

# Nieuwe taakverdeling tussen mantelzorgers en professionals

## Zijn we er klaar voor?

Nu patiënten langer thuis blijven wonen, wordt de zorg voor mantelzorgers zwaarder en langduriger. Steeds vaker staan zorgprofessionals en mantelzorgers samen voor de taak om goede zorg te leveren. Zijn we goed voorbereid op die nieuwe situatie? Lukt het professionals om taken en verantwoordelijkheden aan de mantelzorgers over te laten? En kunnen mantelzorgers die taken aan?

De decentralisatie van de AWBZ-zorg gaat gepaard met een bezuiniging. “Daardoor zal vanaf 2015 meer van de Amsterdammers zelf en hun directe omgeving verwacht worden dan voorheen het geval was”, vertelt Adrian Goemans, beleidsadviseur informele zorg en vrijwilligersinzet bij de gemeente Amsterdam. Door de verdere extramuralisering blijven zorgvragers langer zelfstandig wonen. Goemans: “Er zal een groter beroep op mensen worden gedaan om mantelzorg te verlenen. Naar verwachting zal het aantal mantelzorgers dan ook toenemen. En voor een deel van de mantelzorgers zal de zorg zwaarder en langduriger worden.”

### Loslaten

In de nieuwe situatie komen taken die voorheen bij de professionals lagen, bij de mantelzorgers te liggen. Dat roept veel vragen op, merkt Hanneke de Boer, projectmedewerker van het expertisecentrum, op bijeenkomsten met zorgmedewerkers. “Professionals hebben geleerd voor hun vak: de kwaliteit van de zorg staat voorop. Nu wordt hen gevraagd om taken over te laten aan mantelzorgers en vrijwilligers... Dat is voor veel professionals wel even slikken. Krijgt de patiënt dan nog wel kwalitatief goede zorg? Maken we onszelf niet overbodig als we alles overlaten aan de mantelzorgers?”

### Vertrouwen

Hoe kunnen professionals zich goed voorbereiden op de nieuwe situatie? De Boer: “Je zult als zorgprofessional moeten leren om dingen los te laten. Er komt gewoonweg steeds meer op de schouders van de mantelzorgers terecht. Maar je kunt als professional wel wat doen om te zorgen dat het goed gaat. Het belangrijkste is dat de relatie tussen de professional en de mantelzorgers goed is, dat er onderling vertrouwen is en dat de mantelzorgers bij haar/hem terecht kan met vragen. Bijvoorbeeld over het omgaan met de agressie van een demente partner. Of als de patiënt niet wil eten, wat doe je dan?”

Het is belangrijk dat lastige zaken bespreekbaar zijn, ook vanuit de professional. Zodat je bijvoorbeeld drempels kunt wegnemen om respijtzorg in te schakelen, of overbelasting van de mantelzorgers bespreekbaar kunt maken.”

### **Signalen van overbelasting bij mantelzorgers**

Lichamelijke signalen: slaperigheid, hoofdpijn, rugpijn en moeheid  
Praktische signalen: tekort aan kennis en vaardigheden, veel reistijd en te weinig tijd

Psychische signalen: boos en geïrriteerd, geen plezier meer hebben, overal tegenop zien, ongelukkig en alleen voelen en huilen.

#### **TIP:**

**Laat de overbelaste mantelzorgers de 3-minutencheck invullen!**

### **Alert**

De Boer benadrukt: “Daar zullen we met zijn allen de komende tijd extra alert op moeten zijn: signalen van overbelasting. Kan de mantelzorgers de zorg aan? Want als de zorg te zwaar wordt, kan goede zorg afglijden naar verwaarlozing of zelfs mishandeling. Je bent als professional verantwoordelijk om dat te signaleren en vervolgens ook te handelen. Als je daarbij advies nodig hebt, kun je altijd onze helpdesk bellen op 020 – 886 88 00.”

### **Respijtzorg**

De verwachte toename van druk op mantelzorgers is voor de gemeente aanleiding om meer aandacht te vestigen op (informele) respijtzorg. Goemans: “Respijtzorg betekent dat je de zorg als mantelzorgers tijdelijk overlaat aan anderen, waardoor je even vrijaf hebt. Mantelzorgers houden de zorg dan beter en langer vol.” Inmiddels is er de website [www.respijtwijzer.nl](http://www.respijtwijzer.nl) met een actueel overzicht van het aanbod van respijtzorg in Amsterdam. Het expertisecentrum geeft trainingen – binnenkort ook online – voor zorgprofessionals over respijtzorg. En in oktober start de gemeente een publiekscampagne. Goemans: “Daarmee willen we het aanbod van mantelzorgondersteuning en met name informele respijtzorg bekender maken bij de 55.000 Amsterdamse mantelzorgers. Want veel Amsterdammers zijn onbekend met het aanbod en maken er daarom geen gebruik van.”

### **Respijtzorg in Amsterdam**

- Het actuele aanbod van respijtzorg in de regio Amsterdam staat op [respijtwijzer.nl](http://respijtwijzer.nl).
- Ook handig: het overzicht [informele respijtzorg](#).

- Op 15 september vindt de eerstvolgende training 'Groen licht voor respijtzorg' plaats; aanmelden bij Markant. Deze training is ook op aanvraag voor organisaties/afdelingen beschikbaar.
- Er komt ook een online training voor professionals over het herkennen van overbelaste mantelzorgers; deze komt binnenkort beschikbaar.
- In oktober 2014 start de gemeente een publiekscampagne over respijtzorg.

*Inmiddels is bekend dat er vanuit de gemeente budget wordt vrijgemaakt voor de ondersteuning van mantelzorgers en informele zorgverleners. In het coalitieakkoord 2014-2018, reserveren coalitiepartners D66, VVD en SP hiervoor jaarlijks een budget van 4 miljoen. Over de inzet van deze middelen zal het college dit najaar een besluit nemen.*