

Het geven van mantelzorg

Aantal respondenten:

6.471

Heeft mantelzorg gegeven in het afgelopen jaar:

2.288

Geslacht:

61% 39%
Vrouw Man

Leeftijd respondenten:

- 18-49 jarigen 19%
- 50-64 jarigen 36%
- 65-74 jarigen 30%
- 75+ 15%



Mantelzorg is de zorg die iemand geeft aan een bekende uit zijn of haar omgeving die voor langere tijd ziek, hulpbehoevend of gehandicapt is. Dit kan een partner, kind of vriend zijn. **Iemand is mantelzorger als de zorg minimaal drie maanden duurt of als degene zorg biedt voor minimaal acht uur per week.** Mantelzorg is niet betaald. Mantelzorg bestaat onder andere uit het doen van het huishouden, wassen en aankleden, gezelschap houden, vervoer en het regelen van geldzaken.

77%

Geeft zorg minimaal 3 maanden of langer en minimaal 8 uur per week

Percentage mantelzorgers per leeftijdscategorie:

18-49 jarigen	75%
50-64 jarigen	81%
65-74 jarigen	77%
75+	79%

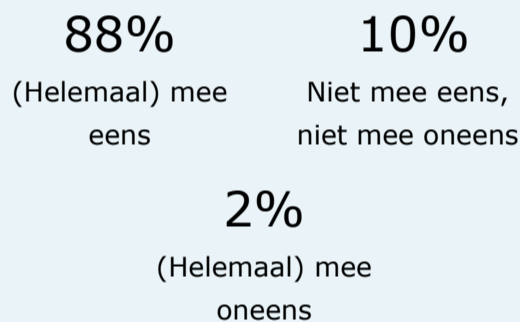
Aan wie wordt mantelzorg gegeven:

Ouder	45%
Echtgenoot/echtgenote of partner	27%
Kind	14%
Ander familielid	14%
Vriend, kennis of collega	9%
Buurman of buurvrouw	7%

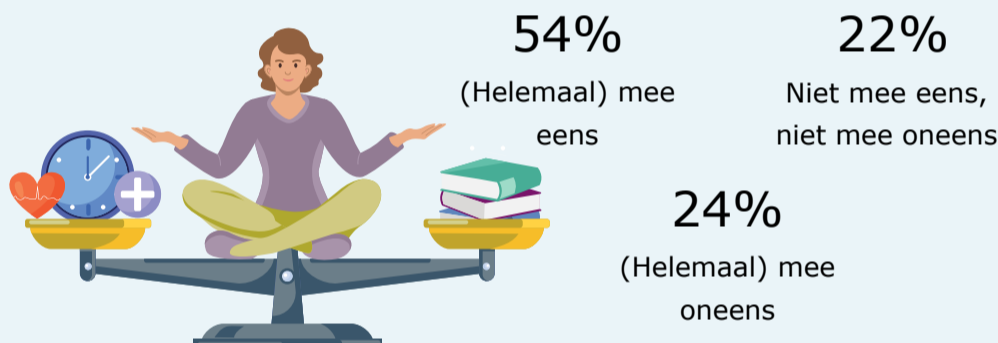
Redenen waarom er mantelzorg wordt gegeven:

Lichamelijke beperking	35%
Chronische ziekte	26%
Dementie	19%
Psychische of psychosociale problemen	14%
Ondersteuning nodig vanwege hogere leeftijd	12%
Verstandelijke beperking	7%
Terminale ziekte	4%

Stelling: Het geven van mantelzorg is voor mij vanzelfsprekend



Stelling: Ik ervaar voldoende balans tussen het geven van mantelzorg en mijn eigen ontspanning



Uit de gezondheidsmonitor volwassenen en ouderen 2022 blijkt dat overbelaste mantelzorgers verschillen van niet overbelaste mantelzorgers.

- Zij ervaren / hebben:
- 3 keer zoveel stress;
 - 3,5 keer zo vaak een hoog risico op angst stoornissen of depressieve klachten;
 - 2,5 keer zo vaak sterk eenzaam.

Percentage overbelaste mantelzorgers per leeftijdscategorie:

18-49 jarigen	33%
50-64 jarigen	27%
65-74 jarigen	20%
75+	24%

25% van de mantelzorgers voelt zich tamelijk zwaar tot zeer zwaar of overbelast

Redenen van overbelasting:

Mentaal/emotioneel zwaar	66%
Moeilijk te combineren met mijn werk en/of privé	38%
Degene die ik verzorg is (vrijwel) volledig afhankelijk van mij	17%
Lichamelijk zwaar	14%
Zorg is steeds zwaarder geworden	14%
Ontvang te weinig ondersteuning	10%
Te maken met te veel zorg- of hulpverleners	4%

Reden van overbelasting:

“ Het duurt al jaren, het perspectief van 'altijd' benaamt me soms. ”

“ De achteruitgang van de persoon die ik mantelzorg geef, geeft mij elk jaar meer emotionele belasting. ”

“ Regels zijn ingewikkeld. ”



Afgelopen jaar gebruik gemaakt van respijtzorg:

6% Ja 53% Nee

41% Nee, maar heb wel hulp van familie, vrienden of kennissen ontvangen

Redenen waarom er geen gebruik is gemaakt van respijtzorg:

“ De kinderen doen het samen, volgens een rooster. ”

“ Ik wist niet dat dit mogelijk was. ”

“ Ik kan het nog aan. ”

“ Dat accepteert degene die mantelzorg krijgt niet. ”



Behoeft aan (meer) ondersteuning:

Nee	56%
Ja, emotionele steun of een luisterend oor	11%
Ja, praktische, materiële en/of financiële steun	11%
Ja, maar ik weet niet wat precies	10%
Ja, de zorg wordt soms overgenomen door vrijwilligers	9%
Ja, informatie of advies	9%
Ja, dagbesteding/dagopvang voor de persoon voor wie ik zorg	5%
Ja, kortdurend verblijf/logeeropvang voor de persoon voor wie ik zorg	3%
Ja, groepsbijeenkomsten en/of lotgenotencontact	3%
Ja, training of cursus	2%
Ja, hulp bij het uitbreiden van mijn sociale netwerk	2%

Redenen dat er geen (extra) ondersteuning gekregen is:

Weet niet bij wie ik terecht kan	30%
Degene voor wie ik zorg wil het niet	28%
Vind het moeilijk om de zorg uit handen te geven	18%
Niemand in mijn omgeving die ik kan vragen	12%
Heb het gevraagd, maar ze zeiden nee	10%
Durf het niet te vragen	6%

Andere redenen waarom er geen ondersteuning gekregen is:

30% Bij POH werd gezegd dat er geen hulp voor onszelf te krijgen is en dat we zelf moesten zoeken, maar we weten niet waar en hebben geen energie over om dat te doen.

De thuiszorg instelling krijgt het niet voor elkaar een zorginstelling te vinden die de complexe zorg van mijn vrouw over kan/wil nemen.

Gaat om mijn ouder. Denk dat ik dit zelf moet doen. Toen ik klein was hebben mijn ouders mij verzorgd.



Weet welke ondersteuning er is in de gemeente?

71%	29%
Nee	Ja

Ja bijvoorbeeld:

- Huishoudelijke hulp
- Thuiszorg
- GGZ
- Wmo loket

Heeft mantelzorgwaardering ontvangen?

27%



Stelling: Door de mantelzorgwaardering voel ik mij gesteund door de gemeente

61%	27%	13%
(Helemaal) mee eens	Niet mee eens, niet mee oneens	(Helemaal) mee oneens

In de toekomst kunt u, als u ouder of ziek wordt, ook hulp of ondersteuning (mantelzorg) van een bekende nodig hebben.

65%

Heeft daar nog niet over nagedacht

Respondenten die hier over hebben nagedacht geven aan:

Besproken met familie en partner.

Ik hoop dat ik anderen geïnspireerd heb en dan ook hulp krijg.

Daar maak ik me zorgen over.

Dat is een bron van zorg. Zou niet weten wie me dan zou ondersteunen.

Dat zien we dan wel.



Qua samenstelling is dit panel niet representatief voor de hele gemeente. De resultaten van dit onderzoek kunnen daardoor niet zonder meer vertaald worden naar de gemiddelde inwoner, maar geven wel een goede indicatie voor wat er leeft onder de doelgroep.

Kijk voor meer informatie over het inwonerspanel van GGD regio Utrecht op de website: www.panelggd.nl/utrecht Voor vragen over dit onderzoek: onderzoek@ggdru.nl