

Toelichting herziene versie Valanalyse 2020

In de herdruk van de Valanalyse 2020 zijn de nieuwste inzichten over valpreventie uit literatuur, praktijk en expertraadpleging verwerkt. De Valanalyse sluit aan op de Richtlijn valpreventie bij ouderen, 2017. In het schema hieronder staat een overzicht van de belangrijkste aanpassingen en de bijbehorende toelichting.

Onderdeel	Valanalyse 2017	Valanalyse 2020	Toelichting
Valrisicotest	*Valrisicotest bestaat uit: <ul style="list-style-type: none"> - Vraag: Bent u de afgelopen 12 maanden gevallen? - Vraag: Heeft u moeite met bewegen, lopen of balans houden? 	*Valrisicotest bestaat uit: <ul style="list-style-type: none"> - Vraag: Bent u de afgelopen 12 maanden gevallen? - Vraag en observeer: Heeft u moeite met bewegen, lopen of balans houden? 	Het toevoegen van mobiliteitstesten aan de Valrisicotest zou de voorspellende waarde kunnen verhogen, maar te tijdsintensief zijn om uit te voeren in de praktijk. Observeren is belangrijk bij het vaststellen van mobiliteitsproblemen en is daarom toegevoegd.
	Aanvullende beschrijving onder de Valrisicotest bij wie altijd een Valanalyse afgenomen moet worden	Geen beschrijving onder de Valrisicotest; deze elementen zijn verwerkt als antwoordcategorieën op de eerste vraag uit de Valrisicotest.	Uit expertraadpleging bleek dat de tekst onder de Valrisicotest verwarrend en onduidelijk is; deze tekst is daarom verwerkt als antwoordcategorieën op de eerste vraag uit de Valrisicotest.
Uitleg over achtergrond en gebruik van de Valrisicotest en Valanalyse	Uitleg over achtergrond en gebruik van de Valrisicotest en Valanalyse staat op verschillende plekken.	Alle uitleg is samengevoegd en staat aan het begin van de Valanalyse, daarna begint de daadwerkelijke 'tool' (Valrisicotest en Valanalyse) waarbij bij elke risicofactor een inleiding staat over de risicofactor.	Op basis van ervaringen uit de praktijk en de expertraadpleging bleek dat informatie op verschillende plekken staat (soms dubbelop) en dat niet altijd duidelijk was wanneer uitleg stopt en de 'tool' begint. Door deze volledig van elkaar te scheiden (eerst uitleg en dan de tool) wordt dit verduidelijkt.
Voorlichtingsmaterialen	<ul style="list-style-type: none"> - Brochure Een goede conditie helpt vallen voorkomen - Brochure Zorg dat u thuis niet valt - Brochure Rechtop blijven staan met medicijnen - Brochure Hoe veilig bent u thuis 	<ul style="list-style-type: none"> - Brochure Blijf overeind, voorkom vallen - Folder Medicatie en vallen - Flyer Hup in de benen - Flyer In Balans - Flyer Otago - Het spel Dobbelfit 	Brochures/folders zijn vernieuwd en er zijn nieuwe ontwikkeld.

	<ul style="list-style-type: none"> - Flyer, poster en presentaties Neem de stap, blij vitaal - Informatie over het oplossen van slaapproblemen (www.thuisarts.nl/slaapproblemen) - Brochure Slaap- en Kalmeringsmiddelen; weet wat u sikt 	<ul style="list-style-type: none"> - Informatie over het oplossen van slaapproblemen (www.thuisarts.nl/slaapproblemen) - Brochure Goed gevoed ouder worden - Brochure Voeding bij gewichtsverlies, ziekte en herstel - Brochure Beter zien: Tips voor goed zicht en gezonde ogen, ook bij het ouder worden - Folder Zicht op Evenwicht - Folder Continentiehulpmiddelen: wat moet ik weten? - Informatie over hulpmiddelen bij gehoorproblemen (www.hoorwijzer.nl) 	
Aanvullende tests	Aanvullende tests staan aan het einde van de Valanalyse	Aanvullende tests zijn opgenomen in een aparte downloadbare pdf en er is in de uitleg van de Valanalyse verduidelijkt wanneer een aanvullende test afgenomen kan worden, nl. indien het helpt bij het verduidelijken van de doorverwijzing én de afnemer de benodigde expertise heeft om de aanvullende test af te nemen.	Op basis van ervaringen uit de praktijk en expert raadpleging bleek dat het niet duidelijk was wanneer een aanvullende test afgenomen moest worden. Een aanvullende test is niet noodzakelijk voor een doorverwijzing maar kan helpen om een doorverwijzing duidelijker te maken indien de afnemer ook beschikt over de expertise om een aanvullende test af te nemen. Het opnemen van de aanvullende tests in een aparte downloadbare pdf past hier beter bij.
Risicofactoren	<ul style="list-style-type: none"> - Valgeschiedenis - Duizeligheid - Mobiliteitsproblemen - Voetproblemen / schoeisel - Gewrichtsproblemen - Osteoporose - Cognitie en stemming - Valangst 	<ul style="list-style-type: none"> - Mobiliteit - Medicijngebruik - Valangst - Cognitie en stemming - Gezichtsvermogen - Duizeligheid - Incontinentie - Gehoorproblemen 	Uit expertraadpleging bleek dat de benoeming en keuze van de risicofactoren uit de Valanalyse niet goed genoeg aansloten op de Richtlijn. Ook gaven de nieuwste inzichten uit de literatuur aanwijzingen voor andere keuzes. De

	<ul style="list-style-type: none"> - Gezichtsvermogen - Ondervoeding - Medicijngebruik - Algemene Dagelijkse Levensverrichtingen - Omgevingsfactoren 	<ul style="list-style-type: none"> - Algemene Dagelijkse Levensverrichtingen - Omgevingsfactoren - Voetproblemen en schoeisel - Voedingstoestand en vitamine D 	risicofactoren zijn daarom anders benoemd/gerangschikt en sommige zijn verwijderd/toegevoegd.
Valgeschiedenis	Vragen over valgeschiedenis als risicofactor	Vragen over valgeschiedenis als startpunt van de Valanalyse (geen risicofactor), rekening houdend met rode vlaggen	Op basis van expertraadpleging is Valgeschiedenis niet meer gepositioneerd als risicofactor maar als noodzakelijk startpunt voor het verder afnemen van de Valanalyse. Hierin zijn nu ook zogenoemde 'rode vlaggen' opgenomen. Deze rode vlaggen kunnen een aanwijzing zijn dat een onderliggende ziekte (comorbiditeit) een rol speelt die niet door de Valanalyse in kaart wordt gebracht en waarvoor een doorverwijzing nodig is naar huisarts of valpolikliniek voor een Comprehensive Geriatric Assessment (CGA).
Mobiliteit	Observatie, 'uit de stoel komen' en 'tandemstand'	Short Physical Performance Battery (SPPB)	Op basis van de nieuwste inzichten uit literatuur en expertraadpleging is de observatie, 'uit de stoel komen' en 'tandemstand' vervangen door de SPPB. Deze test de drie belangrijkste domeinen: kracht, balans en loopvaardigheid.
Medicijngebruik	Inclusief sympathicomimetica	Zonder sympathicomimetica	Sympathicomimetica staan niet in het meest recente (Europese) overzicht van valrisicoverhogende medicijnen.
Omgevingsfactoren	Vragen over gewoontes en woning	Geen vragen maar alleen een advies; de vragen over gewoontes en woning zijn opgenomen in de lijst met aanvullende tests.	Advies is om bij ouderen met een verhoogd valrisico altijd de risico's in de omgeving in kaart te brengen. Dit kan door

			doorverwijzing en/of de aanvullende test te doen (bij de cliënt thuis)
Vitamine D	Algemene aanbevelingen over Vitamine D suppletie van de Gezondheidsraad	Advies door te verwijzen voor een vitamine D meting (bloedonderzoek) wanneer vitamine D deficiëntie wordt vermoed	Uit de literatuur blijkt dat vitamine D suppletie alleen mogelijk effectief is in het voorkomen van een val indien er sprake is van een vitamine D deficiëntie. Hiervoor moet dan eerst Vitamine D onderzoek (bloedmeting) uitgevoerd worden.
Doorverwijskaart	Op basis van risicofactoren	Op basis van risicofactoren	Op basis van de risicofactoren is de doorverwijskaart geupdate
Scoreformulier	<ul style="list-style-type: none"> - Een kort samenvattend formulier voor de afnemer (pdf) - Score- en rapportagetool voor de afnemer (excel) - Formulier voor cliënt 	<ul style="list-style-type: none"> - Uitgebreid scoreformulier voor de afnemer - Adviesformulier voor cliënt <p>Beide formulieren staan in de Valanalyse en zijn apart downloadbaar en digitaal invulbaar.</p>	Op basis van ervaringen uit de praktijk bleek dat de score- en rapportagetool niet goed werkt (oa door verouderde versie excel) en dat het scoreformulier uit de Valanalyse onvoldoende was om op te nemen in het cliëntendossier. Er is een nieuw formulier ontwikkeld dat uitgebreider is. Deze staat in de Valanalyse maar is daarnaast ook apart downloadbaar en digitaal invulbaar zodat deze makkelijk kan worden opgenomen in het cliëntendossier. Ook het adviesformulier voor de cliënt staat in de Valanalyse maar is daarnaast apart downloadbaar en digitaal invulbaar.

*Geen van alle bestaande risicoschattinginstrumenten die worden aanbevolen in nationale en internationale richtlijnen voldoen aan adequate testeigenschappen (70% sensitiviteit en 70% specificiteit); zij worden niet ondersteund door prospectief onderzoek. De factoren die zijn opgenomen in de Valanalyse zijn gekozen op basis van het aantal gezamenlijke elementen uit nationale en internationale richtlijnen en het geassocieerde relatief risico op een val in cohort onderzoek.