

# **Valpolikliniek**



De valpolikliniek .....	1
De vragenlijst .....	1
Wat kunt u verwachten bij uw bezoek aan de valpolikliniek? .....	1
Hoe lang duurt het onderzoek? .....	2
Wat u niet mag vergeten mee te nemen .....	2
Meer informatie .....	3

## **De valpolikliniek**

In deze folder vindt u informatie over de valpolikliniek van ziekenhuis Tjongerschans.

Via uw huisarts of specialist bent u verwezen naar de valpolikliniek. De valpolikliniek onderzoekt mensen (vaak ouderen) die het afgelopen jaar tenminste één keer zijn gevallen.

Op de polikliniek onderzoeken wij wat de oorzaken van het vallen zijn en hoe deze klachten het beste te behandelen zijn.

Verder wordt gekeken of er ook sprake is van botontkalking (osteoporose). Hierdoor kunnen botbreuken (fracturen) na een val zoveel mogelijk voorkomen worden.

## **De vragenlijst**

Bijgaand ontvangt u van ons een 'valvragenlijst'. De vragenlijst is bedoeld om de oorzaken van het vallen op te sporen. Ook staan er vragen in over risicofactoren op botontkalking. Als het nodig is kan er gestart worden met een behandeling.

Wij vragen u om de vragenlijst in te vullen. Dit kan eventueel met hulp van een familielid of verzorger. De vragenlijst kunt u in de retourenveloppe terugsturen. Zorg ervoor dat u de vragenlijst vóór de eerste afspraak terug heeft gestuurd.

## **Wat kunt u verwachten bij uw bezoek aan de valpolikliniek?**

U kunt zich melden bij het secretariaat van de valpolikliniek (route 21 geriatrie).

Voordat het onderzoek start nemen wij bloed bij u af. Daarna voert de arts een onderzoek bij u uit. Vervolgens voeren een verpleegkundige en een fysiotherapeut ook een onderzoek bij u uit.

- De arts heeft tijdens de eerste afspraak een gesprek met u. Hierbij neemt de arts de antwoorden op de 'valvragen-lijst' met u door. De arts doet daarnaast ook lichamelijk onderzoek en laat een hartfilmpje maken. Het doel van het onderzoek is om de oorzaken van het vallen op te sporen.
- De verpleegkundige neemt enkele vragen met u door en voert testen bij u uit. Hiermee proberen wij om samen met u risicofactoren voor het vallen op te sporen. Ook kunnen problemen rond het vallen duidelijk worden.

- De fysiotherapeut neemt vervolgens een aantal testen af. Hiermee kijken we naar uw balans, uw bewegingspatroon en uw valrisico.

Wanneer deze onderzoeken klaar zijn, overleggen de arts, de verpleegkundige en de fysiotherapeut met elkaar. Daarna bespreken de arts en de verpleegkundige de conclusies van het onderzoek met u tijdens een afrondend gesprek. Uit het onderzoek zou bijvoorbeeld kunnen blijken dat u fysiotherapie nodig heeft. Ook kan het zijn dat u geadviseerd wordt een hulpmiddel zoals een rollator aan te schaffen of medicijnen te gaan gebruiken.

## **Hoe lang duurt het onderzoek?**

Het hele onderzoek neemt ongeveer drieënhalfuur in beslag. Hieronder vallen het afnemen van bloed, de onderzoeken en het afrondende gesprek. Omdat het onderzoek zoveel tijd kost, krijgt u tussendoor een pauze. Tijdens deze pauze wordt u een kopje koffie of thee aangeboden.

## **Wat u niet mag vergeten mee te nemen**

Wij vragen u het volgende mee te nemen naar uw afspraak:

- Alle medicijnen die u gebruikt, ook zelf gekochte medicijnen of een overzicht hiervan.
- Eventueel uw (lees)bril, gehoorapparaat en loophulpmiddelen (stok, rollator en dergelijke).
- Uw ponsplaatje.

Verder stellen we het op prijs al u naar de valpolikliniek komt, met een persoon die u vertrouwd is (uw begeleider). Deze persoon kan u eventueel helpen. Ook kan hij of zij ons extra informatie over uw klachten geven.

## **Meer informatie**

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met:

Valpolikliniek  
Ziekenhuis Tjongerschans  
Thialfweg 44  
8551 PW Heerenveen  
Telefoon: 0513-685500  
[www.tjongerschans.nl](http://www.tjongerschans.nl)

Volg route 21: geriatrie



