

Steun aan mantelzorgers terminale patiënten

PEARLS bieden de lezer bruikbare wetenschap voor de werkvloer, op basis van de Cochrane Database of Systematic Reviews. De coördinatie is in handen van dr. F.A. van de Laar, Cochrane Primary Health Care Field, UMC St Radboud Nijmegen. Correspondentie: f.vandelaar@elg.umcn.nl

Context Naasten spelen vaak een centrale rol in de complexe zorgbehoeften van patiënten in de terminale fase. Deze informele zorg kan een grote fysieke, psychologische en economische belasting zijn. Programma's voor deze mantelzorgers zouden een positief effect kunnen hebben op hun welbevinden. **Klinische vraag** Hebben steunende interventies aan mantelzorgers van patiënten in de palliatief-terminale fase effect op hun psychologische en lichamelijke welbevinden?

Conclusies auteurs Directe steun aan mantelzorgers vermindert psychologische stress, verbetert coping en vergroot kwaliteit van leven. Het blijft onduidelijk welke steunende interventie het meeste effect heeft. De auteurs menen dat artsen aan de hand van de behoeften van mantelzorgers moeten overwegen welke steunende interventies de draagkracht van mantelzorgers kunnen vergroten.

Beperkingen De onderzoeksdata waren beperkt, de interventies in de elf geïncludeerde onderzoeken waren verschillend, de methoden waarmee het effect werd gemeten varieerden en de ziektefase op het moment van inclusie was divers. Slechts één onderzoek keek naar het effect op het fysieke welbevinden in de zin van slaapkwaliteit. Geen enkel onderzoek keek naar het effect op het gebruik van professionele zorg en er werd niet gekeken naar eventuele schadelijke effecten van de interventie zoals onvrede over de extra zorg. De effecten van de twee indirecte onderzoeken konden niet worden meegenomen omdat er tekortkomingen waren in de onderzoeksopzet. In geen van de onderzoeken werden de onderzoeksmethoden voldoende beschreven.

Bron Candy B, Jones L, Drake R, Leurent B, King. Interventions for supporting informal caregivers of patients in the terminal phase of a disease. Cochrane Database Syst Rev 2011, Issue 6. Art No: CD007617. De review omvat 11 onderzoeken en 1836 patiënten.

COMMENTAAR

De WHO vindt dat zorg voor mantelzorgers een essentieel onderdeel is van palliatieve zorg. Nederland telde in 2008 volgens het Sociaal en Cultureel Planbureau 3,5 miljoen mantelzorgers. Ongeveer 70.000 van hen gaven hulp aan een naaste die thuis overleed. Mantelzorg kan veel voldoening geven als deze goed verloopt en de naaste waardig overlijdt, maar is ook vaak

zwaar en complex. Meer dan driekwart van de mantelzorgers voelt zich enigszins tot zwaar overbelast. Hoewel de meeste patiënten thuis willen sterven worden zij door overbelasting van mantelzorgers vaak in de laatste weken nog opgenomen in een ziekenhuis of verpleeghuis. De vergrijzing zal het aantal patiënten dat thuis wil sterven en het aantal mantelzorgers doen toenemen. Door de geplande bezuinigingen in de zorg zal de belasting van mantelzorgers nog verder toenemen. De LHV onderkent het probleem en heeft in samenwerking met het Expertise Centrum Mantelzorg en de Landelijke Vereniging voor Mantelzorgers (MEZZO) de *Toolkit mantelzorg in de huisartspraktijk* ontwikkeld. Deze Toolkit gaat uit van een proactieve aanpak in de ondersteuning van mantelzorgers om overbelasting te voorkomen.

Uit de degelijk uitgevoerde review wordt duidelijk dat het meten van de effectiviteit van interventieonderzoek met gerandomiseerde onderzoeken een complexe aangelegenheid is. In de elf onderzoeken werden uiteenlopende interventies gedaan: (1) praktische steun als huishoudelijke hulp en respijtzorg, (2) psychologische hulp gericht op verbetering van probleemoplossend vermogen, (3) stimuleren van welbevinden door counseling, ontspanningsgerichte therapie en psychotherapie, (4) indirecte interventies na een palliatieve zorgconsultatie voor de patiënt. De doelen van de interventies varieerden van het verminderen van stress, het vergemakkelijken van steun en communicatie, het verbeteren van kwaliteit van leven, het vergroten van zelfredzaamheid tot het voorkomen van pathologische rouw.

De auteurs verdienen lof voor de manier waarop ze de vele obstakels hebben geslecht om tot de conclusie te komen dat er enige bewijskracht is dat directe steun aan mantelzorgers psychologische stress vermindert, coping verbetert en kwaliteit van leven vergroot. Hoewel uit de review niet duidelijk wordt op welk moment de interventies werden gedaan en welke interventies het meeste effect hebben, lijkt het logisch dat een proactieve aanpak de kans op effect vergroot. Ik ben met de auteurs van mening dat artsen de behoeften en zorgen van mantelzorgers van palliatief-terminale patiënten in kaart moeten brengen en moeten overwegen welke steunende interventies de draagkracht van mantelzorgers kunnen vergroten. In Nederland is de huisarts de meest continue zorgverlener in het palliatief-terminale systeem en daarmee bij uitstek geschikt om preventief en proactief op te treden bij overbelasting van mantelzorger(s). Praktijkondersteuners, wijkverpleegkundigen, het Steunpunt Mantelzorgers en mantelzorgmakelaars horen bij het netwerk dat beschikbaar is om mantelzorgers zorg op maat te bieden. ■