



BEHANDELCENTRA
De Betuwe
onderdeel van Zorgcentra De Betuwe

Behandelcentra De Betuwe

Onderdeel van Zorgcentra De Betuwe

Postbus 225, 4100 AE Culemborg

0800 – 77 33 444

info@stzdb.nl

www.behandelcentradebetuwe.nl

Wilt u meer weten?

Heeft u vragen? Neem dan gerust contact met ons op. Onze medewerkers helpen u graag. U kunt gratis bellen met ons Servicecentrum op 0800 – 77 33 444 of mailen naar info@stzdb.nl. Neemt u ook eens een kijkje op onze website, waar u ook meer informatie vindt over onze andere diensten, zoals thuiszorg en een maaltijdservice.

Zorgcentra De Betuwe: verrassend veel meer dan wonen!

Signaleringskaart valrisico



BEHANDELCENTRA
De Betuwe
onderdeel van Zorgcentra De Betuwe

Bang om te vallen?

Bent u wel eens bang om te vallen? Beweegt of loopt u moeilijk? Door het opsporen van de oorzaak en het starten van een behandeling, kunt u minder vaak of in het geheel niet meer vallen en ook minder angst hebben om te vallen.

En dat is fijn, want 30 tot 50% van de ouderen valt minimaal één per jaar. Een val kan helaas allerlei lichamelijke gevolgen hebben, zoals verwondingen en/of botbreuken. Door bij de valpolikliniek langs te komen, kunt u voorkomen of verminderen dat u bij deze 30 tot 50% van de ouderen hoort! Vul deze kaart in en zie meteen of u risico loopt.

Lopen en bewegen

- ☐ Zit u veel of bent uw minder actief?
- ☐ Gaat u niet graag naar buiten?
- ☐ Loopt u langzaam of moeizaam?

Duizeligheid

- ☐ Heeft u last van duizeligheid?
- ☐ Loopt u onzeker?

Voeding

- ☐ Heeft u hulp nodig bij het eten?
- ☐ Heeft u minder zin in eten?
- ☐ Bent u meer dan 4 kg onbedoeld afgevallen?

Vinkt u hierboven meer dan één vakje aan?

Dan raden wij u aan contact op te nemen met uw huisarts en dit formulier mee te nemen.

Angst

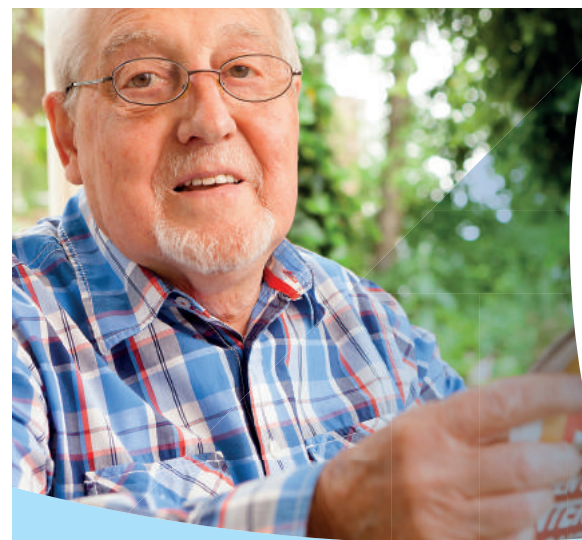
- ☐ Bent u bang om te vallen?

Zien

- ☐ Ziet u slecht?
- ☐ Loopt u tegen dingen/objecten aan?

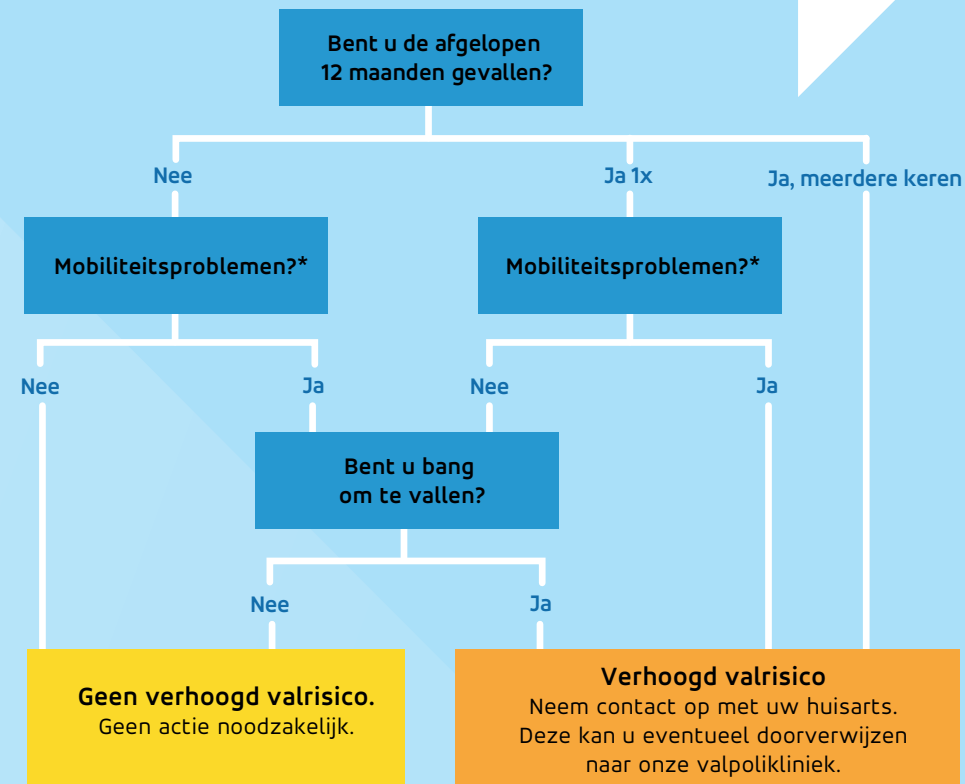
Medicijngebruik

- ☐ Gebruikt u medicijnen die het reactievermogen kunnen beïnvloeden?
- ☐ Gebruikt u medicijnen die invloed hebben op uw bloeddruk?



Tips voor uw woonomgeving:

Let op dat u niet teveel obstakels in- en om het huis heeft. Denk hierbij aan losse kledjes, kabels, hoge drempels en spullen op de grond. Slecht zittende schoenen of pantoffels kunnen ook problemen geven.



* Mobiliteitsproblemen, zijn problemen met bijvoorbeeld: lopen, evenwicht bewaren, gaan staan, gaan zitten.