

## **Persbericht: Meer fysieke klachten bij zorg- en hulpverleners**

**De resultaten van de nationale opvolger van de ZorgSamen-barometer, Power To Care-enquête, tonen een toename van fysieke klachten zoals hoofd- en spierpijn door druk op zorgmedewerkers in COVID-19 crisis. Dit persbericht is een aanvulling op Vlaams niveau op de resultaten en het persbericht van de nationale Power To Care-enquête.**

Van 8 tot 15 december 2020 namen 3.140 zorg- en hulpverleners deel aan de enquête 'POWER TO CARE' van Sciensano. De enquête toetst naar het welzijn en de nood aan ondersteuning van deze groep, die door de COVID-19-crisis onder een toenemende druk staat. De POWER TO CARE-enquête is de nationale opvolger van de ZorgSamen-barometer waarvan in Vlaanderen reeds vier edities plaatsvonden. De huidige enquête is een initiatief van Sciensano en LIGB-(KU Leuven) met als partners Steunpunt Geestelijke Gezondheid/Te Gek!?, Zorgnet-Icuro, Santhea, Unessa en Gibbis.

In deze vijfde enquête leggen we de nadruk op onze bevindingen over de persoonlijke, professionele impact en lichamelijke klachten. Aan de medewerkers werd gevraagd of ze bepaalde symptomen herkennen wanneer ze werken in normale omstandigheden (voor COVID-19) en in welke mate ze symptomen herkenden de voorbije week.

In Vlaanderen werden beroeporganisaties van zorg- en hulpverleners, koepelorganisaties van ziekenhuizen, woonzorgcentra, mutualiteiten en andere instellingen (bv. voorzieningen voor personen met een beperking) gecontacteerd door De ZorgSamen, een initiatief dat gecoördineerd wordt door het Steunpunt Geestelijke Gezondheid / Te Gek!?

In Vlaanderen namen 1469 professionele zorg- en hulpverleners deel aan de eerste nationale enquête. Waarvan: 25.9% uit de eerste lijn, 18.9% uit ziekenhuizen, 17.2% uit een voorziening voor mensen met een beperking, 11.6% uit woonzorgcentra, 10.8% uit de geestelijke gezondheidszorg en 7.6% uit welzijn.

Volgende cijfers gelden als cijfers op Vlaams niveau:

### **PERSOONLIJKE IMPACT**

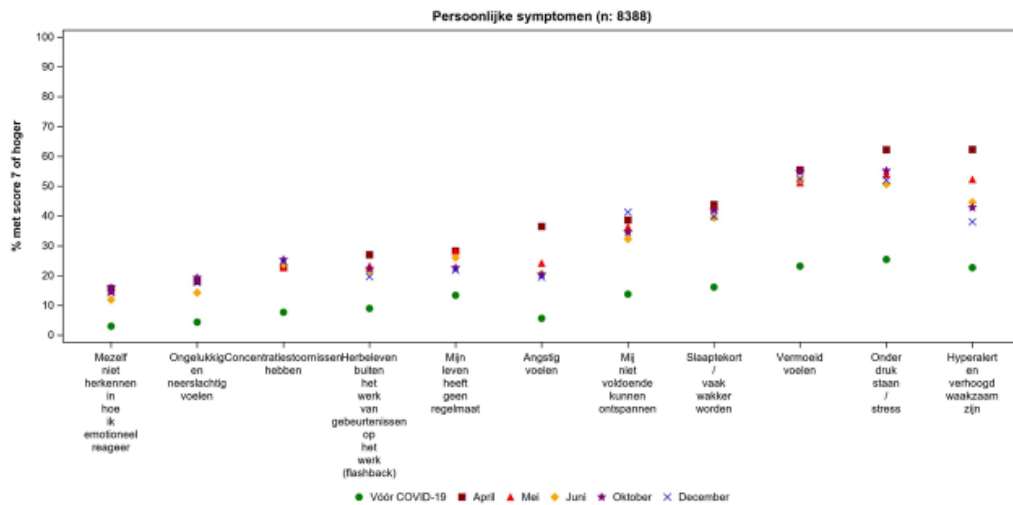
In de voorbije week (van 8 tot 15 december) voelden 19.5 % van de bevroegden zich angstig, 8.8 % ervaart dit in normale omstandigheden. Het percentage van de medewerkers dat zich angstig voelde, daalt licht ten opzichte van de laatste meting (april 36.9%, mei 24.2%, juni 20.6%, oktober 20.4%).

19.7% geeft aan dat ze werk-gerelateerde gebeurtenissen herbeleven buiten het werk. Een percentage dat daalt ten opzichte van de vorige metingen (april 27.8%, mei 23.2%, juni 21.6%, oktober 22.3%).

38.1% geeft aan hyperalert en verhoogd waakzaam te zijn. Een daling ten opzichte van de vorige metingen. Ter vergelijking: 63.0% in april, 52.3% in mei, 44.7% in juni en 43.0% van de respondenten gaf dit aan in oktober. In normale omstandigheden voelt 25.3% zich hyperalert.

41.3 % geeft aan zich niet voldoende te kunnen ontspannen. Een percentage dat in stijgende lijn gaat ten opzichte van de vorige metingen. (april 39.0%, mei 36.4%, juni 32.3%, oktober 34.6%). 23.0% geeft aan dit gevoel te hebben in normale omstandigheden.

## Persoonlijke impact: evolutie



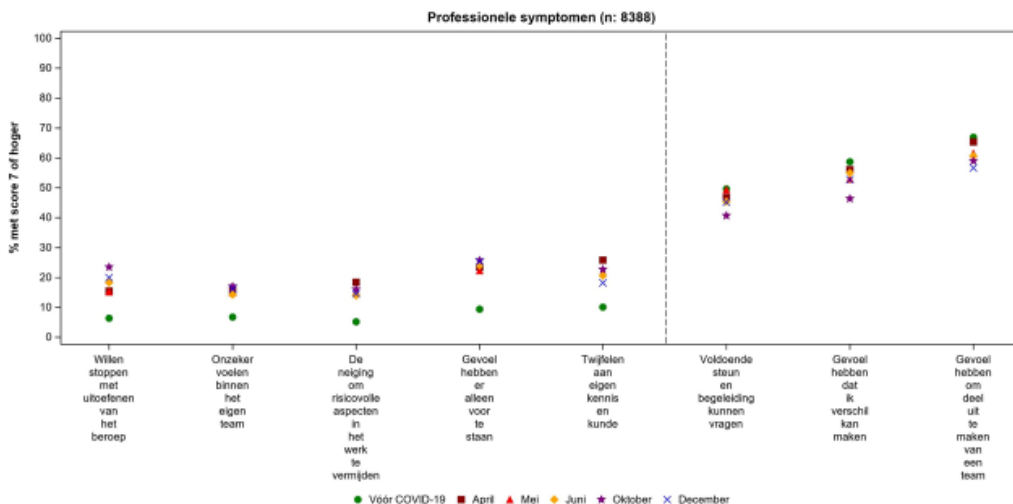
### PROFESSIONELE IMPACT

Twijfelen aan eigen kennis en vaardigheden kent de grootste daling sinds de start van de metingen. 18.2% geeft aan dit te doen. Ter vergelijking: in april gaf 26.2% van de respondenten dit aan, 21.6% in mei, 20.7% in juni en 22.7% in oktober. 12.8% zegt dit te doen in normale omstandigheden.

Willen stoppen met het uitoefenen van beroep kent een lichte daling ten opzichte van vorige meting. In december geeft 20% van de bevroegden dit aan. Ten opzichte van 23.5% in oktober. 8.1% zegt onder normale omstandigheden te willen stoppen.

56.6% dat ze het gevoel hebben deel uit te maken van een team. Dit percentage ligt lager in vergelijking met normale omstandigheden (68.0%). Ook hier zien we de grootste daling sinds de start van de metingen (66.2% in april, 61.6% in mei, 60.7% in juni en 59.0% in oktober).

## Professionele impact: evolutie



### LICHAMELIJKE KLACHTEN

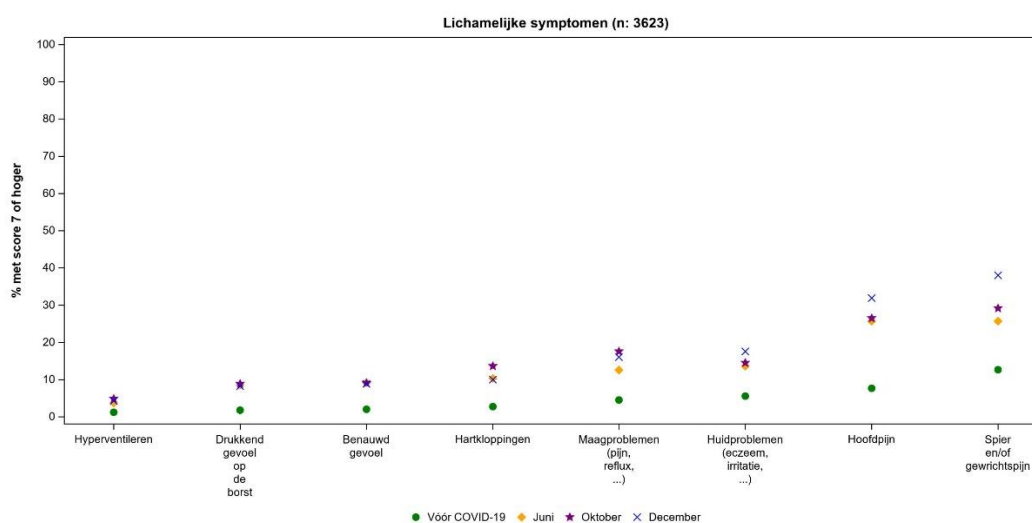
Uit de enquête blijkt dat er een toename is van bepaalde fysieke klachten.

31.9% heeft vaak last van hoofdpijn. In normale omstandigheden ervaart 12.6% dit. De aanwezigheid van deze lichamelijke klacht stijgt in vergelijking met de vorige metingen: 25.7% in juni en 26.5% in oktober.

38.0% ervaart spier- en gewrichtspijn. In normale omstandigheden ervaart 22.8% dit. De aanwezigheid van deze lichamelijke klacht stijgt in vergelijking met de vorige metingen: 25.7% in juni en 29.2% in oktober.

17.6% ervaart huidproblemen. In normale omstandigheden ervaart 9.0% dit. De aanwezigheid van deze lichamelijke klacht stijgt in vergelijking met de vorige metingen: 13.6% in juni en 14.5% in oktober.

Andere lichamelijke reacties die vaak stress-gebonden zijn dalen of blijven op gelijk niveau: 16.1% geeft aan maagproblemen te ervaren, 10.0% hartkloppingen, 8.2% een drukkend gevoel op de borst, 4.3% hyperventilatie, 8.9% geeft aan een benauwd gevoel op de borst te hebben ervaren.



## BLIJVENDE AANDACHT VOOR HET MENTAAL WELZIJN IS VAN BELANG

Met deze vijfde meting kunnen we in Vlaanderen de evolutie opvolgen wat nog niet mogelijk is in de andere regio's. We zien dat heel wat psychische en lichamelijke reacties op zorgverleners de golfbewegingen van de twee COVID-19 golven volgt.

Belangrijke psychische reacties, in combinatie met één op vijf van de deelnemers dat er vaak aan denkt de job te verlaten én steeds meer deelnemers die lichamelijke reacties beschrijven, vraagt dat zorgverleners, directies alsook de overheid dit blijven opvolgen.

De resultaten tonen de noodzaak om blijvend aandacht te hebben voor het mentaal welzijn voor iedereen die in de zorg en welzijn werkt. De enquête toont een toename van fysieke klachten zoals hoofdpijn, spier- en gewrichtspijn en huidproblemen. Meer zorg – en welzijnsmedewerkers geven aan zich niet voldoende te kunnen ontspannen. Tien maanden van leven en werken met COVID-19 laat zich voelen. Mogelijk heeft langdurige stress een impact op deze symptomen. Tegelijkertijd blijven acute symptomen onze aandacht vragen.

Desalniettemin ervaren nu minder zorg- welzijnsmedewerkers negatieve reacties op bepaalde indicatoren. De bevroegden voelen zich nu minder angstig en herbeleven minder werk-gerelateerde gebeurtenissen buiten het werk dan in de eerste Corona-golf. Daarnaast is er nu minder verhoogde waakzaamheid en hyperalertheid, wat de vraag doet stellen of er gewinning aan de COVID-19 crisis

optreedt bij de zorg- en welzijnsmedewerkers. Al deze reacties blijven wel significant hoger dan in vergelijking met de periode voor Corona.

## ONDERSTEUNING VANUIT HET PLATFORM [WWW.DEZORGSAKEN.BE](http://WWW.DEZORGSAKEN.BE)

Het platform [www.dezorgsamen.be](http://www.dezorgsamen.be) blijft rots in de branding voor het versterken van veerkracht. Met vuistregels die helpen om de veerkracht te versterken, getuigenissen van medewerkers, webinars die helpen om zelfzorg-vaardigheden te versterken, filmpjes over hoe je het gesprek aangaat met je collega als je merkt dat het er niet goed mee gaat...

Dezorgsamen.be is gericht op wie werkt als zelfstandige zorgverlener, in de eerste lijn, een ziekenhuis, woon – en zorgcentrum, jeugdhulp, gezinsondersteuning, voorziening voor mensen met een beperking, in de thuiszorg of kinderopvang of wie mantelzorger is.

Het platform DeZorgSamen speelt in op de resultaten van de enquête door in de komende periode in te zetten op:

- **Verbinding.** In de zorg werk je niet alleen. Samen staan we sterker en kunnen we elkaar ook versterken. Daarom ontwikkelden we **digitale bedankingskaartjes** die collega's, leidinggevenden... kunnen versturen en een hart onder de riem kunt steken.
- **Versterken van de zelfzorgvaardigheden.** De cijfers tonen het aan. Wie zorgt voor een ander staat onder grote druk. Daarom is het belangrijk om goed voor jezelf te zorgen. En net dit is niet evident in deze tijden. Daarom organiseert DeZorgSamen op zaterdag 23 januari een **webinar over piekeren**. (Meer info en inschrijven: <https://www.dezorgsamen.be/webinar/omgaan-met-piekeren/>)

### Coördinatie onderzoek:

Kris Doggen, Sciensano: [Kris.Doggen@sciensano.be](mailto:Kris.Doggen@sciensano.be)

Prof. Dr. Kris Vanhaecht, LIGB-KULeuven: [Kris.Vanhaecht@kuleuven.be](mailto:Kris.Vanhaecht@kuleuven.be)

### Initiatieven De ZorgSamen:

Nina De Paepe, Steunpunt Geestelijke Gezondheid/ Te Gek!?: 0468 03 76 66 [nina@steunpuntgg.be](mailto:nina@steunpuntgg.be)

### Meer informatie:

<https://www.sciensano.be/nl/pershoek/neem-deel-aan-de-enquete-power-care>

STEUNPUNT  
GEESTELIJKE  
GEZONDHEID

