

Ouderengeneeskunde

# Val- en balanspoli

Locatie Leiden

## Contactgegevens Alrijne Ziekenhuis

**Alrijne Ziekenhuis Leiden** Alrijne Ziekenhuis Leiderdorp  
**Houtlaan 55** Simon Smitweg 1  
**2334 CK Leiden** 2353 GA Leiderdorp  
**071 517 8178** 071 582 8282

Alrijne Ziekenhuis Alphen aan den Rijn  
Meteoorlaan 4  
2402 WC Alphen aan den Rijn  
0172 467 467

**In deze folder leest u wat de val- en balanspoli inhoudt, wat u kunt verwachten tijdens uw bezoek en wat u mee moet nemen.**

**Binnenkort wordt u verwacht op de 'val- en balanspoli' van Alrijne Ziekenhuis Leiden. Hiervoor is onderstaande afspraak gemaakt.**

## Uw afspraak

U wordt verwacht op \_\_\_\_\_ dag \_\_\_\_\_ (datum) in Alrijne Ziekenhuis in Leiden.

### *Bloedprikken*

- tussen 08.30 en 08.45 uur bij het laboratorium.  
Routenummer 32.
- Gebruik de CITO toets. U bent sneller aan de beurt en de uitslagen worden sneller bepaald.

### *De onderzoeken*

- Om **09.00 uur** wordt u verwacht op de afdeling dagverpleging en kort verblijf (3A).

## Afspraak afzeggen of wijzigen

Als u uw afspraak wilt afzeggen of wijzigen, geef dit dan zo snel mogelijk door, maar uiterlijk 24 uur van tevoren. Het dagonderzoekscentrum ouderengeneeskunde Alrijne Ziekenhuis Leiden is telefonisch te bereiken via 071 517 8693. Wij zijn aanwezig tussen 9.00 en 13.00 uur. Belt u buiten deze tijden dan wordt u door een medewerker van het afsprakenbureau te woord gestaan en doorverbonden, bij vragen die niet tot de volgende dag kunnen wachten.

Bij afzegging verzoeken wij u dit ook zelf door te geven aan de huisarts.

## Waarom een val- en balanspoli?

Vallen gebeurt meestal onverwachts en de gevolgen kunnen ernstig zijn, zoals een gebroken heup. Wie op oudere leeftijd een keer is gevallen, heeft een grotere kans weer te vallen als er niets aan de oorzaak wordt gedaan. Een val kan u angstig maken, waardoor u misschien minder gaat bewegen. Minder bewegen maakt de kans om te vallen juist groter.

De oorzaken van vallen zijn verschillend. Vaak is er niet één oorzaak, maar zijn er meerdere oorzaken die bij u de kans om te vallen vergroten. Op de val- en balanspoli kunt u door meerdere specialisten worden onderzocht. Zij gaan op zoek naar de oorzaken van (bijna) vallen en balansproblematiek en oplossingen hiervoor.

## Wie komt u tegen op de val- en balanspoli?

Op de val- en balanspoli werkt een team met een:

- arts, gespecialiseerd in ouderengeneeskunde;
- verpleegkundig specialist/geriatrieverpleegkundige;
- fysiotherapeut.

Zij zijn gespecialiseerd in het onderzoek en de behandeling van oudere mensen.

De onderzoeken van dit team worden, zoveel mogelijk, op de opnamedag gedaan. Zo nodig kunnen er ook andere specialisten gevraagd worden u te onderzoeken.

## Vorbereiding val- en balanspoli

Bij deze folder krijgt u een vragenlijst(en). Wij verzoeken u de vragenlijst(en) in te vullen en mee te nemen naar de val- en balanspoli.

Het is raadzaam makkelijke kleding te dragen omdat u zich verschillende malen moet ontkleden.

Als u medicatie gebruikt, vraagt u dan uw actuele medicatieoverzicht op bij uw apotheek.

**U mag geen koffie drinken tot de bloeddruk is gemeten, ook niet bij uw ontbijt.**

## De dag van opname

Op de dag van opname wordt u samen met een begeleider verwacht. De begeleider kan uw partner, zoon, dochter of vertrouwenspersoon zijn. Die kan u eventueel helpen en waar nodig aanvullende informatie geven over uw klachten.

In het programma zijn pauzes ingepland voor koffie/thee en voor een broodmaaltijd, ook voor uw begeleider. Het ziekenhuis zorgt daarvoor. Ook is er voor u een bed gereserveerd mocht u de behoefte hebben even te rusten.

## Het programma

U wordt voor de bloedafname om *08.30 uur* bij het laboratorium (routenummer 32). Druk op de knop 'CITO/jonger dan 1 jaar' en geef het laboratoriumformulier af aan de laborante.

Uw wordt om *9.00 uur* met uw begeleider verwacht op de afdeling dagverpleging en kort verblijf (3A).

Tussen *9.00 en 12.30 uur* wordt u onderzocht door een arts, een fysiotherapeut en een geriatrieverpleegkundige. Zij besteden onder andere aandacht aan uw:

- hart en longen;
- ogen;
- evenwichtsorgaan;
- skelet en gewrichten;
- zenuwstelsel (inclusief uw geheugen);
- spierkracht;
- balans;
- functioneren in het dagelijks leven.

Om ongeveer *12.30 uur* staat er een lunch voor u en uw begeleider klaar.

Tussen *13.00 en 16.00 uur*

Na het onderzoek in de ochtend bespreekt het team wat de mogelijke oorzaken zijn van het (bijna) vallen en/of de balansproblematiek. Afhankelijk van de bevindingen kunnen er in de middag nog aanvullende onderzoeken nodig zijn. Aan het einde van de dag, rond *16.00 uur* of eerder, zal de arts u

inlichten over de mogelijke oorzaak van het (bijna) vallen en het behandelplan en/of het preventieplan met u bespreken. Uw huisarts ontvangt een schriftelijk bericht over de uitkomsten van de dagopname.

## Duur

U bent voor het dagonderzoek gemiddeld van 08.30 tot 16.00 uur op de val- en balanspoli. Mocht er uit de onderzoeksresultaten blijken dat verder onderzoek nodig is, wilt u er dan rekening mee houden dat een aantal van deze onderzoeken aansluitend op deze dag kunnen plaatsvinden.

## Wat neemt u mee naar de val- en balanspoli

Neemt u de volgende zaken mee naar de val- en balanspoli:

- het pasje van uw zorgverzekering;
- uw identiteitsbewijs (rijbewijs, paspoort, identiteitskaart);
- uw actuele medicatieoverzicht (verkrijgbaar bij uw apotheek) en alle medicijnen (doosjes of baxter) die u gebruikt en ook vandaag moet innemen;
- de ingevulde vragenlijst(en);
- uw leesbril en/of hoorapparaat;
- uw loophulpmiddel (stok, rollator);
- de schoenen die u normaal gesproken draagt.

## Tot slot

Alrijne heeft een belangrijke taak bij het opleiden van artsen, paramedici (bijvoorbeeld fysiotherapeuten) en verpleegkundigen. Dit kan betekenen dat u eerst een assistent ziet, voordat u een gesprek heeft met de arts. Mocht u hiertegen bezwaar hebben, dan kunt u dit bij de polikliniekassistente aangeven.

## Kloppen uw gegevens nog?

Controleer of uw gegevens op uw inschrijfkaart nog kloppen. Als uw gegevens (verzekering, huisarts, etc.) zijn gewijzigd, meldt u dit dan aan de patiëntenregistratie. Komt u voor het eerst in Alrijne Ziekenhuis of bent u hier langer dan een jaar niet geweest? Laat u in dat geval eerst inschrijven bij de patiëntenregistratie in de hal van het ziekenhuis.

## Vragen

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen, dan kunt u contact met ons opnemen via telefoonnummer 071 517 8693. Wij zijn, op werkdagen, bereikbaar tussen 9.00 uur en 13.00 uur.

## Geef uw mening!

Op [www.zorgkaartnederland.nl](http://www.zorgkaartnederland.nl) kunt u aangeven hoe u de zorg in Alrijne Ziekenhuis heeft ervaren. Op deze manier kunt u ons helpen de kwaliteit van zorg nog verder te verbeteren.