



## Jonge mantelzorgers in Zuid-Limburg

Een onderzoek naar de gezondheidssituatie en het signaleren en ondersteunen van jonge mantelzorgers in Zuid-Limburg

## Aanleiding

Sinds 2015 zijn overheidstaken op het gebied van zorg en jeugdzorg naar gemeenten gedecentraliseerd. Verschillende gemeenten in Zuid-Limburg hebben aangegeven geïnteresseerd te zijn in de situatie en behoeften aan ondersteuning van jonge mantelzorgers en het hoe gemeentelijk beleid hierop kan inspelen.

De cijfers over het aantal jonge mantelzorgers in Nederland verschillen aanzienlijk. Dit komt onder andere door kleine verschillen in definitie. Eén van de breedste definities luidt: "Jonge mantelzorgers zijn thuiswonende kinderen tot 24 jaar die samenwonen met een ziek gezinslid".<sup>1</sup> Om hoeveel kinderen het gaat is niet precies bekend, maar wordt geschat tussen de tien en vijftientig procent. Verborgenheid door bijvoorbeeld schuld- en schaamtegevoelens van deze jongeren maakt deze range zo groot.

Jonge mantelzorgers hebben vaak extra (huishoudelijke) taken, bieden gezelschap en ervaren een emotionele belasting rondom een ziek gezinslid of maken zich daar zorgen om. Hierdoor ontwikkelen zij sneller en vaker andere problemen dan hun leeftijdgenoten. Dit kunnen problemen op bijvoorbeeld sociaal gebied, op school of met de eigen gezondheid zijn.

Een onderzoek naar de gezondheidssituatie, het signaleren en de ondersteuning van jonge mantelzorgers in Zuid-Limburg is daarom wenselijk.

## Het onderzoek

### Wat is precies onderzocht?

Om een volledig beeld te krijgen van jonge mantelzorgers in Zuid-Limburg zijn de volgende vragen beantwoord:

1. Hoe vaak zijn jongeren mantelzorgers in Zuid-Limburg en wat zijn hun kenmerken?
2. Welke problemen en behoeften hebben deze jongeren?
3. Welk beleid richt zich op het signaleren en ondersteunen van jonge mantelzorgers?
4. Welke aanbevelingen voor gemeentelijk beleid volgen hieruit voor het signaleren en ondersteunen van jonge mantelzorgers?

Dit onderzoek bestond uit een kwalitatief en kwantitatief gedeelte. Data van de GGD Zuid Limburg

uit de vierjaarlijkse jongerenmonitor en van de jeugdgezondheidszorg zijn geanalyseerd om de situatie van jonge mantelzorgers in kaart te brengen. Daarnaast is gesproken met twee jonge mantelzorgers, de steunpunten mantelzorg en verschillende gemeenteamttenaren om de signaleringsmogelijkheden en behoeften aan ondersteuning van deze jongeren te onderzoeken.

## Resultaten

### De situatie van jonge mantelzorgers in Zuid-Limburg

Van de 13-16 jarigen geeft 16,4% aan één of meerdere ziek(e) familielid/-leden te hebben. De helft (totaal 8,6%) van deze jongeren zegt daadwerkelijk voor dit familielid te zorgen. Tussen gemeenten zijn verschillen zichtbaar (tabel 1). Tweederde van de jonge mantelzorgers zorgt voor een zieke ouder en een kwart zorgt voor een zieke broer of zus. De overige jongeren zorgen voor iemand anders. Eén op drie jonge mantelzorgers komt uit een éénoudergezin, dit is iets vaker dan hun leeftijdsgenoten. Jonge mantelzorgers zorgen meestal voor iemand met lichamelijke problemen. Deze zorg bestaat meestal uit hulp in het huishouden en het bieden van troost of gezelschap.

Tabel 1. Percentage jonge mantelzorgers per gemeente

Gemeente	Jonge mantelzorgers
Beek	9,4%
Brunssum	10,3%
Eijsden-Margraten	6,7%
Gulpen-Wittem	5,5%
Heerlen	10,1%
Kerkrade	10,1%
Landgraaf	9,4%
Maastricht	8,7%
Meerssen	8,3%
Nuth	7,6%
Onderbanken	7,6%
Schinnen	5,5%
Simpelveld	6,3%
Sittard-Geleen	8,1%
Stein	10,1%
Vaals	7,9%
Valkenburg a/d Geul	5,2%
Voerendaal	7,8%

De helft van de jonge mantelzorgers zorgt 1 tot 5 uur per week, de andere helft geeft vaker zorg. Het percentage jonge mantelzorgers daalt als het opleidingsniveau omhoog gaat. Eén op de drie jonge mantelzorgers zegt de zorg zwaar te vinden, bij jongeren uit éénoudergezinnen is dit zelfs bijna de helft. Jonge mantelzorgers zijn bijna twee keer zo vaak depressief en hebben vaker migraine in vergelijking met hun leeftijdsgenoten die geen mantelzorg geven. Jonge mantelzorgers scoren vaker afwijkend op de SDQ3, dat wijst op een slechter psychosociaal welbevinden. Bijna twee keer zoveel jonge mantelzorgers zijn soms of zelfs vaak eenzaam. Dit geldt vooral voor jongeren die zorgen voor iemand met zowel psychische als lichamelijke problemen. Jonge mantelzorgers zijn in de afgelopen 4 weken vaker ziek thuisgebleven van school, roken vaker dagelijks en drinken meer alcohol.

In bovenstaande vergelijkingen zijn jongeren die een ziek familielid hebben en daar zorg voor dragen vergeleken met jongeren die geen ziek familielid hebben. Als de groep jongeren met een ziek familielid die geen zorg dragen in de vergelijking wordt meegenomen, blijkt dat deze groep het net zo slecht of zelfs slechter doet dan de jonge mantelzorgers. Dit pleit voor het hanteren van een zo breed mogelijke definitie van jonge mantelzorger.

### Signalering van jonge mantelzorgers in Zuid-Limburg

Omdat jonge mantelzorgers, als ze al weten dat ze mantelzorger zijn, zich zelden melden, is het belangrijk dat de signalering via een andere weg gaat. Alle partijen die te maken hebben met jongeren kunnen iets betekenen in het signaleren van jonge mantelzorgers. Zo kan gekeken worden naar de omgeving en veranderingen van het kind. Artsen en Wmo-consulenten die de zorgvrager (zieke ouder/broer/zus) helpen kunnen alert zijn op kinderen in de directe omgeving die ondersteuning nodig hebben bij hun taak als mantelzorger. Ook leraren, zorgcoördinatoren of jeugdverpleegkundigen kunnen een rol spelen in de signalering. Zij staan dicht bij de jongeren, gaan in gesprek of kunnen veranderingen in gedrag waarnemen. Hiervoor moeten alle partijen en de jongeren zelf op de hoogte zijn wanneer sprake is van mantelzorg. Dit is bij veel van de betrokken (zorg) partijen nog niet het geval. De steunpunten mantelzorg zijn actief bezig de bekendheid van de aanduiding jonge mantelzorger te vergroten. Via gastlessen op basisscholen en cadeaupakketten leren jongeren om zichzelf en anderen als jonge mantelzorger te herkennen. Steunpunten richten zich

hierbij voornamelijk op de jongeren en weinig op de omringende (zorg)partijen.

### Ondersteuning van jonge mantelzorgers in Zuid-Limburg

De ondersteuning van jonge mantelzorgers is afhankelijk van hun situatie en de geuite behoeften. De geïnterviewde jongeren zijn vooral op zoek naar lotgenotencontact: een veilige plek waar ze even niet anders zijn dan de rest en plezier hebben. Zij willen dat de ondersteuning los staat van hun 'normale' wereld. Het gaat hierbij om jonge mantelzorgers die goede ondersteuning vanuit thuis krijgen. Voor jongeren die zich in een zwaardere situatie bevinden kan de behoefte aan ondersteuning anders zijn.

## Conclusies

In Zuid-Limburg groeit één op de zes 13-16 jarigen op met een ziek gezinslid. Deze jongeren hebben een verhoogd risico op psychosociale problemen en vertonen vaker risicogedrag en schoolverzuim. Zij hebben goede ondersteuning nodig. Doordat jonge mantelzorgers zich zelden melden is deze groep grotendeels onzichtbaar en krijgt onvoldoende ondersteuning. Partijen rondom deze jongeren kunnen meer op de hoogte zijn van de aanduiding jonge mantelzorger en de passende ondersteuning. Omdat gemeenten onderling verschillen moeten de signalerings- en ondersteuningsmogelijkheden op gemeenteniveau bezien worden. Tenslotte verdienen mogelijkheden om een samenwerkingsverband tussen deze partijen te creëren de aandacht zodat deze kwetsbare groep tijdig gesignaleerd en ondersteund wordt.



## Aanbevelingen voor gemeenten

1. Breng op gemeentelijk niveau de signalerings- en ondersteuningsmogelijkheden voor jonge mantelzorgers in kaart
2. Stel de partijen die jonge mantelzorgers kunnen signaleren op de hoogte van de situatie en de mogelijkheden tot ondersteuning
3. Creëer een goed samenwerkingsverband tussen de verschillende betrokken partijen

### Colofon

Dit onderzoek is in het kader van "Klein maar Fijn" onderzoek uitgevoerd door Asha Verbraak gedurende de werkervaringsperiode januari-augustus 2016, onder begeleiding van Suhreta Mujakovic en Evelyne Linssen.

### Literatuur

1. Mezzo. Opgroeien met zorg: Een handreiking voor ondersteuning van jonge mantelzorgers. Bunnik: Mezzo; 2009.

### Meer info?

Kijk op [www.ggdzl.nl](http://www.ggdzl.nl),  
[www.academischewerkplaatslimburg.nl](http://www.academischewerkplaatslimburg.nl)  
of schrijf naar  
[academischewerkplaats@ggdzl.nl](mailto:academischewerkplaats@ggdzl.nl)

Voor vragen kunt u contact opnemen met het secretariaat afdeling Kennis en Innovatie van de GGD Zuid Limburg, telefoon: 046 - 850 55 05

Geleen, december 2016