

Persbericht

Zeist, 5 juni 2022

Mantelzorg is van grote invloed op de relatie

Mantelzorgers ervaren minder emotionele intimiteit (40%) en minder fysieke intimiteit (45%) met hun zorgvrager dan voorheen. Tevens blijkt uit het Nationaal Mantelzorgpanel dat de belasting toeneemt wanneer een mantelzorger zich meer zorgverlener voelt dan iemands partner, kind of ouder. Juist omdat de oorsprong van mantelzorg ligt in die onderlinge relatie, moeten we niet te lichtzinnig naar deze cijfers kijken, aldus MantelzorgNL.

Zorgtaken zetten de oorspronkelijke relatie onder druk. Ben je nog wel de partner, het kind of de ouder van je naaste? Of ben je puur de zorgverlener geworden? Wanneer een mantelzorger zich voornamelijk zorgverlener voelt, komt de bevestiging dat de oorspronkelijke relatie er niet meer is. Degenen die zich vooral of alleen zorgverlener voelen in plaats van partner, kind of ouder van de zorgvrager, ervaren duidelijk een hogere belasting. Zij scoren gemiddeld een 7,68 op de ervaren belasting, terwijl degene waarbij de oorspronkelijke relatie nog gevoeld wordt minder belasting ervaren en een 6,02 aangeven. Rianne Hanning, projectleider MantelzorgNL: *'Het is niet verwonderlijk dat de zwaarte toeneemt, als de onderlinge relatie niet meer hetgeen is wat mensen verbindt. Door dit onderzoek weten we dat het essentieel is om de oorspronkelijke relatie te voeden voor het volhouden van de zorg. Door steeds meer zorg over te dragen aan mantelzorgers zonder oog te hebben voor de relatie die hen bindt, wordt de druk vergroot.'*

Intimiteit en seksualiteit

Uit het onderzoek van MantelzorgNL en Stichting Sick and Sex blijkt dat mantelzorgers minder emotionele intimiteit (40%) en minder fysieke intimiteit (45%) ervaren met hun zorgvrager dan voorheen. Onder emotionele intimiteit verstaan we steun en vertrouwen geven aan elkaar, maar ook samen lachen en huilen. Voorbeelden van fysieke intimiteit zijn een arm om iemand heen slaan of een knuffel geven. 84% van de mantelzorgers die zorgen voor hun partner geeft aan dat er naast verlies van intimiteit ook negatieve gevolgen zijn voor de seksuele relatie. Bij meer dan de helft van de partnerrelaties waarin mantelzorg aan de orde is, is er geen sprake meer van een seksuele relatie (59%). De verstoorde balans in geven en nemen, de afname van gelijkwaardigheid en de afname van libido worden als grootste redenen genoemd.

Voorkomen van overbelasting

Het hebben en behouden van een goede relatie vraagt altijd aandacht, ongeacht of er sprake is van ziekte. In roerige tijden waarin je naaste hulpbehoevend is geworden en je er een nieuwe rol als mantelzorger bij krijgt is dat echter niet eenvoudig. Zorgprofessionals zouden kunnen helpen bij het in stand houden van datgene wat mantelzorger en zorgvrager bindt. Dat is essentieel in het voorkomen van overbelasting. Dat betekent ook dat zorgprofessionals het onderwerp intimiteit en seksualiteit niet moeten schuwen. Van de mantelzorgers die zorgen voor een partner, geeft slechts 1 op de 5 aan dat de impact van de aandoening op de seksuele relatie is besproken op initiatief van de zorgprofessional. Hanning: *'Wanneer een zorgprofessional bijvoorbeeld in een zorgplan bespreking niet alleen inzet op zorg, maar ook op wat zorgvrager en mantelzorger samen beweegt in de relatie, is dat ook een manier om overbelasting te voorkomen. Samen kun je bekijken hoe de onderlinge band ook als iemand ziek wordt, kan blijven.'*

NOOT VOOR DE REDACTIE

Afzender van dit bericht is MantelzorgNL, de Landelijke Vereniging voor Mantelzorgers. Bij dit onderzoek hoort de onderzoeksrapportage van het Nationaal Mantelzorgpanel 'Veranderende relaties'. De uitkomsten van dit onderzoek zijn bijgesloten.

Voor meer informatie over dit persbericht kunt u contact opnemen met:

MantelzorgNL: Fleur Kusters persvoorlichter, via 06 15 52 54 42 of f.kusters@mantelzorg.nl

MantelzorgNL

MantelzorgNL, de Landelijke Vereniging voor Mantelzorgers richt zich samen met ruim 450 regionale en lokale aangesloten organisaties op ondersteuning van, voor en met mantelzorgers (www.mantelzorg.nl).

Nationaal Mantelzorgpanel

In mei 2022 is door MantelzorgNL in samenwerking met Stichting Sick en Sex een vragenlijst uitgezet onder het Nationaal Mantelzorgpanel met als onderwerp 'Veranderende relaties'. De peiling werd ingevuld door 599 mantelzorgers. Met het Nationaal Mantelzorgpanel wil MantelzorgNL behoeften en meningen van mantelzorgers over actuele vraagstukken in kaart brengen. Het panel wordt meerdere keren per jaar bevraagd. Kijk voor de uitkomsten van dit panel en eerdere peilingen op: www.mantelzorg.nl/resultaten

De feiten over mantelzorg

Wat is mantelzorg:

alle hulp aan een hulpbehoevende door iemand uit diens directe sociale omgeving

- 1 op de 3 Nederlanders (16+) gaven in 2020 mantelzorg (circa 5 miljoen mantelzorgers)
- 830.000 mantelzorgers geven zowel langdurig (meer dan 3 maanden) als intensief (meer dan 8 uur per week) hulp
- 9,1% van de mantelzorgers voelt zich zwaar belast (460.000 mantelzorgers)
- Ongeveer 5 op de 6 mantelzorgers geniet van de leuke momenten van het zorgen
- 1 op de 4 werknemers combineert betaald werk met mantelzorg