

Valincidenten zijn een belangrijke oorzaak van letsel bij ouderen. Bepaalde medicijnen kunnen het risico op vallen vergroten. De apotheker kan het risico op vallen verkleinen door interventies in het medicatiegebruik. Daarnaast kan het apothekerteam een bijdrage leveren aan de ketenaanpak valpreventie in de wijk door ouderen met een verhoogd valrisico in kaart te brengen.



Voorlichting

- Attendeer ouderen in de apotheek op het gevaar van vallen bij risicovolle geneesmiddelen. Hiervoor zijn verschillende ondersteunende materialen beschikbaar, o.a: publieksfolder, poster en narrowcasting "Medicatie en vallen" [van de KNMP >](#)
- Wijs ouderen op lokale initiatieven. Leg de regionale flyer "Sta sterk, voorkom vallen" in de apotheek, aan te vragen [via BNW >](#)

Signalering

- Signalering van valrisico bij patiënten: met wonden en/of blauwe plekken, die moeite hebben met lopen/evenwicht, verwardheid, ondervoeding, verminderde cognitie en visusstoornissen.
- Standaard signalering bij: medicatiebeoordeling en jaarlijkse medicatierol evaluatie.
- Screen valrisico door middel van drie vragen:
 1. Bent u het afgelopen jaar gevallen?
 2. Bent u bang om te vallen?
 3. Heeft u moeite met bewegen/lopen?

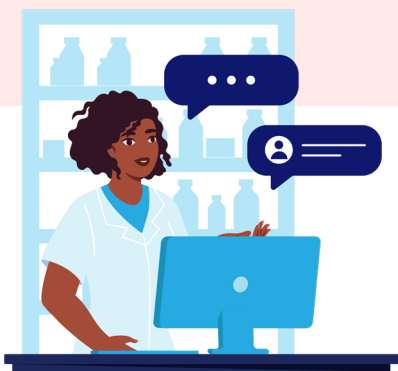
Eenmaal ja = verhoogd valrisico

Verwijs patiënten met een verhoogd risico naar de website van het Netwerk Vitaliteit voor een valrisico meting op de "Smart Floor" in de buurt.



NETWERK
VITALITEIT

www.netwerkvitaliteit.bnw.nl



Een dagje de Smart Floor in de apotheek?
Neem contact op met
BNW >

Farmaceutische risicofactoren

- Polyfarmacie: het gebruik van vijf of meer medicijnen verhoogt het valrisico.
- Specifieke medicatie: zoals slaap- en kalmeringsmiddelen, antipsychotica, antidiabetica en medicijnen tegen hoge bloeddruk verhogen het risico op vallen.
- Bijwerkingen: zoals duizeligheid, slaperigheid en orthostatische hypotensie (duizeligheid bij snel opstaan), die het risico op vallen verhogen.

Medicamenteuze interventies

- Verlagen van doseringen waar mogelijk.
- Overstappen op veiliger alternatieven.
- Stapsgewijs afbouwen van risicovolle medicatie.
- Identificeren en verminderen van onnodige of risicovolle medicatie.



Lokale samenwerking

- Organiseer een [FTO Medicatie en vallen >](#) Maak afspraken over samenwerking, doorverwijzen en het doen van MBO's bij patiënten met een verhoogd valrisico.
- Wees aanwezig op [lokale vitaliteitsmarkten >](#) Apothekers worden hiervoor uitgenodigd via het lokale sportbedrijf.
- Geef de presentatie [Medicatie en vallen >](#) aan interventiegroepen. Apothekers worden hiervoor uitgenodigd door het lokale sportbedrijf. Een vergoeding is beschikbaar via het lokale sportbedrijf.