

Samenvatting resultaten onderzoek 'Vallen voorkomen'

Resultaten onderzoek naar perspectief op de invloed van medicatie op vallen en de rol van de apotheker

In juni en juli 2025 heeft het AMP-panel meegedaan aan een vragenlijst over de kans om te vallen en de invloed van medicatie op deze kans. Dit onderzoek is uitgevoerd door de Universiteit Utrecht.

Waarom is dit onderzoek uitgevoerd?

Eén derde van de mensen ouder dan 65 jaar valt minimaal één keer per jaar. Er zijn verschillende oorzaken voor vallen. Belangrijke oorzaken voor vallen zijn weinig beweging, struikelen over obstakels (thuis of buiten) en medicatiegebruik.

Apotheekmedewerkers hebben kennis van medicatie. Zij kunnen beoordelen of de medicatie veilig is voor iemand die valt. Op dit moment weten we nog niet veel over wat de apothekers doet om vallen bij ouderen te voorkomen.

Wat is onderzocht?

Het doel van het onderzoek was om inzicht te krijgen in de ervaringen van oudere mensen met activiteiten die worden gedaan om de kans op vallen te verkleinen, waaronder de beoordeling van de veiligheid van het medicatiegebruik bij een hoge valkans. Daarnaast was het doel om inzicht te krijgen in hoe oudere mensen aankijken tegen de rol van de apotheker bij het verlagen van de kans om te vallen door geneesmiddelen.

Wie deden mee?

- 2456 vragenlijsten waren ingevuld door mensen vanaf 65 jaar die minimaal één medicijn gebruiken.
- De gemiddelde leeftijd van deze groep was 74 jaar. Ongeveer 60% was man en ongeveer 40% was vrouw.
- 55% van deze mensen gebruikte 5 of meer geneesmiddelen tegelijkertijd.

- 83% van deze mensen gebruikte een medicijn dat invloed kan hebben op de kans om te vallen.
- 25% was het afgelopen jaar minimaal één keer gevallen. Bijna 60% van de mensen die gevallen waren was meer dan 1x gevallen.

Doen oudere mensen iets om vallen te voorkomen?

- In totaal deed 64% niets om de kans op vallen te verkleinen.
- Van de mensen die niet gevallen zijn deed slechts 28% iets om vallen te voorkomen.
- Van de mensen die wel eerder gevallen zijn deed 59% iets om vallen te voorkomen.
- De meeste mensen (60%) die iets doen om de kans op vallen te verkleinen, hebben deze maatregelen zelf bedacht. Slechts 6 personen (0,7%) hadden maatregelen genomen die door de apotheek waren geadviseerd.

Hoe kijken mensen aan tegen de invloed van medicatie op vallen?

- 60% van alle mensen dacht dat hun medicatie géén invloed heeft op hun kans om te vallen. Slechts 10% dacht van wel. De overige mensen wisten het niet (30%).
- Mensen die een medicijn gebruiken dat de kans op vallen kan vergroten dachten vaker dat dit medicijn dat kon doen (11%) dan mensen die niet zo'n medicijn gebruiken (4%).

Ervaringen met medicatiebeoordelingen

- Bij ongeveer 10% van alle mensen is in de afgelopen drie jaar gecontroleerd of hun medicatie veilig was (= een medicatiebeoordeling) om zo de kans om te vallen te verminderen.
- Van alle mensen die eerder zijn gevallen heeft 18% een medicatiebeoordeling gehad. Slechts 7% van de mensen die niet gevallen waren hebben dit gehad.
- Bij 40% van de mensen die een medicatiebeoordeling hadden gehad was de medicatie daarna aangepast.

- De zorgverlener die het vaakst betrokken was bij een medicatiebeoordeling was de huisarts of praktijkondersteuner (70%).
- Een derde van de mensen die een medicatiebeoordeling hebben gehad gaf aan dat de apotheker betrokken was.

Behoeften en verwachtingen

- 47% van de mensen wilden graag dat de apotheker en huisarts gezamenlijk de veiligheid van de medicatie gaan controleren bij hun kans om te vallen.
- 87% van de mensen vinden dat zorgverleners hen moet informeren als hun medicatie de kans op een val kan vergroten.
- Mensen wilden vaker de veiligheid van hun medicatie bij vallen bespreken met hun huisarts (40%) dan met hun apotheker (20%). Een deel van de mensen had geen voorkeur (40%).

Wat betekent dit voor u als oudere?

Veel mensen gebruiken medicatie die de kans op vallen kan vergroten. De meeste mensen weten het niet dat hun medicatie deze bijwerking kan geven. Bij iedereen heeft zo'n medicijn een andere invloed. Sommige mensen kunnen sneller vallen door hun medicijnen, bij anderen is dat niet zo. Het is wel belangrijk dat u het weet als u een medicijn gebruikt dat invloed heeft op uw kans om te vallen.

Gebruikt u medicatie en wilt u graag weten of u hierdoor eerder kan vallen? Geef dit dan aan bij uw apotheek en zij kunnen dit voor u controleren.

De onderzoekers gaan verder met onderzoek naar hoe de apotheker een grotere rol kan spelen bij het voorkomen van vallen door medicijnen en hoe ouderen hierover beter geïnformeerd kunnen worden.