

Valpreventie bij ouderen met een visuele beperking

Bijlage 1: Valrisico-Score (VRS)

Expertisegroep Visueel Verstandelijk Beperkt, juli 2025

Contactpersoon: Lotte Enkelaar

# Valrisico-Score vragenlijst

**Naam cliënt:**

**Geboortedatum:**

**Adres:**

**Naam begeleider:**

**Datum:**

**Huisarts:**

Is er sprake van geheugenproblemen, dementie, verstandelijke beperking of andere cognitieve beperkingen?

* Geen
* Geheugenproblemen
* Vermoeden van dementie
* Gediagnostiseerde dementie
* Verstandelijke beperking
	+ Licht
	+ Matig
	+ Ernstig
	+ Zeer ernstig
	+ Niet vastgesteld
* Andere cognitieve beperking;……………………………………..

Omcirkel van onderstaande vragen telkens het juiste antwoord. De uitleg van de vragen staan in de VRS handleiding, zie p. 5.

1. Welke mate van visusstoornis is bij de cliënt van toepassing?

**2** – Slechtziend

**1** – Blind

1. Welke mate van gehoorstoornis is bij de cliënt van toepassing?

**0** – Geen stoornis

**1** – Slechthorend

**1** – Doof

1. Is er bij de cliënt sprake van epilepsie?

**1** – Ja

**0** – Nee

1. Is de cliënt bekend met duizeligheid?

**1** – Ja

**0** – Nee

**0** – Weet ik niet

1. Is er bij de cliënt osteoporose geconstateerd?

**1** – Ja

**0** – Nee

1. Is er bij de cliënt sprake van incontinentie?

**0** – Ja

**0** – Nee

**1** – Nee, maar er is sprake van moeite met het ophouden van urine en/of ontlasting.

1. Heeft de cliënt moeite met bewegen?

**2** – Ja

**0** – Nee

**1** – Soms

1. Maakt de cliënt gebruik/ incidenteel gebruik van een hulpmiddel?(bijvoorbeeld: rollator/rolstoel/aangepast schoeisel)

**1** – Ja

**0** – Nee

**0** – Onbekend

1. Gebruikt de cliënt medicatie?

**1** – Ja, minder dan 5

**2** – Ja, vijf of meer dan 5

**0** – Nee

1. Betreft de medicatie één of meerdere middelen? (Uitleg van de medicatie is te lezen in handleiding op p. 5.

**1** – Psychofarmaca

**1** – Cardiovasculaire

**0** - Nee

**0.5** – Overige (omcirkel):

* Anti-epileptica
* Analgetica
* Anti-diabetica/insuline
* Urologica
* Anti-parkinson
* Anti-vertigo
* Antihistaminia
1. Is de cliënt afgelopen kalenderjaar gevallen?

**2** – Ja

**0** – Nee

**0** – Onbekend

1. Is er bij de cliënt sprake van angst voor vallen?

**1** – Ja

**0** – Nee

**0** – Onbekend

1. Verplaatst/oriënteert de cliënt zich binnenshuis in een vertrouwde omgeving, zelfstandig zonder hulp van begeleiding?

**1** – Ja

**0** - Nee

1. Verplaatst/oriënteert de cliënt zich zelfstandig, zonder hulp van een begeleider, buitenshuis op het terrein van wonen en/of werken?

**1** – Ja

**0** – Nee

1. Verplaatst/oriënteert de cliënt zich zelfstandig, zonder hulp van een begeleider, op openbaarterrein?

**1** – Ja

**0** – Nee

1. Is de cliënt overdag zonder aanwezigheid van begeleiding in de woonruimte?

**1** – Ja

**0** – Nee

**0.5** – Soms

1. Is de cliënt ’s nachts zonder aanwezigheid van begeleiding in de woonruimte?

**1** – Ja

**0** – Nee

**0.5** – Soms

1. Hoeveel beweegt de cliënt dagelijks bij elkaar opgeteld? (incl. sportief bewegen)

**0** – 0 tot 14 mintuen

**0.5** – 15 tot 30 minuten

**1** – langer dan 30 minuten

**Totaalscore:**

Eventuele opmerkingen:

# Handleiding Valrisico-Score (VRS)

Dit meetinstrument is ontwikkeld voor het inventariseren van een mogelijk risico op vallen en/of valgeschiedenis. Het meetinstrument is gevalideerd voor mensen met een visuele beperking en daarbij een verstandelijke beperking. Bij een totaalscore van negen of hoger is er bij deze doelgroep sprake van een verhoogd valrisico. Dit meetinstrument is ook toepasbaar voor mensen met een visuele beperking zonder verstandelijke beperking. In dit geval is er sprake van een verhoogd valrisico bij een totaalscore van elf of hoger (validiteit afkapwaarde zal nog vastgesteld worden).

 **Uitleg bij vragen uit de VRS Vragenlijst**

1. Geef aan of de visusstoornis onder slechtziendheid of blindheid valt.
2. Welke mate van gehoorstoornis is vastgesteld. Onder slechthorendheid wordt binnen Bartiméus verstaan; gehoor beperking aan één of twee oren.
3. Is de diagnose epilepsie gesteld?
4. Is de cliënt naar eigen zeggen duizelig of lijkt de cliënt duizelig te kunnen zijn (bijvoorbeeld bij verandering in houding)?
5. Is de diagnose osteoporose gesteld? Het voorstadium van osteoporose (osteopenie) valt niet onder osteoporose.
6. Met incontinentie wordt bedoeld: ongewild verlies van urine en/of ontlasting ongeacht de frequentie en/of tijdstip, overdag en/of ‘s nachts.
7. Voorbeelden van moeite met bewegen kunnen zijn: langzamer lopen, kleinere stappen, moeite met optillen van de voeten, brede stap, snel verlies van het evenwicht, pijn bij bewegen of pijnlijke gewrichten, toename in onzekerheid, houterige beweging, moeite met het doseren van kracht, problemen met het starten of stoppen van een beweging op het juiste moment, trillen bij de aanzet tot een beweging.
8. Hulpmiddelen die worden bedoeld zijn hulpmiddelen die de mobiliteit van de cliënt ondersteunen. (m.u.v. hulpmiddelen voor eet/drink/spraak, taststok, steunzolen)
9. Onder medicatie worden géén voedingssupplementen gerekend.
10. Psychofarmaca = geneesmiddelen bij psychische aandoeningen. Zoals;
* Antidepressiva= een stemmingsregulatie bij symptomen van een depressie
* Sedativa= bewustzijn verlagende geneesmiddelen bijvoorbeeld bij nervositeit
* Antipsychotica = geneesmiddel met als doel symptomen van een psychose tegen te gaan.
* Cardiovasculaire medicatie = geneesmiddel voor controle of het voorkomen van bepaalde hart en vaatziekten. Zoals:
* Diuretica= plastabletten die overtollig vocht afvoeren via de urine, Antihypertensie= geneesmiddel wat de bloeddruk verlaagt
* Anti-arhytmica= geneesmiddel die voornamelijk gebruikt wordt bij hartritmestoornissen
* Vasodilatantia = vaatverwijders.

Overig:

* Anti-epileptica= middel tegen epilepsie
* Analgetica = middelen tegen pijn, maar alleen de zeer sterke geven verhoogde kans op vallen)
* Anti-diabetica/insuline = medicatie tegen diabetes
* Urologica= medicatie bij incontinetie
* Anti-parkinson = medicatie tegen parkinson klachten
* Anti-vertigo= medicatie tegen draaiduizeligheid
* Antihistaminia= medicatie bij allergieën
1. Onder vallen wordt verstaan: het onvrijwillig vanuit staande, zittende of liggende houding op een ander niveau terecht komen.
2. Zegt de cliënt of laat de cliënt merken dat hij of zij bang is om te vallen. Eventueel alleen in specifieke situaties.
3. Cliënt gaat binnenshuis zelfstandig (gericht) op pad (zonder nabijheid van een ander) in een voor de cliënt bekende omgeving (eigen woning/werk/dagbesteding).
4. Cliënt gaat buitenshuis zelf (gericht) op pad zonder nabijheid van begeleider in de voor de cliënt bekende woon of werkomgeving.
5. Cliënt gaat buitenshuis zelf op pad zonder nabijheid van begeleider op (vertrouwd) openbaarterrein (bijvoorbeeld in het eigen dorp).
6. Bij ‘ja’ is de cliënt langere tijd alleen (zonder toezicht van begeleiding) in de woonruimte aanwezig.
7. Bij ‘ja’ is de cliënt ’s nachts alleen (zonder fysieke aanwezigheid van begeleiding) in de woonruimte aanwezig.
8. Een optelsom in minuten van het dagelijks bewegen verspreid over de gehele dag.

Opmerkingen: