



Samenwerken met en voor mantelzorgers

Een op de vijf patiënten in een huisartsenpraktijk is mantelzorgers en bij veel andere patiënten zijn mantelzorgers betrokken. Als huisarts zie je beide: op het spreekuur of tijdens huisbezoeken. Vaak is jouw praktijk hun eerste contact met zorgverleners.

Jij kunt ervoor zorgen dat mantelzorgers tijdig aandacht krijgen en zo goed mogelijk betrokken worden bij de behandeling van de patiënt. Samen kom je tot goede zorg in de thuissituatie. Deze aandacht voor mantelzorgers helpt bovendien om overbelasting te voorkomen. Veel mantelzorgers zullen niet uit zichzelf ondersteuning vragen. Zij kennen hun ondersteuningsbehoefte niet precies of zijn zich niet bewust van (dreigende) overbelasting.

Goede ondersteuning van mantelzorgers kun en hoef je niet alleen te bieden. Je kunt als huisarts met andere professionals samenwerken en mantelzorgers doorverwijzen. Vaak zijn rondom mantelzorgers en hun naaste meer zorgverleners betrokken. Als die goed samenwerken, verbetert dat de zorg aan de patiënt en vergroot het de draagkracht van de mantelzorgers.



'Wie helpen u, wat hebben die nodig, weten zij waar ze terecht kunnen voor hulp? Dat zijn vragen die je kunt stellen. Daar wil ik meer aandacht voor vragen.'

Susan Stam - huisarts (bron)



Aandacht voor mantelzorgers

Zorg dat je mantelzorgers in beeld hebt. Vraag patiënten of er mensen zijn die voor hen zorgen of dat ze zelf voor iemand zorgen. Wees je ervan bewust dat de term mantelzorgers niet bekend is bij iedereen en dat veel mantelzorgers zichzelf hierin niet herkennen. Zij zien zichzelf bijvoorbeeld 'gewoon als partner'.

Benoem de mantelzorgers in het dossier van de patiënt.

Stem binnen de praktijk af wie welke rol speelt in het vroegtijdig betrekken, informeren en ondersteunen van mantelzorgers.

Betrek mantelzorgers bij de zorg voor hun naaste: bij de diagnostisering en het opstellen en evalueren van de behandeling. Bespreek met hen het ziektebeeld en denk mee over de thuissituatie. Benut hierbij de expertise van de mantelzorgers: zij kennen de patiënt het beste.

Heb oog voor het welzijn van mantelzorgers. Vraag hoe het gaat, signaleer dreigende overbelasting en maak lichamelijke of psychische klachten van mantelzorgers bespreekbaar. Een overzicht van meetinstrumenten om overbelasting te signaleren vind je [hier](#).



Uitgelicht

Een voorbeeld van een goede samenwerking tussen huisarts en maatschappelijke dienstverlening is het project Welzijn op Recept. De samenwerking tussen huisarts en POH-er heeft er toe geleid dat meer mensen worden doorverwezen richting mantelzorgconsulenten. Hoe? Door handvatten te bieden en het gesprek met mantelzorgers én elkaar aan te gaan.

Aan de slag!



- **Toolkit mantelzorg en (over)belasting voor huisartsen**
Deze uitgebreide toolkit geeft onder andere informatie over hoe je mantelzorgers herkent, of zij ondersteuning nodig hebben en waar je deze ondersteuning kunt vinden.
- **'Wie is wie in de Wijk'**
Deze infographic geeft inzicht in wie belangrijke spelers zijn in het veld van ondersteuning en zorg én wat hun belangrijkste taken zijn.
- **OZOverbindzorg, Carezorgt of Familienet**
OZOverbindzorg, Carezorgt of Familienet zijn digitale communicatieplatforms die verschillende zorgverleners rondom een cliënt en mantelzorger samenbrengen. Zij hebben de regie. Hiermee is in één oogopslag te zien welke zorgverleners betrokken zijn. Hier komen zorg en welzijn samen. Check of deze ook in jouw gemeente in gebruik zijn.
- **Richtlijn Dementie**
Denk ook aan de NHG-richtlijnen zoals de Richtlijn Dementie met adviezen voor mantelzorgers.

Kansen voor samenwerking



- Houd als huisarts samen met andere medisch specialisten de mantelzorgers rondom een patiënt in beeld. Noem de mantelzorger bijvoorbeeld in het dossier en in de overdracht.
- Ken de mogelijkheden tot ondersteuning van mantelzorgers in jouw gemeente, zodat je hen goed kunt verwijzen.
- De lokale mantelzorgorganisaties zijn goed op de hoogte van de mogelijkheden en regelingen. Op MantelzorgNL vind je een overzicht van lokale mantelzorg steunpunten.
- Veel lokale mantelzorg steunpunten willen weten waar mantelzorgers in de gemeente tegenaan lopen. Signaleer jij mogelijkheden voor verbetering of heb je zorgen over mantelzorgondersteuning? Dan kun je dit aan hen voorleggen.
- Ken de andere professionals in de thuishouding van de patiënt, zoals de wijkverpleegkundige, casemanager, sociaal werker en mantelzorgconsulent. Wees proactief in het opzoeken van contact in het geval van complexe zorg en betrokkenheid van mantelzorgers.

Landelijke beroeps-, branche- en belangenverenigingen



- **Landelijke Huisartsen Vereniging (LHV)**
- **Nederlands Huisartsen Genootschap (NHG)**
- **Koninklijke Nederlandse Maatschappij ter bevordering van de Geneeskunde (KNMG)**
- **InEen**



Relevante websites

www.mantelzorg.nl • www.movisie.nl • www.vilans.nl



Kijk ook eens bij de andere inspiratiesheets voor nog meer informatie over samenwerken en mantelzorg.