Afbeelding met donker, vasthouden, stad

Automatisch gegenereerde beschrijving

REDACTIONEEL ARTIKEL

VALLEN, EEN ERNSTIG RISICO

Auteur: Logo Kempen

VALLEN, EEN ERNSTIG RISICO

Een op de drie 65-plussers valt minstens één keer per jaar. En zo’n valpartij heeft vaak nare gevolgen, gevolgen die je liever vermijdt. Gelukkig kan je de kans op vallen makkelijk zelf verkleinen door actief te zijn en je veiligheid te verhogen. Hoe sneller je daarmee begint, hoe beter.

* De kans dat je als oudere op de spoedgevallendienst belandt omwille van een valpartij is  
  10 maal groter dan als gevolg van een verkeersongeval.
* Een valpartij kan veroorzaakt worden door het dragen van verkeerde schoenen.
* Na een valpartij loop je meer risico om te worden opgenomen in een ziekenhuis of woonzorgcentrum.

Het is raadzaam om je huisarts te raadplegen:

* Na een val
* Bij aanhoudende duizeligheid
* Bij loop- en/of evenwichtsproblemen

Meer lezen: www.valpreventie.be

*Aandachtspunten voor publicatie:*

*1. Artikel mag gepubliceerd worden in het gemeentelijk informatieblad, website, nieuwsbrief*

*2. Bronnen vermelden aub*

*3. Indien je een Gezonde Gemeente bent dan adviseren wij om ook het logo van Gezonde Gemeente toe te voegen aan het artikel.*