

Bijlage Onderzoek naar overbelasting van degene die de gebruikelijke hulp dient te bieden

Algemeen

De Wmo-consulent onderzoekt altijd of er in de individuele situatie moet worden afgeweken van de algemene regels. Reden om in de individuele situatie af te wijken, kan zijn dat degene van wie wordt verwacht dat zij taken of activiteiten overneemt in het kader van gebruikelijke hulp, overbelast dreigt te raken (hierna de huisgenoot). Overbelasting is: meer belasten dan het prestatievermogen toelaat. In medische kringen praten we over het(on)evenwicht tussen draagkracht(belastbaarheid) en draaglast (belasting). Overbelasting kan veroorzaakt worden door een combinatie van symptomen van lichamelijke of psychische aard en wordt bepaald door in- en uitwendige factoren.

Factoren die van invloed zijn op de draagkracht:

- * lichamelijke conditie huisgenoot
- * geestelijke conditie huisgenoot
- * wijze van omgaan met problemen (coping)
- * motivatie voor ondersteunings- en/of zorgtaak
- * sociaal netwerk

Factoren die van invloed zijn op de draaglast:

- * omvang en mate van (on)planbaarheid van ondersteuningstaken; ziektebeeld en prognose
- * inzicht van persoon in ziektebeeld van de cliënt
- * woonsituatie
- * bijkomende sociale problemen
- * bijkomende emotionele problemen
- * bijkomende relationele problemen
- * Onderzoek naar de draaglast en draagkracht

Het kan soms heel duidelijk zijn dat de huisgenoot overbelast is. Is dit minder duidelijk, dan zal dit in het gesprek maar zeker bij de beoordeling van de aanspraak (indicatie) moeten worden uitgediept. De beperkingen in de belastbaarheid vanwege de gezondheid van de huisgenoot dienen te worden beoordeeld door een arts. In voorkomende gevallen kan het opnemen van contact met de behandelende sector volstaan om hierover een oordeel te vormen. In andere gevallen zal om een extern medisch advies moeten worden gevraagd.

Het onderzoeken van overbelasting

Onderzoeksvragen die de Wmo-consulent zouden kunnen helpen bij het verkrijgen van een indruk over de eventuele overbelasting van de huisgenoot:

- * Wat zegt de huisgenoot er zelf over, hoe ervaart hij of zij het ondersteunen en/of bieden van zorg?
- * Hoe is de (lichamelijke en geestelijke) gezondheid van de huisgenoot?
- * Zijn er signalen van overbelasting: nervositeit, vermoeidheid?
- * Heeft de huisgenoot een uitlaatklep? Heeft hij of zij de mogelijkheid om activiteiten buitenshuis te doen?
- * Kan iemand zijn verhaal kwijt bij vrienden, familie of professionals? Wordt er respijtzorg geboden zodat de huisgenoot even op adem kan komen?
- * Hoe is de relatie tussen de huisgenoot en de cliënt? Hoe stelt de cliënt zich op, veeleisend of juist dankbaar? Kan de huisgenoot grenzen aangeven en 'nee' zeggen? Is er irritatie tussen de huisgenoot en de cliënt?
- * Heeft de huisgenoot inzicht in de beperkingen van de cliënt? (Als men weet dat bepaald gedrag uit bijvoorbeeld een ziekte of aandoening voortkomt, kan het gemakkelijker zijn dat gedrag te accepteren)
- * Hoeveel tijd heeft de huisgenoot? Heeft iemand een baan, een eigen gezin, een ander familielid dat ondersteuning of zorg (verpleging en verzorging) behoeft? Voorbeeld. Een echtgenoot ondervindt beperkingen terwijl zijn vrouw ook al voor haar ouders zorgt.
- * Is de ondersteuning of de zorg te plannen of is er continu controle en toezicht nodig?
- * Hoe is de prognose? (Een terminale situatie is altijd zwaar, maar een situatie die langdurig en stabiel is, kan ook veeleisend zijn)
- * Wat zijn de knelpunten in de ondersteuning en/of de zorg?

* Hoe is de woonsituatie? Woont men afgelegen, of in een flat zonder lift zodat de cliënt en de huisgenoot min of meer samen opgesloten zitten.

Symptomen die zouden kunnen wijzen op overbelasting

Diverse symptomen zijn waar te nemen bij (dreigende) overbelasting. De mate waarin ze zich manifesteren, zal van persoon tot persoon verschillen. Daarnaast dient men zich te bedenken dat het hierbij om veelal aspecifieke symptomen gaat die ook bij andere stoornissen kunnen passen. Dit is een van de redenen waarom de beoordeling hiervan bij een medisch adviseur moet worden neergelegd. Het bestaan van deze symptomen moet dus als een mogelijk signaal worden opgevat.

Mogelijke symptomen van overbelasting zijn:

- * Gespannen spieren, vaak in schoudergordel en rug.
- * Hoge bloeddruk.
- * Gewrichtspijn.
- * Gevoelens van slapte.
- * Slapeloosheid.
- * Migraine, duizeligheid.
- * Spierkrampen.
- * Verminderde weerstand, ziektegevoeligheid.
- * Opvliegingen.
- * Ademnood en gevoelens van beklemming op de borst.
- * Plotseling hevig zweten.
- * Gevoelens van beklemming in de hals.
- * Spiertrekkingen in het gezicht.
- * Verhoogde algemene prikkelbaarheid, boosheid, (verbale) agressie, zwijgen. Ongeduld.
- * Vaak huilen.
- * Neerslachtigheid.
- * Isolering.
- * Verbittering.
- * Concentratieproblemen.
- * Dwangmatig denken, niet meer kunnen stoppen.
- * Rusteloosheid.
- * Perfectionisme.
- * Geen beslissingen kunnen nemen.
- * Denkblokkades.