

Samenvatting dissertatie Dr. Lotte Enkelaar

On one's own feet; Falls, risk factors and falls prevention in persons with intellectual disabilities

Proefschrift Radboud Universiteit Nijmegen. Op 16 april 2014 is Lotte Enkelaar gepromoveerd op het onderwerp valproblematiek bij mensen met verstandelijke beperkingen.

Een val kan vervelende gevolgen hebben. Vanuit eerder onderzoek bestond het vermoeden dat mensen met verstandelijke beperkingen vaker zouden vallen. Er was echter nooit eerder prospectief onderzoek uitgevoerd naar de risicofactoren en daaraan gekoppelde mogelijkheden ter preventie van vallen bij mensen met verstandelijke beperkingen. Het doel van dit onderzoek is tweeledig: bepalen van de belangrijkste risicofactoren voor vallen bij mensen met verstandelijke beperkingen en verkennen van mogelijkheden voor valpreventie. Hierbij ligt de nadruk op de relatie tussen vallen en mobiliteitsproblemen, omdat deze in de algemene populatie ouderen de belangrijkste risicofactor is gebleken.

In het proefschrift is een indeling gemaakt in drie delen. Het eerste deel bestudeert balans en loopproblemen bij mensen met verstandelijke beperkingen, het tweede deel gaat over het onderzoek naar vallen en risicofactoren voor vallen bij mensen met verstandelijke beperkingen en het derde en laatste deel onderzoekt de mogelijkheden voor valpreventie bij mensen met verstandelijke beperkingen.

Deel I: Balans en loopproblemen bij mensen met verstandelijke beperkingen

Hoofdstuk 2 van het proefschrift is een literatuurstudie naar balans- en loopproblemen bij mensen met verstandelijke beperkingen. Een systematische zoekstrategie heeft 48 artikelen opgeleverd. Uit de literatuur bleek dat mensen met verstandelijke beperkingen in vergelijking met hun leeftijdsgenoten minder goede balans en loopfuncties hebben. Vanuit deze resultaten is een conceptueel model opgesteld waarbij de ontwikkeling van de mobiliteit van mensen met en zonder verstandelijke beperkingen wordt vergeleken. Daarnaast waren er aanwijzingen dat balans- en loopproblemen verminderd kunnen worden door specifieke trainingen.

Het doel van de in hoofdstuk 3 beschreven studie is enerzijds bepalen van de haalbaarheid van verschillende veel gebruikte klinische mobiliteitstesten bij mensen met milde tot matige verstandelijke beperkingen en anderzijds onderzoeken of zij anders scoren dan hun leeftijdsgenoten uit de algemene populatie. Hiervoor zijn bij 76 mensen met milde tot matige verstandelijke beperkingen en bij 20 controlepersonen van vergelijkbare leeftijd de volgende testen afgenomen: de Berg Balans Schaal, de Functionele Rijktest, de Timed Up and Go Test, de Single Leg Stance en de Ten Metre Walking Test. Het onderzoek toont aan dat de verschillende klinische mobiliteitstesten goed uit te voeren waren in deze populatie, maar dat de scores significant slechter zijn dan van de controlegroep op alle mobiliteitstesten. Verder blijkt dat hun scores vooral samenhangen met leeftijd, Body Mass Index, aantal co-morbiditeiten, stabiliteit en valangst.

Deel II: Vallen en risicofactoren voor vallen bij mensen met verstandelijke beperkingen

Hoofdstuk 4 laat de resultaten zien van een prospectieve studie naar valincidentie, omstandigheden en gevolgen van vallen bij mensen met milde tot matige verstandelijke beperkingen van 50 jaar en ouder. Gedurende één jaar hielden 82 deelnemers en hun begeleiders het aantal valincidenten bij middels een valkalender. De deelnemers moesten elke dag een sticker plakken met of ze waren gevallen of niet. Indien ze waren gevallen, moest een vragenlijst worden ingevuld over de omstandigheden en gevolgen van de val. De vragenlijst bevatte vragen over de datum, het tijdstip, de locatie, de richting, mogelijke oorzaak en letsel als gevolg van de val. Uit het onderzoek is naar voren gekomen dat ouderen met een verstandelijke beperking vaker vallen dan ouderen in de algemene populatie. Zij hadden gemiddeld 1,00 val per persoon per jaar. Bijna de helft van de deelnemers viel een of meer keren. De meeste vallen gebeurden tijdens het lopen (63%), buitenshuis (62%) in een

vertrouwde omgeving (89%). Van deze valincidenten was er bij 12% sprake van ernstige blessures, waarvan ongeveer de helft fractures waren. Opvallend is dat de gevonden omstandigheden waaronder een val plaatsvond en de gevolgen relatief gelijk zijn aan die uit de algemene populatie, maar dat de frequentie waarmee gevallen wordt door mensen met verstandelijke beperkingen hoger ligt.

Hoofdstuk 5 beschrijft de eerste prospectieve studie naar de risicofactoren voor vallen bij mensen met milde tot matige verstandelijke beperkingen van boven de 50 jaar. Aan deze longitudinale cohortstudie hebben 78 ambulante mensen met milde tot matige verstandelijke beperkingen deelgenomen. Allereerst zijn diverse eigenschappen op het gebied van het motorisch functioneren, cognitief functioneren, gedrag en gezondheid van de deelnemers in kaart gebracht. Vervolgens hebben de deelnemers en hun begeleiders gedurende één jaar het aantal valincidenten bijgehouden middels een valkalender. Van de deelnemers viel 46%. Opvallend is dat deelnemers met een milde verstandelijke beperking, een hoge fysieke activiteit, goede oog-handcoördinatie en goede aandacht vaker vielen. Waarschijnlijk komt dit doordat zij meer worden blootgesteld aan risicovolle situaties. Mensen met een verstandelijke beperking zijn ook in dat opzicht sterk afhankelijk van hun omgeving en begeleiding.

Deel III: Valpreventie bij vallen bij mensen met verstandelijke beperkingen

Ten slotte zijn twee manieren beproefd om vallen bij mensen met verstandelijke beperkingen te voorkomen. Hoofdstuk 6 beschrijft een speciale 'valpolikliniek' voor ouderen met verstandelijke beperkingen. Hierbij wordt door middel van multifactorieel screening door een Arts voor Verstandelijke Gehandicapten (AVG) en fysiotherapeut onderzocht of er geschikte interventies kunnen worden voorgeschreven met als doel vallen in de toekomst te voorkomen. Bij 26 mensen met verstandelijke beperkingen en een valgeschiedenis is deze methodiek uitgetoetst. Naar aanleiding van de screening zijn 50 interventies voorgeschreven. De valpolikliniek is goed ontvangen door zorgprofessionals en deelnemers, maar er waren nog wel logistieke problemen voor het goed kunnen laten functioneren van de valpolikliniek. Daarnaast is er de wens voor een screeningsinstrument om te kunnen bepalen of iemand baat zou kunnen hebben bij de valpolikliniek.

Hoofdstuk 7 evalueert of een hindernissenparcours balans en lopen kan verbeteren en vallen kan voorkomen bij mensen met verstandelijke beperkingen. Het hindernissenparcours is afkomstig uit het "Vallen Verleden Tijd" programma en leert mensen omgaan met risicovolle situaties. Een groep van 39 ambulante personen met verstandelijke beperkingen en een valrisico volgden 10 lessen met het hindernissenparcours. In het jaar na de training lag het aantal valincidenten 82% lager dan in het jaar ervoor. Ook bij mensen met verstandelijke beperkingen zijn er dus veelbelovende mogelijkheden voor valpreventie.

Dit promotieonderzoek is uitgevoerd in opdracht van het consortium 'Sterker op eigen benen', een samenwerking tussen het Radboudumc en drie zorginstellingen voor mensen met verstandelijke beperkingen: Dichterbij, Siza en Pluryn. De promotoren waren prof. dr. Sander Geurts en prof. dr. Henny van Schrojenstein Lantman – de Valk en copromotoren dr. Vivian Weerdesteyn en dr. Ellen Smulders.