

WAT IS EEN JONGE MANTELZORGER?



JONGE MANTELZORGERS
ZORGEN VOOR EEN NAASTE,
MAKEN ZICH VEEL ZORGEN EN
KOMEN ZELF ZORG TEKORT

Kinderen en jongeren tot en met 24 jaar die opgroeien met een ziek, lichamelijk of geestelijk gehandicapt of verslaafd familielid worden jonge mantelzorgers genoemd. Meestal gaat het om thuiswonende kinderen die fysiek samenwonen met een langdurig ziek gezinslid. Kinderen en jongeren met een langdurig zieke broer of zus worden vaak 'brus' genoemd. De aard van de zorg van jonge mantelzorgers bestaat vooral uit huishoudelijke taken en het geven van emotionele steun aan het chronisch zieke of gehandicapte gezinslid. De emotionele belasting weegt het zwaarst. Veel zorgende jongeren ervaren vermoeidheid, psychische problemen, concentratieproblemen en slaapttekort door hun thuissituatie. Jonge mantelzorgers lopen het risico op (psychische) overbelasting.

AANTALLEN JONGE MANTELZORGERS:

Circa een kwart van alle jongeren groeit op in een gezin met een ziek familielid. Nivel (2008) hanteert de volgende cijfers:

- 694.000 tot 810.000 kinderen wonen met een chronisch (somatisch) zieke of matig/ernstig lichamelijk beperkte ouder, waarvan er 409.000 tot 476.000 jonger dan 18 jaar zijn
- 95.000 tot 190.000 thuiswonende kinderen geven in meer of mindere mate wel eens instrumentele zorg aan hun ouder
- 1.200.000 kinderen hebben een ouder met een psychiatrische diagnose
- 370.000 kinderen hebben een chronisch zieke of beperkte broer of zus
- 250.000-400.000 kinderen hebben een verslaafde ouder

Kijk voor de filmpjes op
www.bikkelseducatie.nl

IMPACT OP JONGE MANTELZORGERS:

JONGE MANTELZORGERS ZIJN EERDER ZELFSTANDIG EN ZE LEREN AL VROEG PRAKTISCHE VAARDIGHEDEN. ER IS ECHTER OP KORTE EN LANGE TERMIJN OOK KANS OP NEGATIEVE GEVOLGEN:

Parentificatie: rolomkering tussen ouder en kind waardoor het kind teveel verantwoordelijkheden heeft en zich niet gezond kan ontwikkelen. Kijk hiervoor ook aflevering 5 (Praten helpt) of lees meer van Deirdre Beneken genaamd Kolmer.

Jonge mantelzorgers gezond op laten groeien

Door de huidige maatschappelijke ontwikkelingen van decentralisaties en extramuralisatie neemt de druk op mantelzorgers toe. Het aantal jonge mantelzorgers en de kans op overbelasting zal door deze veranderingen ook toenemen. Belangrijk is dat kinderen kind kunnen blijven en ouders hun ouderrol kunnen blijven vervullen. Extra aandacht voor jonge mantelzorgers is daarom nu en in de toekomst erg belangrijk.

- Ze hebben meer opgroei- en opvoedproblemen: teveel verantwoordelijkheden, weinig ontspanning, weinig tijd voor eigen ontwikkeling, moeite met school.
- Meer lichamelijke en emotionele klachten: somber, stress, moe, lage zelfwaardering.
- Ze doen op latere leeftijd vaker een beroep op de (geestelijke) gezondheidszorg.
- Kinderen en jongeren van ouders met psychiatrische problemen hebben 1,5 keer zo veel kans op het ontwikkelen van een psychiatrische stoornis dan anderen.



Landelijke Vereniging voor
Mantelzorgers en Vrijwilligerszorg

e: info@mezzo.nl w: www.mezzo.nl
🐦 [@mezzo_nl](https://twitter.com/mezzo_nl) 📘 [mezzomantelzorg](https://www.facebook.com/mezzomantelzorg)

Meer weten? Mail Renée Gunst, r.gunst@mezzo.nl
en kijk op mezzo.nl/jonge_mantelzorgers