

EVALUATIE MEDICATIE ALS VALRISICOFACITOR



Controleer het medicatieschema van de patiënt.

- Overloop het schema met de patiënt en bekijk of het nog actueel is.
- Heeft de patiënt nog geen medicatieschema? Maak er dan eerst één aan en geef dit nadien ook mee met de patiënt.

Kijk hierbij **1)** het aantal geneesmiddelen na en **2)** ga na of de patiënt valrisico verhogende geneesmiddelen neemt.



1) Aantal geneesmiddelen

- ≥ 4 verschillende geneesmiddelen: verhoogd risico op interacties en ongewenste effecten die kunnen leiden tot vallen.



2) Geneesmiddelen die het valrisico verhogen*:

Geneesmiddelen met wetenschappelijke evidentie voor toename van het valrisico bij inname → valrisico x 1,6

Benzodiazepines^{1, 2, 3}

Z-drugs^{1, 2, 3}

Antipsychotica^{1, 2, 3, 4, 5}

Antidepressiva^{1, 2, 3, 4, 5}

Geneesmiddelen met één of meerdere ongewenste effecten die het valrisico verhogen.

Anti-epileptica^{1, 2, 4, 5}

Opioiden^{1, 2, 3}

Geneesmiddelen met anticholinerg effect^{4, 6}

Alfablokkers bij prostaathypertrofie^{1, 2, 3}

Diuretica³

Antihistaminica^{1, 2}

Centraal werkende antihypertensiva^{1, 2, 3}

Geneesmiddelen bij overactieve blaas en urge-incontinentie^{1, 2}

Vasodilatoren bij hartaandoeningen^{3, 4}

*Ongewenste effecten die het valrisico verhogen:

1. Vertigo en duizeligheid
2. Slaperigheid en sedatie
3. Orthostatische hypotensie
4. Hartritmestoornissen
5. Verwardheid, delirium, cognitieve stoornissen
6. Visusstoornissen (wazig zien, visusverslechting,...)



Is medicatie bij de patiënt aanwezig als **valrisicofactor** door het gebruik van ≥ 4 verschillende geneesmiddelen EN/OF het innemen van één of meerdere geneesmiddelen uit bovenstaande klassen?

→ Vul dan de **doorverwijsbrief** in naar de huisarts.

Het kan zijn dat er betere alternatieven bestaan voor deze patiënt en/of dat sommige geneesmiddelen kunnen worden afgebouwd. Hiervoor is telkens een consultatie met de huisarts nodig.

→ Plan indien mogelijk een **medicatie nazicht**.

INTERVENTIES: WAT KAN JE DOEN ALS APOTHEKER?



Praktische tips bij verhoogd valrisico

Vier of meer geneesmiddelen

- Stel een medicatieschema op.
- Overweeg een medicatiedoos en/of het klaarzetten van de medicatie.
- Overweeg het uitvoeren van een medicatienazicht.

Gebruik antipsychotica & antidepressiva

- Bevrage de indicatie: is dit nog noodzakelijk?*
- Bespreek de nadelige effecten van langdurig gebruik: duizeligheid, sedatie, afhankelijkheid, wazig zicht, ...

*stop nooit antipsychotica of antidepressiva zonder samenspraak met de huisarts

Gebruik van benzodiazepines of Z-drugs

- Bevrage de indicatie: is dit nog noodzakelijk?
- Bespreek slaaphygiëne: geef niet-medicamenteus advies over slaap.
- Bespreek de nadelige effecten van langdurig gebruik: duizeligheid, sedatie, afhankelijkheid, wazig zicht.
- Voorstel tot instappen in programma: 'afbouw benzodiazepines'.

*stop nooit een benzodiazepine zonder samenspraak met de huisarts

Ongewenste effecten voorkomen en/of verbeteren

Medisch advies



Moment van inname: verplaats medicatie naar 's avonds om klachten overdag te vermijden.



Adviseer bij opstart een geleidelijke opbouw om bijwerkingen te verminderen.



Adviseer om hartslag en bloeddruk regelmatig te laten controleren door een arts.

Advies over gezonde levensstijl



Voorkom uitdroging: adviseer om 1,5L/dag te drinken.



Adviseer gezonde voeding & regelmatig eten: kleine, frequente maaltijden kunnen duizeligheid door lage bloedsuikerspiegels helpen voorkomen.



Adviseer een gezonde zoutinname om hypotensie te vermijden (indien geen contra-indicaties).



Adviseer een vast dagritme en het gebruik van herinneringen zoals alarmen of kalenders.

Bewegingsadvies



Stimuleer beweging voor spierkracht en mobiliteit: verwijs bijvoorbeeld naar een kinesitherapeut of BOV-coach.



Adviseer langzamer opstaan of gebruik van steun: vermijd abrupte bewegingen.



Adviseer een loophulpmiddel: wandelstok, looprek, rolstoel, ...



Adviseer vast schoeisel.



Adviseer steunkousen om bloeddrukdaling bij opstaan te verminderen.



Goede verlichting: adviseer heldere verlichting om de kans op struikelen of vallen te verminderen.

Doorverwijzing*

Kinesitherapeut



- Bij stoornissen in evenwicht en/of mobiliteit: oefenprogramma opstarten
- Lichaamsbeweging stimuleren en valangst verminderen
- Behandeling van urine-continentie
- ...

Ergotherapeut



- Evaluatie en aanpassing van de woning
- Advies geschikt schoeisel
- Advies en inschatting risico's bij dagelijkse activiteiten
- ...

Verpleegkundige



- Klaarzetten medicatie en hulp bij inname medicatie
- Andere medische noodzaken
- ...

Oogarts



- Visusproblemen: controle zicht en behandeling
- ...

Podoloog



- Bij voetproblemen: pijnklachten, inlegzolen, ...
- ...

*Voor doorverwijzing neem je best contact op met de huisarts.