

De dynamische effecten van mantelzorg op de gezondheid van de zorgverlener

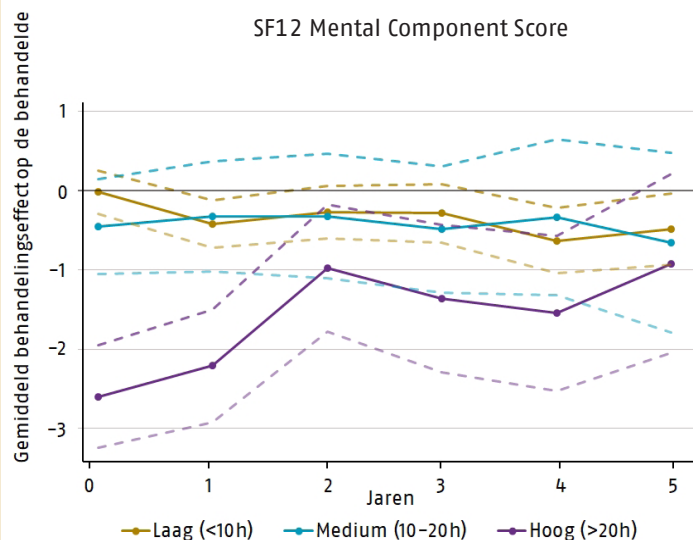
“Mensen die veel zorg verlenen, ervaren een aanzienlijke en aanhoudende psychische belasting”

Jannis Stöckel en Judith Bom – Erasmus School of Health Policy & Management

De vergrijzende samenlevingen in de ontwikkelde landen vormen een uitdaging voor de stelsels van gezondheidszorg. Mantelzorg door familieleden of vrienden kan voorzien in de groeiende behoefte aan langdurige zorgverlening. Deze vorm van zorg biedt gezondheidsvoordelen voor de ontvangers en vermindert de totale uitgaven op het gebied van volksgezondheid. Maar juist mensen die veel zorg verlenen ervaren een aanzienlijke en aanhoudende psychische belasting. In dit licht bezien moet de inzet van mantelzorgers voor langdurige zorg goed worden afgewogen en moet er doelgerichte ondersteuning worden geboden.

Bevindingen op hoofdlijnen

- Bij mensen die in beperkte of gemiddelde mate zorg verlenen is sprake van relatief geringe effecten op hun psychische gezondheid.
- Zowel bij mannen als vrouwen die in sterke mate zorg verlenen (> 20 uur mantelzorg per week) is sprake van substantiële negatieve gevolgen voor hun psychische gezondheid.
- Deze negatieve effecten houden verband met de belasting die zorgverlening aan iemand met zich meebrengt en staan los van zorgen over de gezondheid of het welzijn van het familielid waaraan mantelzorg wordt verleend.
- De aanvankelijke problemen met de psychische gezondheid verminderen uiteindelijk, maar houden alsnog 4 à 5 jaar aan. Mensen lijken zich daarom maar langzaam te kunnen aanpassen aan en te kunnen herstellen van zorgverleningstaken.



Figuur: Het effect van het verlenen van mantelzorg op de mentale gezondheid naar het wekelijks aantal uren verleende zorg. Het figuur toont de effecten van het starten met het verlenen van mantelzorg (Jaar=0) en volgt individuen tot vijf jaar later (Jaar=5).

Kernboodschap voor de sector

- Beleidsmakers moeten een zorgvuldige afweging maken tussen de voordelen van mantelzorg voor de gezondheidszorg en de zorgontvangers en de negatieve invloed hiervan op de meest kwetsbare mantelzorgers.
- Mantelzorgers die veel zorg verlenen (> 20 uur per week) lopen extra risico en hebben doelgerichte ondersteuning nodig.



Meer weten? Lees het paper

'De dynamische effecten van mantelzorg op de gezondheid van de zorgverlener'