

## **Zet juist nu in op mantelzorg!**

De vraag naar zorg door ouderen zal in de komende jaren door de vergrijzing van de bevolking alleen maar toenemen, zo becijferde het SCP (NRC, 14 september). Weliswaar zal de snelheid van deze groei wat afnemen ten opzichte van eerdere prognoses, maar toch zullen er in 2030 zo'n 140.000 mensen extra nodig zijn in de ouderenzorg. Dat feit stelt de samenleving voor grote uitdagingen. Het lijkt namelijk zeer twijfelachtig of zoveel nieuwe personeelsleden zullen worden gevonden, mede gezien de krappere arbeidsmarkt. Nu al zijn er tekorten aan personeel in de zorg. Het is daarom belangrijk het onderscheid tussen formele zorg door professionele hulpverleners en informele zorg door mantelzorgers meer los te laten, juist in sectoren als de ouderenzorg. Door mantelzorgers beter te betrekken en te ondersteunen kunnen de tekorten aan menskracht beter worden opgevangen, en op een manier die aansluit bij de voorkeuren van patiënten en mantelzorgers.

Het is allereerst goed te benadrukken dat mantelzorgers vaak veel voldoening onttelen aan de zorg die zij een zieke naaste kunnen bieden. Zo gaf meer dan de helft van langdurige en zwaarbelaste mantelzorgers in een onderzoek aan minder gelukkig te worden wanneer zij al hun zorgtaken zouden moeten overdragen aan iemand anders. Veel patiënten hebben ook een sterke voorkeur om zorg te ontvangen van hun naasten in plaats van (vaak wisselende) formele zorgverleners. Dat kan echter alleen zolang draaglast en draagkracht voor de mantelzorgers in evenwicht blijven. Helaas lukt dat in veel gevallen uiteindelijk niet, waardoor mantelzorgers overbelast raken met als gevolg dat patiënten versneld moeten worden opgenomen in verpleeg- en verzorgingstehuizen. Door een slimmere mix van formele en informele zorg kan dit worden voorkomen of uitgesteld. Daardoor wordt de zorg niet alleen beter afgestemd op de wensen van mantelzorgers en patiënten, maar kan ook de druk op de formele zorg worden verminderd. Daarvoor zijn wel in ieder geval drie zaken nodig.

Allereerst dient de formele zorg meer open te staan voor een actieve betrokkenheid van mantelzorgers in het zorgproces. Ook wanneer het zwaartepunt van zorg al bij de formele zorg is komen te liggen, zoals na opname in een verpleeg- of verzorgingshuis. Veel mantelzorgers kunnen en willen ook dan nog graag bijdragen aan de zorg voor hun naaste. Helaas ondervinden mantelzorgers hierbij vaak belemmeringen. Een goede afstemming en verdeling van de zorgtaken blijft door gebrek aan communicatie hierover achterwege. Dat is een gemiste kans op "meer handen aan het bed", de kwaliteitsverhoging waar al jaren naar gestreefd wordt. Door in deze samenwerking te investeren en mantelzorgers meer en beter in te schakelen in die fase van de zorg, kunnen hulpverleners worden ontzien zonder dat daarmee de omvang en kwaliteit van de zorg in het gedrang komt.

Ten tweede dient de ondersteuning voor mantelzorgers door formele zorgverleners te verbeteren. Teveel mantelzorgers raken overbelast als gevolg van gebrekkige ondersteuning. Er is ook nog weinig bekend over welke ondersteuning mantelzorgers nodig en in hoeverre deze hen effectief kan ontlasten. Ook hoe mantelzorgers op een goede manier kunnen worden bereikt is nog onduidelijk. Mantelzorgers mijden ondersteuning namelijk nog al eens. Soms omdat de patiënt moeite heeft met meer formele ondersteuning, maar vaak voelen mantelzorgers zelf (hoe onterecht ook) meer formele hulp als falen. Door een actievere ondersteuning kunnen mantelzorgers naargelang hun wens de zorg voor hun naaste langer volhouden en zodoende intensievere thuiszorg en dure opnames uitstellen. Sinds de invoering van de Wet maatschappelijk ondersteuning (Wmo) ligt hier een belangrijke rol voor gemeenten.

Ten derde zullen algemene regelingen als zorgverlof, zorgverzekering en persoonsgebonden budget moeten worden aangepast om de inzet van de toekomstige mantelzorger beter te faciliteren. Juist gegeven demografische trends als de vergrijzing van de bevolking, de afgenomen omvang en grotere regionale spreiding van families en de toegenomen arbeidsparticipatie van vrouwen (nog altijd de overgrote meerderheid van mantelzorgers) is het nodig dat mantelzorg in de perioden dat dit nodig is op een goede wijze kan worden ingepast en dat hiervoor ook de maatschappelijke en financiële ruimte bestaat. Een flexibelere kinderopvang en woningmarkt, het stimuleren van vrijwilligerswerk en het organiseren van wijkgerichte ondersteuningsnetwerken rondom ouderen zijn in dat kader ook van belang.

Kortom, gegeven het voorspelde tekort aan arbeidskrachten in de ouderenzorg is het van belang taakschikking tussen formele en informele zorg opnieuw te bezien. Het is daarbij cruciaal om de inzet van mantelzorgers op een verstandige manier te borgen en waar mogelijk uit te breiden. Daarmee worden niet alleen op een efficiënte manier meer mensen bij de ouderenzorg betrokken, maar wordt die ook dicht om de patiënt heen georganiseerd. Dat is niet alleen nodig, maar ook voor iedereen beter.

Werner Brouwer, Renske Hoefman en Job van Exel

Alle auteurs zijn verbonden aan het instituut Beleid & Management Gezondheidszorg van de Erasmus Universiteit Rotterdam