

## STAPPENPLAN MANTELZORG IN DE EERSTE LIJN

### Doelen

1. Het vaststellen van overbelasting bij een mantelzorger.
2. De vastgestelde zorglast bij de mantelzorger reduceren en de draagkracht vergroten.

**STAP 1: Screenen op aanwezigheid van mantelzorg. Deze vraag wordt aan de patiënt gesteld tijdens het CGA.**

**Krijgt u regelmatig hulp van iemand in uw omgeving (echtgenoot/familielid/vriend(in)/ kennis/ buren )?**

ja                     nee

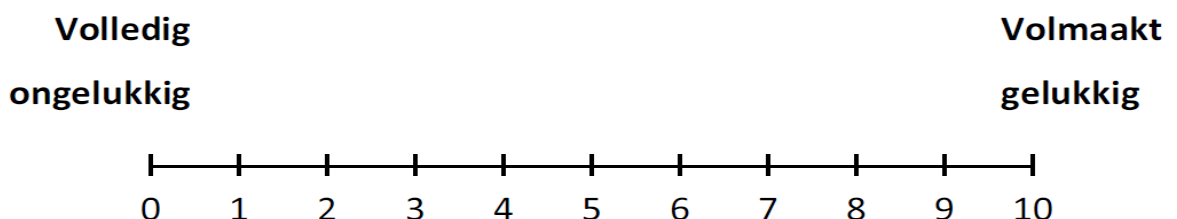
Indien deze vraag met **ja** wordt beantwoord: vraag dan of de mantelzorger benaderd mag worden voor verdere vragen over zijn rol als mantelzorger, vul anders vul **nee** in op het samenvattingblad bij probleem **belaste mantelzorger**

**STAP 2: Screenen op overbelasting van mantelzorg. Deze vragen worden aan de mantelzorger gesteld in bezoek 5.**

### 1. Neem de CarerQol af

	Geen	Enige	Veel	
a. Ik heb	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	voldoening van het verrichten van mijn zorgtaken
b. Ik heb	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	problemen met mijn naaste (bijvoorbeeld zij/hij is veeleisend we hebben communicatieproblemen, zij/hij is zich anders gaan gedragen)
c. Ik heb	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	problemen met mijn eigen geestelijke gezondheid (bijvoorbeeld stress, angst, somberheid, bezorgdheid over toekomst)
d. Ik heb	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	problemen met mijn eigen lichamelijke gezondheid (bijvoorbeeld vaker ziek, vermoeidheid, lichamelijke overbelasting)
e. Ik heb	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	problemen om mijn dagelijkse activiteiten (werk, huishouden, studie, gezin en vrije tijd) te combineren met mijn zorgtaken.
f. Ik heb	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	financiële problemen bij mijn zorgtaken
g. Ik heb	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	steun (van familie/vrienden/buren/kennissen/vrijwilligers) bij het verrichten van mijn zorgtaken

### 2. Geef met een kruisje op de meetlat aan hoe gelukkig u zichzelf op dit moment voelt



**STAP 3: Vraag de mantelzorger of hij/zij zich overbelast voelt?**

O ja            O nee

**STAP 4: Vraag de mantelzorger of hij/zij iets aan het probleem zou willen (laten) doen?**

O ja            O nee

**Bij 'ja' in stap 4 door naar stap 5**



## STAP 5: Diagnostiek naar mate en oorzaak van overbelasting.

### 5.1 Stel vast hoeveel uur de mantelzorgert zorgt voor zijn naaste.

Vragen aard en tijdsbesteding mantelzorgert?	Antwoorden	Opmerking/interpretatie
1a) Helpt u uw naaste met huishoudelijke taken? (bijv. was doen, boodschappen doen, huishouden, koken)	O ja _____uur per week O nee	<b>Ja</b> geeft indicatie van hoeveelheid besteedde tijd aan mantelzorg
1b) Helpt u uw naaste met de persoonlijke verzorging? (bijv. medicatie, wassen, aankleden, naar toilet gaan, eten en drinken)	O ja _____uur per week O nee	<b>Ja</b> geeft indicatie van hoeveelheid besteedde tijd aan mantelzorg
1c) Helpt u uw naaste met activiteiten buitenshuis? (bijv. maken van uitstapjes, familiebezoek, bezoek aan artsen/ziekenhuis, regelen van hulp en financiën)	O ja _____uur per week O nee	<b>Ja</b> geeft indicatie van hoeveelheid besteedde tijd aan mantelzorg

### 5.2 Impact verlenen van mantelzorg op het dagelijks leven van de mantelzorgert.

Vragen impact mantelzorg	Antwoorden	Opmerking/interpretatie
2a) komt u door uw mantelzorgertaken nog voldoende aan ontspannende activiteiten voor uzelf toe?	O nee, onvoldoende O ja, voldoende	Geeft indicatie of mantelzorgert voldoende tijd voor zichzelf kan vrijmaken
2b) Ervaart u voldoende steun van uw omgeving	O nee O ja	Indien <b>nee</b> : kan aanleiding zijn om met mantelzorgert te kijken naar vergroten sociale steun of extra (professionele) hulp
2c) Heeft u mensen in uw omgeving die soms de zorg kunnen overnemen of waar u een beroep op kunt doen?	O nee O ja	Indien <b>nee</b> : is het noodzakelijk om aanvullende steun te organiseren
2d) Indien 2c met ja beantwoord is: beschrijf welke rol de sociale omgeving kan spelen om mantelzorgert te ondersteunen		



### 5.3 Informeer naar zorgtaken die als belastend worden ervaren.

Vragen belasting en ondersteuning zorgtaken	antwoorden	Opmerking/interpretatie
3a) Welke zorgtaken ervaart u als belastend? (meerdere antwoorden mogelijk)	<input type="checkbox"/> huishoudelijke zorgtaken <input type="checkbox"/> lichamelijke zorgtaken <input type="checkbox"/> begeleiding van mijn naaste in het ondernemen van activiteiten <input type="checkbox"/> het niet alleen kunnen laten van mijn naaste <input type="checkbox"/> regelen van alle hulp die er betrokken is bij mijn naaste <input type="checkbox"/> anders, namelijk  <hr/> <hr/> <hr/>	Geeft indicatie voor interventies
3b) zijn er zorgtaken of activiteiten waar u hulp bij zou willen ontvangen? (meerdere antwoorden mogelijk)	<input type="checkbox"/> regelen van huishoudelijke hulp <input type="checkbox"/> regelen van hulp bij de verzorging en verpleging <input type="checkbox"/> inschakelen van vrijwilligers <input type="checkbox"/> tijdelijke opvang, bijvoorbeeld dagopvang of week opname in verpleeghuis <input type="checkbox"/> persoonlijke begeleiding in verlenen van de zorg (bijv. door psycholoog) <input type="checkbox"/> lotgenotencontact <input type="checkbox"/> hulp bij financiën	<b>Geeft indicatie voor inzetten van interventies</b>



## **STAP 6: Samenvatting van stap 1 t/m 5 (screeningsvragen en diagnostische vragen).**

### **Doel**

Vorbereiden overleg met de huisarts met betrekking tot diagnostiek en behandeling overbelasting van de mantelzorger.

### **Samenvatting**

**1. Aard van overbelasting van de mantelzorger naar aanleiding van stap 2 met CarerQol (meerdere antwoorden mogelijk):**

- Ervaart problemen in omgang met naast
- Psychische overbelasting
- Fysieke overbelasting
- Moeite om eigen activiteiten te combineren met mantelzorgtaken
- Financiële problematiek
- Te weinig steun vanuit omgeving

**2. Mantelzorger geeft een cijfer van \_\_\_\_\_ punten op de VAS-schaal**

**3. Tijd die mantelzorg in beslag neemt**

\_\_\_\_\_ uur per week

**4. Mantelzorger wil hulp bij (meerdere antwoorden mogelijk)**

- Regelen van huishoudelijke hulp
- Regelen van hulp bij de verzorging en verpleging
- Inschakelen van vrijwilligers
- Tijdelijke opvang, bijvoorbeeld dagopvang of week opname in verpleeghuis
- Persoonlijke begeleiding in verlenen van de zorg (bijv. door psycholoog)
- Lotgenotencontact
- Hulp bij financiën
- Anders, namelijk \_\_\_\_\_



## **STAP 7: Overleg met de huisarts.**

### **Doel**

Opstellen van werkdiagnose en definitief voorstel voor interventie om overbelasting mantelzorg te behandelen of eerst verder te onderzoeken.

### **Werkdiagnose:**

- Overbelasting van de mantelzorg
- Preventie van overbelasting van de mantelzorg

### **Voor zorgbehandelplan (aangekruiste voorstel(len) overnemen op zorgbehandelplan)**

#### **1. Aanvullende zorg voor patiënt**

- Inschakelen CIZ voor indicatie aanvullende zorg, namelijk:
  - Thuiszorg verzorgend
  - Wijkverpleegkundige zorg
  
- Inschakelen respijtzorg:
  - Dagopvang
  - Tijdelijke opvang in verzorgingshuis of verpleeghuis
  - Logeerhuis
  
- Inschakelen WMO-loket voor indicatie huishoudelijke hulp
  
- Inschakelen WMO-loket voor financiële ondersteuning (o.a. mantelzorgcompliment)
  
- Inschakelen WMO-loket: inzet vrijwilligers
  
- Ergotherapeut: met doorverwijzing van huisarts.

#### **2. Informatie voor mantelzorg over voorzieningen, lotgenotencontact en regelingen**

- doorverwijzing naar website, namelijk:
  - [www.mezzo.nl](http://www.mezzo.nl)
  - [www.regelhulp.nl](http://www.regelhulp.nl)
  - [www.plezierinzorg.nl](http://www.plezierinzorg.nl)
  - [www.mantelzorgbenjenietalleen.nl](http://www.mantelzorgbenjenietalleen.nl)
  - [www.teleac.nl/zorgenvoorjeouders](http://www.teleac.nl/zorgenvoorjeouders)
  - [www.expertisecentrummantelzorg.nl](http://www.expertisecentrummantelzorg.nl)
  - [www.alsjevooreenanderzorgt.nl](http://www.alsjevooreenanderzorgt.nl)

#### **3. Zorg specifiek gericht op de mantelzorg**

- Inschakelen WMO-loket: begeleiden mantelzorg
- Doorverwijzen naar psycholoog (via huisarts)
- Maatschappelijk werk

### **Financiering van zorg**



## WMO

Het informeren, adviseren en begeleiden van mantelzorgers vanuit het WMO-loket gebeurt vanuit de WMO en is daarom voor de persoon in kwestie kosteloos. Aan activiteiten of cursussen waarna verwezen wordt kunnen wel kosten verbonden zijn.

Huishoudelijk hulp en permanente aanpassingen in het huis worden ook via het WMO-loket aangevraagd.

Iemand met een AWBZ-indicatie voor zorg aan huis kan eenmaal per jaar een mantelzorgcompliment uitdelen (€250).

## Thuiszorg

Het CIZ regelt de indicatie voor vergoeding van professionele thuiszorg vanuit de AWBZ. Tijdelijke opvang bij wegvallen mantelzorg via AWBZ of aan te vragen als onderdeel Persoonsgebonden budget (indien al geïndiceerd door gemeente).

## Respijtzorg

Tijdelijke opvang bij het wegvallen de mantelzorg kan worden vergoed via de AWBZ of is aan te vragen als onderdeel van het Persoonsgebonden budget (indien al geïndiceerd door gemeente of CIZ). Sommige vormen van vervangende zorg door beroepskrachten worden betaald uit de AWBZ, na een indicatiestelling door het CIZ.

## Financiën en belastingaftrek

Zorgt u voor iemand die tot hetzelfde huishouden hoort? Maak dan goed gebruik van de aftrek van uw kosten via de **Belastingen**, waaronder uitgaven specifieke zorgkosten (bron: [www.mezzo.nl](http://www.mezzo.nl)).

## Ergotherapie

Ergotherapie wordt vergoed vanuit het basispakket zorgverzekeringen.

## Eerstelijns psycholoog

Wordt vergoed vanuit het basispakket van de zorgverzekering, als de patiënt een doorverwijzing heeft van de huisarts. Er is een eigen risico op van toepassing (hoogte 2011: 170 euro).

## Maatschappelijk werk

Maatschappelijk werk is een gemeentelijke dienst. Er zijn geen kosten aan verbonden en er is geen verwijzing voor nodig. Mensen kunnen zich zelf aanmelden.

