
Behandeling van valangst na een heupfractuur

Auteurs: Maaïke Scheffers-Barnhoorn

Kernwoorden: valangst

Keywords: Fear of falling

Kan behandeling van valangst na een heupfractuur bijdragen aan een beter herstel voor ouderen? Dit was een van de vragen van het proefschrift getiteld '*Management of fear of falling after hip fracture*'.

In Nederland worden jaarlijks ongeveer 17.500 ouderen in het ziekenhuis opgenomen vanwege een heupfractuur. Na operatieve behandeling volgt vaak een langdurig revalidatie traject. Een deel van de groep herstelt niet volledig, ondanks de inzet van multidisciplinaire behandeling. In deze doelgroep is valangst een veelvoorkomend probleem, en dit werd eerder geïdentificeerd als een belangrijke risicofactor voor verminderd herstel. Valangst kan ertoe leiden dat men activiteiten gaat vermijden en minder gaat bewegen, wat vervolgens een negatief effect kan hebben op het herstelproces. In de FIT-HIP studie werd daarom onderzocht of behandeling van valangst, vroeg in de revalidatie na een heupfractuur, effectief was om valangst te doen verminderen en het fysiek herstel te verbeteren.

De FIT-HIP behandeling is een cognitieve gedragsmatige interventie en omvat onder andere *guided exposure*, *cognitieve therapie*, *voorlichting* en *terugvalpreventie*. De interventie werd geïntegreerd in het regulier behandelprogramma van de intramurale multidisciplinaire geriatrische revalidatie (GR) voor patiënten met een heupfractuur. Fysiotherapeuten werden getraind om de behandeling uit te voeren en werden waar nodig ondersteund door psychologen voor de cognitieve therapie.

De effectiviteit van de behandeling werd getoetst middels een cluster randomized controlled trial. Vanuit 11 GR instellingen werden 79 deelnemers geïnccludeerd. In vergelijking met usual care in GR, was de FIT-HIP interventie niet effectief om valangst te verminderen, zowel direct na de GR, alsook tot 6 maanden na ontslag. Ook de mobiliteit en de zelf-gerapporteerde vermijding van activiteiten verschilde niet tussen de groepen.

De resultaten zijn waarschijnlijk grotendeels te verklaren door de ruime inclusiecriteria in deze studie, en daarnaast de timing van de behandeling – kort na fractuur. Resultaten van de FIT-HIP procesevaluatie laten zien dat een beperkte mate van valangst na inclusie een belangrijke barrière was voor de uitvoering van de interventie. Op basis van de huidige literatuur zijn er aanwijzingen dat valangst kort na fractuur (2-4 weken) niet geassocieerd is met de negatieve effecten op functioneel herstel. Mogelijk kan een bepaalde mate van valangst in de vroege fase na een heupfractuur 'functioneel' zijn (een adequate reactie), en is behandeling niet voor alle patiënten met valangst passend.

De selectie van de doelgroep blijft echter een belangrijke aandachtspunt voor onderzoek en praktijk; hoe herkennen we patiënten met *niet-functionele* valangst? Aanhoudende valangst kan mogelijk wijzen op niet-functionele valangst, evenals overmatige vermijding van activiteiten of een hoge mate van spanning/ angst. Resultaten van een longitudinale studie van dit proefschrift laten zien dat een kwart van de patiënten na een heupfractuur aanhoudende valangst heeft tot 12 weken na fractuur, met hoge valangst levels en een verminderd herstel. Tijdige identificatie en behandeling van *niet-functionele* valangst is van belang, en het advies is daarom: screen tot 12 weken na fractuur structureel en regelmatig op valangst, én op de gevolgen die het heeft op het dagelijks functioneren. Overweeg 'Zicht op Evenwicht' als behandelprogramma voor valangst in de thuissituatie.



Op donderdag 2 februari 2023 verdedigde Maaïke Scheffers-Barnhoorn haar proefschrift. Het volledige proefschrift is te downloaden op:

<https://epubs.ogc.nl/?epub=mscheffers&k=6ba8166d-748a-4974-a4c7-b9194e473bfc>

Auteurs

Maaïke Scheffers-Barnhoorn

Universiteit Leiden

Universiteit Leiden

corresponderend auteur:

e-mail: M.N.Scheffers-Barnhoorn@lumc.nl
