



Zwaar belaste mantelzorgers

Onder Zeeuwse volwassenen
(19-64 jarigen)

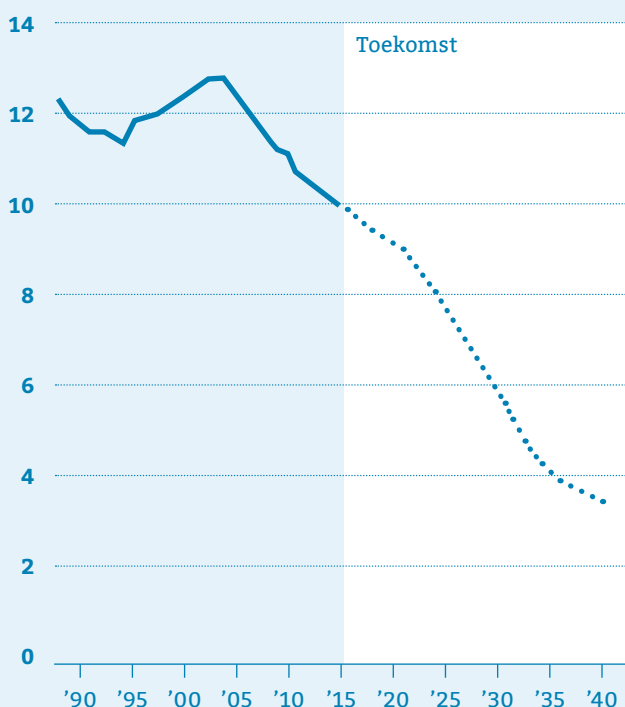
Druk op mantelzorg zal in de toekomst toenemen

Het aantal mensen met ouderdomsziekten zal fors toenemen door de vergrijzing. Hierdoor neemt de druk op het gehele zorgsysteem toe, van mantelzorg tot eerstelijnszorg en van spoedzorg tot verpleeghuiszorg (bron: VTV, 2018).

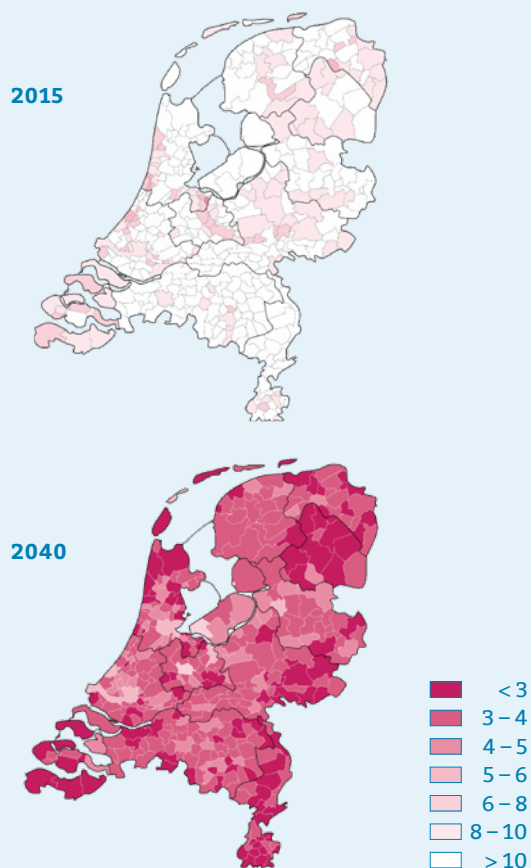
Daar komt, op basis van het huidige beleid, bij dat mensen langer zelfstandig thuis zullen blijven wonen. Omzien naar elkaar en mantelzorgondersteuning wordt steeds belangrijker. Analyses van het RIVM laten echter zien dat het aantal mogelijk beschikbare mantelzorgers (mantelzorgpotentieel: ratio 50-64 jarigen en 85-plussers) in de toekomst afneemt (zie figuur 1). Nu zijn er gemiddeld in Nederland nog ongeveer tien 50-64 jarigen voor iedere 85-plusser. In 2040 is dit aantal nog maar vier. Ook hier zijn er regionale

verschillen. In veel gemeenten aan de rand van Nederland, die een sterke vergrijzing zullen kennen, zal deze verhouding ver onder het landelijk gemiddelde van vier 50-64 jarigen per 85-plusser komen (zie figuur 2). Door de daling van het aantal (beschikbare) mantelzorgers zal de druk op de mensen die mantelzorg geven toenemen. Ook is het de vraag of mensen die hulp nodig hebben deze nog wel kunnen krijgen of op andere professionele vormen van hulp zijn toegewezen.

Ontwikkeling mantelzorgpotentieel 2015-2040 Ratio 50 – 64-jarigen en 85-plussers



figuur 1: Ontwikkeling mantelzorgpotentieel 2015-2040.
Bron: CBS, gegevens bewerkt door RIVM



figuur 2: Mantelzorgpotentieel per gemeente in 2015 en 2040. Bron: PBL/CBS, bewerkt door RIVM

Deze factsheet geeft meer inzicht in de Zeeuwse situatie rondom mantelzorgers en de belasting die zij ervaren. Hiervoor worden cijfers uit de Gezondheidsmonitor Zeeland gebruikt. Ruim 4.000 inwoners van 19 tot en met 64 jaar hebben in 2016

een vragenlijst ingevuld waarin ook het geven van mantelzorg is opgenomen. In de Gezondheidsmonitor wordt de volgende definitie gehanteerd voor een mantelzorger: iemand die 3 maanden of langer mantelzorg geeft en/of 8 uur per week of meer.

Zeeland heeft de meeste mantelzorgers, maar in verhouding weinig zwaar belaste mantelzorgers

In Nederland geeft 14% van de bevolking van 19 tot en met 64 jaar mantelzorg (voor minimaal 8 uur per week en/of langer dan 3 maanden). Van alle regio's in Nederland is het percentage mantelzorgers in Zeeland het hoogst (20%). Voor Zeeland komt dat neer op bijna 43.000 mantelzorgers van 19 tot en met 64 jaar. Van de groep Zeeuwse mantelzorgers voelt

11% zich zwaar belast¹ (tamelijk zwaar, zeer zwaar belast of overbelast). Dit percentage is in vergelijking met andere regio's in Nederland het laagst in Zeeland (11% in vergelijking met 15% in Nederland).

In Zeeland gaat het om een groep van ruim 4.700 mantelzorgers van 19 tot en met 64 jaar die zich zwaar belast voelen.

Kenmerken zwaar belaste mantelzorgers

In de groep zwaar belaste mantelzorgers geven relatief veel mensen mantelzorg aan hun partner, doen ze dit meer dan 21 uur per week en ervaren zij een grotere vraagverlegenheid: zij vinden het erg moeilijk om hulp te vragen bij problemen met de eigen gezondheid.

Andere kenmerken van de groep zwaar belaste mantelzorgers zijn: meer moeite hebben met rondkomen, hebben vaker een langdurige ziekte en zijn (ernstig) beperkt in de activiteiten, voelen zich vaker eenzaam, hebben een slechtere ervaren gezondheid, voelen zich vaker psychisch ongezond, ervaren minder regie op het eigen leven en hebben vaker kans op depressieve klachten.



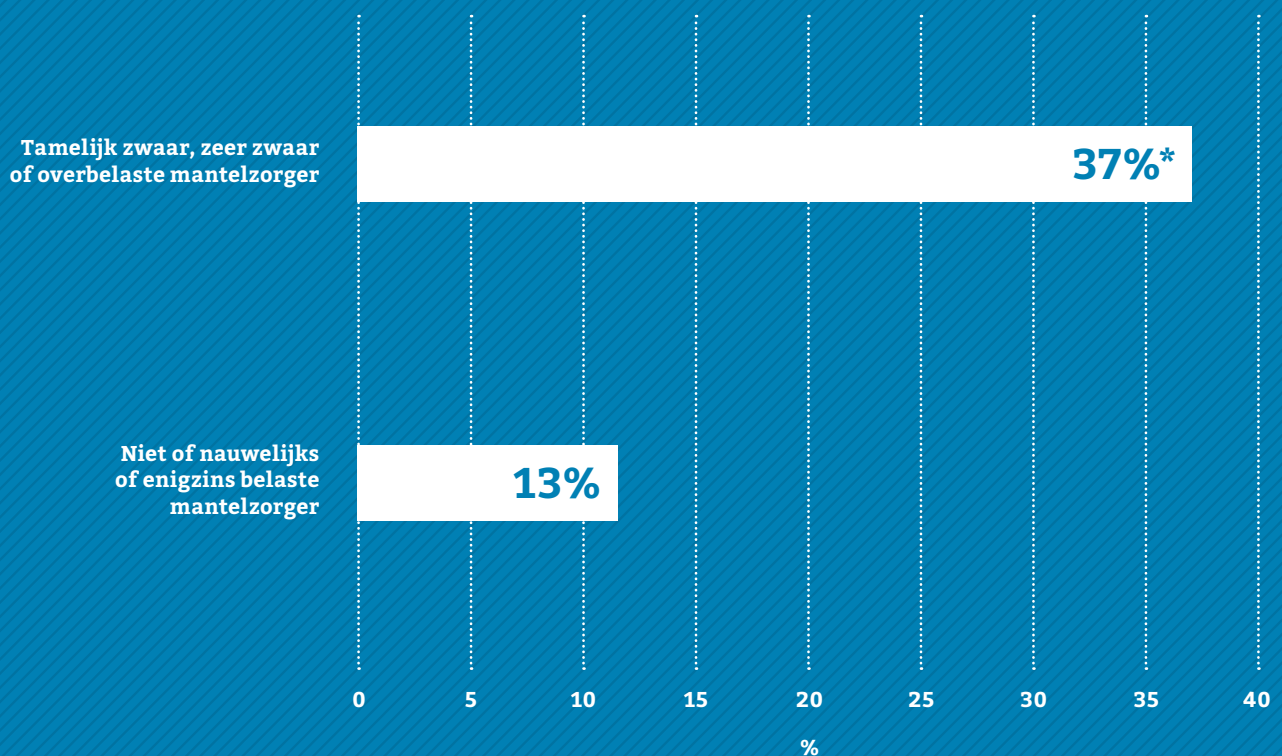
¹ De volgende vraag in de Gezondheidsmonitor is gesteld: 'Sommige mensen voelen zich erg belast door de verzorging van een ander. Zij vinden de zorg zwaar en moeilijk vol te houden. Voor andere mensen geldt dat minder. Alles bij elkaar genomen, hoe belast voelt u zich momenteel?' Antwoordcategorieën: niet of nauwelijks belast, enigszins belast, tamelijk zwaar belast, zeer zwaar belast en overbelast.

Zwaar belaste mantelzorgers ervaren meer stress

Gemiddeld genomen ervaren mantelzorgers evenveel stress als niet-mantelzorgers (15% respectievelijk 14%). Maak je echter binnen de groep mantelzorgers onderscheid naar de mate van belasting, dan blijken zwaar belaste mantelzorgers veel vaker stress te ervaren. Zo heeft 37% van hen stress, terwijl dit onder mantelzorgers die niet of licht belast zijn, 13% is, zie figuur 4. Het is niet zozeer het mantelzorgers zijn dat meer stress oplevert, dan wel dat mantelzorgers die zwaar belast zijn meer stress ervaren.



Heeft (heel) veel stress ervaren in de afgelopen 4 weken



figuur 4: Stress naar belasting mantelzorgers.
Bron: GGD Gezondheidsmonitor Volwassenen 2016

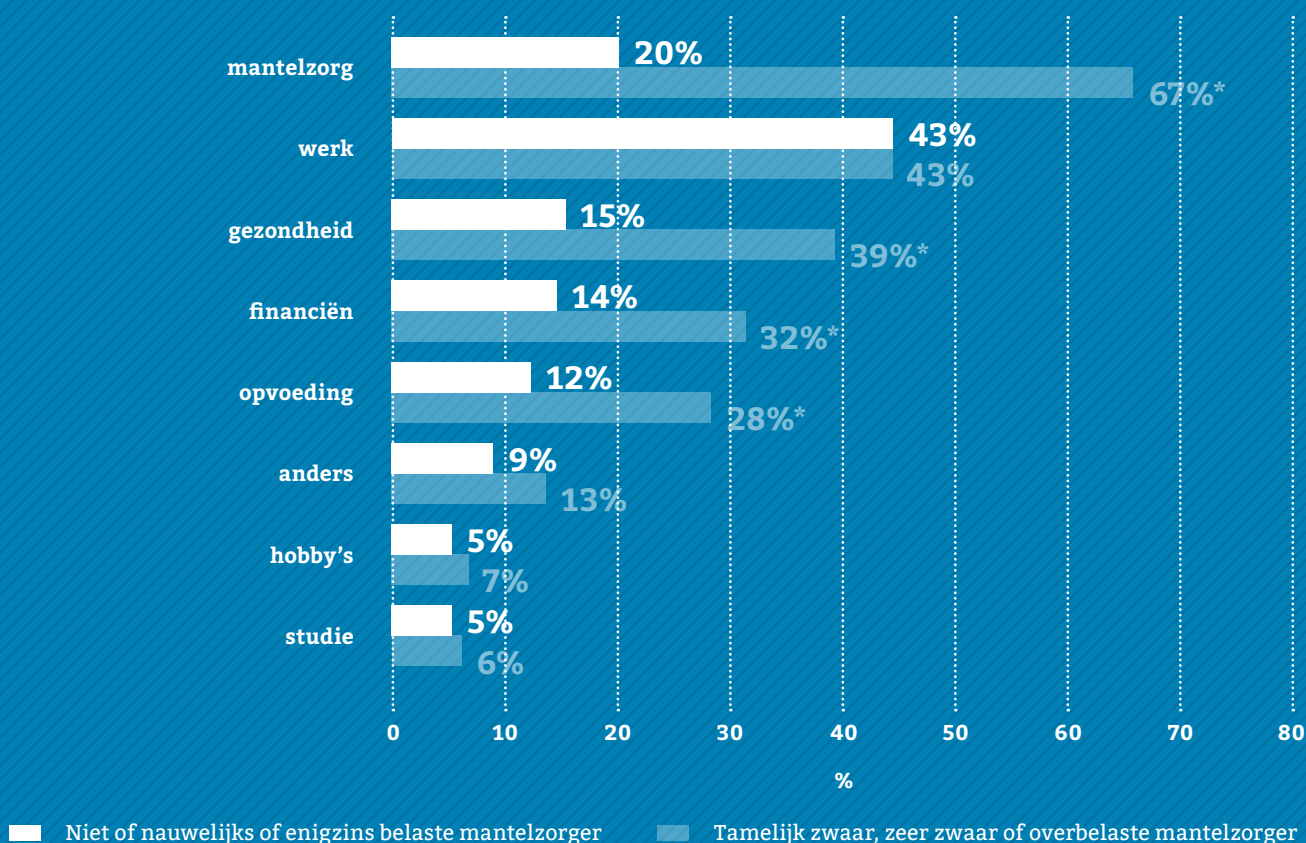
* significant verschil (niet op toeval berustend, gecorrigeerd voor geslacht, leeftijd en opleidingsniveau) tussen zwaar belaste en niet-belaste mantelzorgers.

Ook meer stress op andere gebieden dan mantelzorg

Zwaar belaste mantelzorgers ervaren niet alleen vaker stress door de mantelzorg zelf, maar ook vaker op gebied van gezondheid, financiën en opvoeding dan niet-belaste mantelzorgers, zie figuur 5. Het is daarbij niet duidelijk of stress op een van deze gebieden een oorzaak of gevolg is van de stress gerelateerd aan mantelzorg. Het geven van mantelzorg kan negatieve gevolgen hebben voor de gezondheid van de mantelzorger zelf. Mantelzorgers hebben daarnaast vaak ook andere verantwoordelijkheden zoals hun baan en het hebben

van een gezin. De combinatie van taken kan leiden tot dubbele belasting. Als mensen zich verplicht voelen om de mantelzorg te blijven geven, zullen zij ook niet snel stoppen met het geven van deze mantelzorg en is er een kans op overbelasting (Bron: Bom J. et al., juli 2018). Uit de literatuur blijkt ook dat de helft van de mantelzorgers extra kosten maakt door de mantelzorg (o.a. reis- en telefoonkosten). Van de personen die door de mantelzorgtaak kosten hebben, zegt 15% dat zij de kosten (zeer) moeilijk kunnen betalen (Bron: De Klerk M. et al., 2017).

Afgelopen 4 weken (heel) veel stress ervaren door...



figuur 5. Dagelijkse activiteiten en stress naar belasting mantelzorgers. Bron: GGD Gezondheidsmonitor Volwassenen 2016

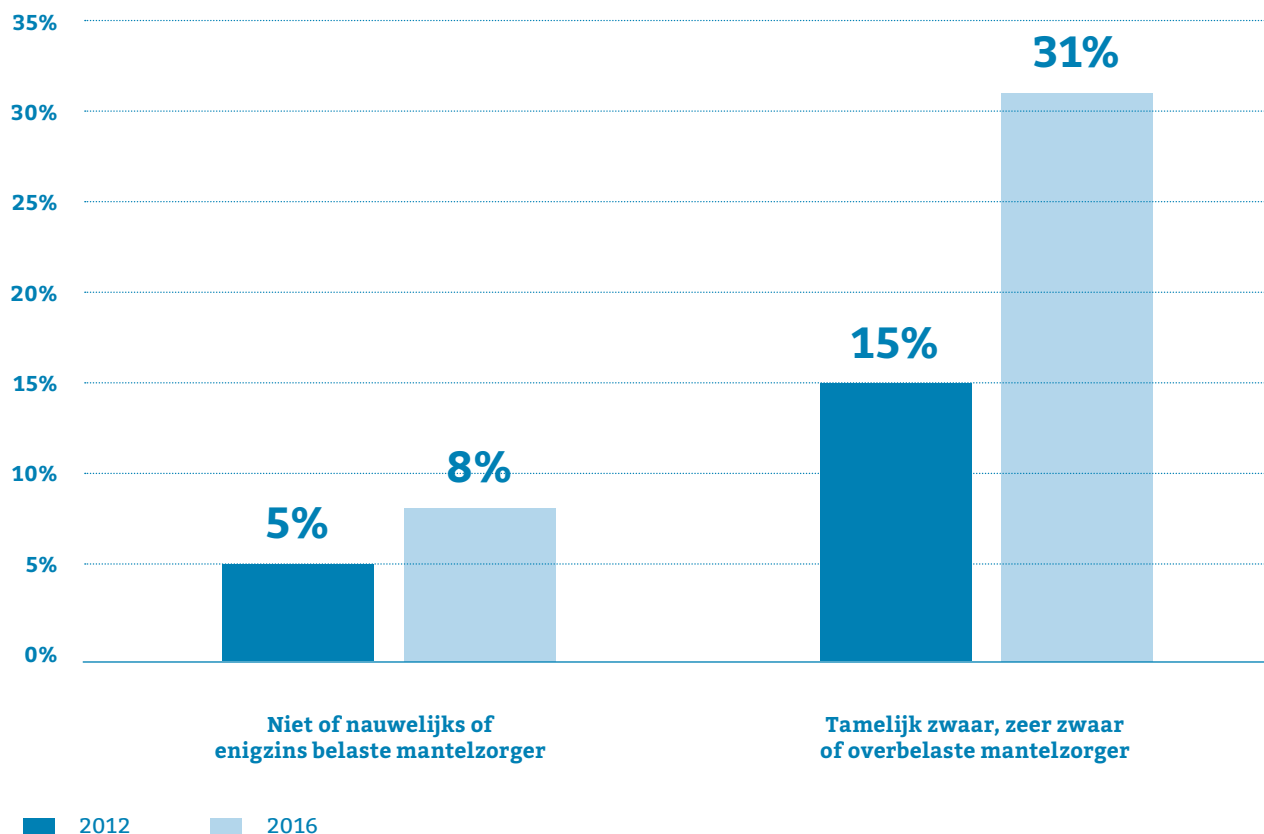
* significant verschil (niet op toeval berustend) tussen zwaar belaste en niet-belaste mantelzorgers

Gebruik ondersteuning mantelzorg lijkt toegenomen onder zwaar belaste mantelzorgers

Het gebruik van mantelzorgondersteuning onder zwaar belaste mantelzorgers lijkt toegenomen in 2016 ten opzichte van 2012², zie figuur 6. In 2016 weet bijna de helft van de niet-belaste mantelzorgers (49%) en zes op de tien zwaar belaste mantelzorgers (60%) waar ze terecht kunnen voor vragen en informatie over mantelzorgondersteuning.

Heeft het afgelopen jaar gebruik gemaakt van mantelzorgondersteuning

figuur 6: Trend gebruik van mantelzorgondersteuning naar mate van belasting mantelzorg. Het verschil in het gebruik van mantelzorgondersteuning onder zwaar belaste mantelzorgers tussen 2012 en 2016 is net niet significant. Bron: GGD Gezondheidsmonitor Volwassenen 2012 en 2016



² In 2015 hebben drie transities in het sociaal domein richting gemeenten plaatsgevonden: van AWBZ naar Wmo, Participatiewet en Jeugdwet. De Wmo 2015 bepaalt dat gemeenten verantwoordelijk zijn voor de ondersteuning van mantelzorgers via algemene voorzieningen en maatwerkvoorzieningen. Dit is een mogelijke verklaring voor de geziene toename in mantelzorgondersteuning in Zeeland.



Belangrijkste resultaten

- Zeeland heeft de meeste mantelzorgers, maar in verhouding weinig zwaar belaste mantelzorgers
- Kenmerken van de groep zwaar belaste mantelzorgers, ten opzichte van de minder belaste mantelzorgers, zijn dat zij meer uren mantelzorg geven dan, vaker mantelzorg geven aan een partner, een grotere vraagverlegenheid ervaren, meer moeite hebben met rondkomen, een slechtere lichamelijke en psychische gezondheid hebben, minder regie over hun eigen leven ervaren en vaker eenzaam zijn.
- Zwaar belaste mantelzorgers ervaren vaker stress. Ook op andere gebieden dan mantelzorg: gezondheid, financiën en opvoeding.
- Het gebruik van mantelzorgondersteuning onder zwaar belaste mantelzorgers is ten opzichte van vier jaar geleden toegenomen.



Discussie over toekomst mantelzorg noodzakelijk

Zeeland heeft het grootste percentage mantelzorgers in Nederland en in verhouding weinig zwaar belaste mantelzorgers. Het is echter zaak om goed voor deze groep mantelzorgers te (blijven) zorgen en om samen het gesprek aan te gaan over de toekomstige mantelzorg in Zeeland.

Een van de maatschappelijke opgaven in de VTV 2018 is dat de groep zelfstandig wonende ouderen met dementie en andere complexe problemen veel groter wordt. Bij deze opgave hoort het doel 'goed zorgen voor mantelzorgers', en in de VTV 2018 worden de belangrijkste actierichtingen geschetst om hieraan invulling te geven.

- *Zorg voor meer ondersteuning van mantelzorgers.*
Het gaat hierbij om informatie en handvatten voor hoe om te gaan met moeilijke situaties, maar ook om sociale, materiële en financiële steun en het aanbieden van respijtzorg. Hier liggen taken voor gemeenten, casemanagers, organisaties van mantelzorgers, zorg- en welzijnsprofessionals en zorginstellingen.
- *Wees alert op 'vraagverlegenheid' bij mantelzorgers.*
Veel mantelzorgers hebben behoefte aan ondersteuning, maar vinden het lastig om hier om te vragen. Dit vergt extra aandacht van

zorgprofessionals, casemanagers, gemeenten, werkgevers en onderwijsinstellingen.

- *Oog hebben voor de zorgvraag van de mantelzorg.*

Het geven van mantelzorg is zwaar, zowel mentaal, emotioneel als lichamelijk. Aandacht voor mentale en lichamelijke gezondheidsklachten bij mantelzorgers zou bijvoorbeeld in het zorgplan voor de hulpvrager kunnen worden opgenomen, maar ook in de opleidingen van zorgprofessionals. Hier liggen taken voor zorgprofessionals, casemanagers en gemeenten.

Daarnaast zal, gezien de geschetste demografische trends, de druk op de groep mantelzorgers in de toekomst toenemen. Het Sociaal Cultureel Planbureau (SCP) en Planbureau voor de Leefomgeving (PBL) pleiten voor een discussie over de betekenis hiervan voor de samenleving (De Jong et al., maart 2018):

‘Wat betekenen de geschetste demografische trends in de toekomst voor de praktische invulling van de zorg? Er is een grote kans dat het beroep op de jongere-ouderen om mantelzorg te bieden aan de oudere ouderen zal toenemen. Daarbij komt ook nog dat het waarschijnlijk is dat de jongere-ouderen in de toekomst ook aan andere taken meer tijd moeten besteden, denk bijvoorbeeld aan het steeds langer moeten blijven werken tot het bereiken van de pensioengerechtigde leeftijd, meer vrijwilligerswerk moeten verrichten en het vaker zorgen voor kleinkinderen indien hun ouders langer en (vooral de moeders) vaker full-time gaan werken. De jongere ouderen worden derhalve steeds vaker geconfronteerd met elkaar concurrerende vormen van tijdsbesteding, waardoor het geven van mantelzorg als extra belastend kan worden ervaren en hierdoor in het gedrang kan gaan komen. Waar vorige generaties al met zestig jaar een stapje terug konden doen, zal aan de toekomstige, steeds langer doorwerkende zestigers hard worden getrokken. Het zou verstandig zijn om de discussie over de betekenis hiervan voor de samenleving nu reeds te voeren.’



Meer informatie?

Voor meer cijfers over gezondheid en leefbaarheid van de Zeeuwen kunt u kijken op de ZeelandScan.

Bronnen

- <https://www.vtv2018.nl/ouderdomsziekten>
- <https://www.vtv2018.nl/handelingsopties-zelfstandigwonende-ouderen-zorgen-voor-mantelzorgers>
- Bom J. et al. *Informal caregiving, a healthy decision? Determinants and health-related consequences of providing informal care.* Netspar Survey Paper 52, July 2018
- Bom J. et al. *Health effects of caring for and about parents and spouses.* Netspar Survey Paper DP 05/2018-027
- De Jong A. et al. *Regionale ontwikkelingen in het aantal potentiële helpers van oudere ouderen tussen 1975-2040.* PBL, Den Haag, 2018
- De Klerk M. et al. *Informeel hulp: wie doet er wat?* SCP, Den Haag, 2015
- De Klerk M. et al. *Voor elkaar? Stand van de informele hulp in 2016.* SCP, Den Haag, december 2017
- <https://www.ggdzeeland.nl/voor-u-en-jou/uw-gezondheid/gezondheidsonderzoek/gezondheidsmonitor/volwassenen.htm>

Colofon



© GGD Zeeland, januari 2019
Voor vragen: onderzoek@ggdzeeland.nl

www.ggdzeeland.nl
www.zeelandscan.nl