

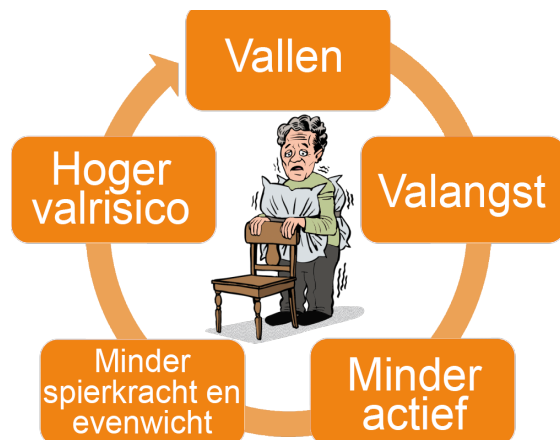
Waarom valpreventie?

Valt u regelmatig of heeft u schrik om te vallen? Vermijdt u bepaalde situaties of dagelijkse activiteiten vanwege deze onzekerheid? Wij kunnen u helpen via een valpreventieprogramma waardoor het risico op vallen verlaagt.

Van de thuiswonende 65-plussers valt maar liefst 24 tot 40% eenmaal per jaar. Bij ouderen met dementie loopt dit cijfer op tot 72%, waarvan 39% herhaaldelijk valt.

Meest voorkomende risicofactoren:

- Mobiliteitsproblemen (balans, kracht)
- Medicijngebruik
- Duizeligheid
- Verminderd gezichtsvermogen
- Cognitieve stoornissen
- Voetproblemen
- Leefomgeving
- Valangst



Hoe kunnen wij u helpen?

Vallen is vaak een multifactorieel probleem. Aan de hand van een screening en op basis van de meest voorkomende risicofactoren onderzoeken wij of er daadwerkelijk sprake is van een verhoogd valrisico.

Er worden verschillende testen uitgevoerd om na te gaan of er moeilijkheden zijn met bv. kracht, evenwicht, zicht, cognitie, enz. Indien gewenst kunnen wij naar uw thuis komen om uw thuissituatie te analyseren en te zorgen voor een veiligere omgeving.



Heeft u een verhoogd valrisico?

Dan gaan wij samen met u op zoek naar de beste manier om dit risico te verkleinen. We gaan ons richten op oefeningen voor kracht, een beter evenwicht en meer coördinatie. Samen oefenen wij ook op dubbeltaken die u dagelijks nodig heeft. Bij aanwezigheid van andere risicofactoren kunnen wij u doorverwijzen naar de gepaste zorgverlening.

Voor elke patiënt wordt een individueel oefenschema opgesteld. Dit wordt aangepast aan uw huidig niveau. U krijgt zowel een programma voor in de praktijk als voor thuis om een zo optimaal mogelijk resultaat te bereiken.

Voor meer informatie of een afspraak kan u ons steeds contacteren !



OPLEIDING

Uw therapeuten hebben erkende opleidingen gevolgd en besteden de grootste zorg aan kwaliteit en veiligheid voor de patiënt. Daarnaast zijn uw therapeuten sterk gemotiveerd om vervolgoopleidingen en bijscholingen te volgen.

Groepspraktijk Move



Neeroeterenstraat 43,
3680 Opoeteren



 @praktijkmove

 @praktijk move

info@praktijk-move.be
+32 472 89 58 13

www.praktijk-move.be



move
praktijk kinesitherapie