

Valpolikliniek

Waarom komt u naar de Valpolikliniek?

Uw huisarts of specialist heeft u verwezen naar de Valpolikliniek, omdat u bent gevallen of een grotere kans heeft om te vallen. In deze folder leest u wat de Valpolikliniek is en wat u kunt verwachten.

Bij deze folder heeft u ook een val-vragenlijst ontvangen. Wilt u deze thuis invullen en meenemen naar uw afspraak?

Wij raden u aan om iemand mee te nemen, bijvoorbeeld uw partner, familielid of een goede kennis. Deze persoon kan u helpen en eventueel extra informatie geven.

Belangrijke punten:

- U komt naar de Valpolikliniek.
- De arts onderzoekt waarom u valt of bijna valt.
- Het onderzoek duurt ongeveer 1 uur.
- Neem iemand mee naar de afspraak.
- Vul de val-vragenlijst in en neem deze mee naar de afspraak.
- Breng een medicijnlijst mee.
- Neem schoenen/sloffen, bril en gehoorapparaat mee.
- Na het onderzoek krijgt u advies om de kans op vallen in de toekomst kleiner te maken vallen.
- Vragen? Bel 0182-50 59 90.

Wat is een Valpolikliniek?

Op de Valpolikliniek onderzoeken we waarom u valt of het gevoel heeft te kunnen vallen.

Het onderzoek vindt plaats op de polikliniek Geriatric en wordt uitgevoerd door een geriater en een gespecialiseerd verpleegkundige.

Een geriater is een arts die gespecialiseerd is in de zorg voor oudere mensen die meerdere aandoeningen tegelijk hebben. Hierbij gaat het om lichamelijke, psychische en/of sociale problemen. Het doel van de behandeling is dat u zo zelfstandig mogelijk kunt blijven leven en een goede kwaliteit van leven houdt.

Een eerste onderzoek duurt ongeveer één uur.

Tijdens dit onderzoek:

- Praten we met u over situaties waarin u bent gevallen of bijna bent gevallen;
- doen we een lichamelijk en neurologisch onderzoek (onderzoek van uw zenuwstelsel en bewegingen).

Soms verwijzen we u door naar de fysiotherapeut voor een onderzoek naar uw manier van lopen.

Na de onderzoeken bespreken we samen met u wat we kunnen doen om het risico op vallen te verkleinen.

Lees ook de folder 'Wat kunt u doen om te voorkomen dat u valt' voor meer informatie.

Oorzaak van vallen

Vallen komt veel voor bij oudere mensen. Ongeveer één op de drie ouderen die thuis wonen, valt minstens één keer per jaar.

De gevolgen kunnen groot zijn:

- Soms is een opname in een ziekenhuis of zorgcentrum nodig.
- Veel mensen worden bang om opnieuw te vallen. Daardoor gaan ze minder bewegen of het huis niet meer uit, wat kan leiden tot eenzaamheid.

Als u op oudere leeftijd bent gevallen zonder duidelijke reden, is de kans groot dat dit opnieuw gebeurt. Daarom is het belangrijk om te onderzoeken waarom u bent gevallen. Zo kunnen we samen proberen een volgende val te voorkomen.

Omdat er veel verschillende oorzaken kunnen zijn, onderzoeken we u uitgebreid.

Wat neemt u mee?

Neem bij uw bezoek het volgende mee:

- alle medicijnen die u nu gebruikt, ook medicijnen die u zonder recept gebruikt;
- de schoenen of sloffen die u thuis meestal draagt;
- de ingevulde val-vragenlijst;
- uw eventuele loophulpmiddel (zoals stok of rollator);
- uw bril en/of uw gehoorapparaat (als u die gebruikt).

Waar moet u zijn?

De polikliniek Geriatrie vindt u in ons ziekenhuis op route 71. Bij de ingang van het ziekenhuis staan gastvrouwen en gastheren die u de weg kunnen wijzen.

Bij route 71 meldt u zich bij de secretaresse van de polikliniek Geriatrie.

Uitslag

Na het onderzoek bespreken we met u wat waarschijnlijk de oorzaak is van uw vallen of valneiging.

U krijgt ook adviezen om vallen in de toekomst te voorkomen.

Uw huisarts krijgt een brief waarin de bevindingen staan. Deze brief kunt u ook zelf lezen in de MijnGHZ app.

Vragen of meer informatie

Heeft u vragen over de Valpolikliniek?

Bel dan gerust tijdens kantooruren met het secretariaat van de poli Geriatrie:

0182 - 50 59 90.

Groene Hart Ziekenhuis, Locatie Gouda

Bleulandweg 10

2803 HH Gouda

0182 – 50 50 50

www.ghz.nl

Colofon

uitgave : Groene Hart Ziekenhuis, Gouda

productie : Marketing & Communicatie

januari 2026

04.22.016