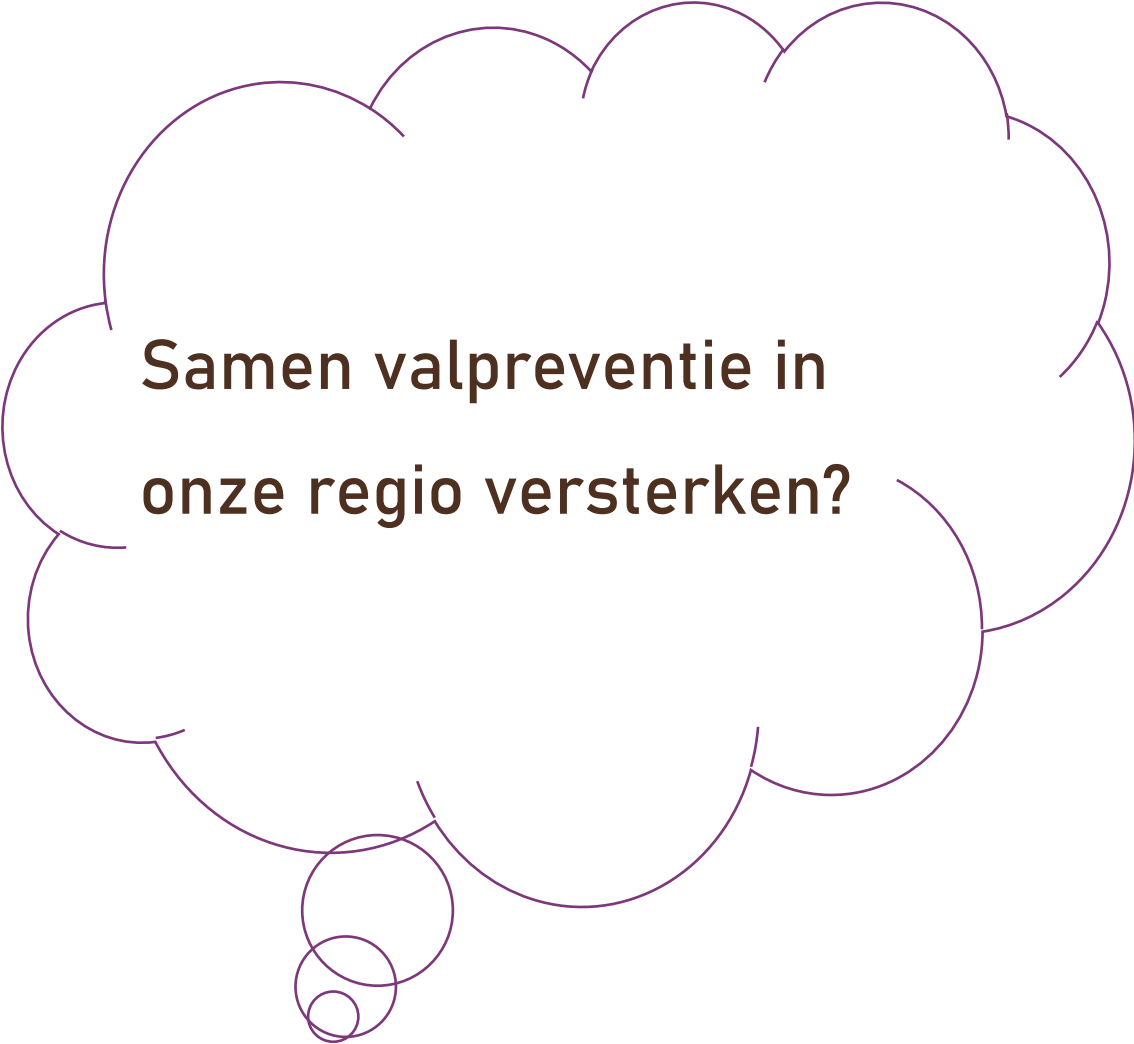
# Conclusie

Multifactoriële aanpak

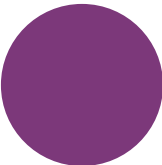
- Multidisciplinair team
- Duidelijke afspraken:  
uitvoering & opvolging
- 1 coördinator
- Voldoende doorstroom  
tussen disciplines



Bron: EVV



**Samen valpreventie in  
onze regio versterken?**



# Aanspreekpunten ELZ Vlaamse Ardennen



Freja Maenhout  
Expert valpreventie  
[info@d-aktergotherapie.be](mailto:info@d-aktergotherapie.be)



gezondheidsmakers  
Lieselot Geeraerts  
Gezondheidspromotor  
ELZ Vlaamse Ardennen  
[lieselot.geeraert@gezondheidsmakers.be](mailto:lieselot.geeraert@gezondheidsmakers.be)

Valpreventie.be

Expertisecentrum Val- en fractuurpreventie Vlaanderen

[expertisecentrum@valpreventie.be](mailto:expertisecentrum@valpreventie.be)

016 32 00 51

[www.valpreventie.be](http://www.valpreventie.be)

Expertennetwerk  
valpreventie



## Samen vallen voorkomen?

Freja Maenhout  
D-Akt Ergotherapie  
Scheldesteenstraat 5  
9700 Nederename  
0494 25 83 57  
[frejamaenhout@hotmail.com](mailto:frejamaenhout@hotmail.com)