

## Stappenplan belastingvoordeel

### De aftrek van zorgkosten over het jaar 2021

Door een handicap of ziekte komt u bijna altijd voor meerkosten te staan. U betaalt bij voor medische zorg, hulpmiddelen, aanpassingen, extra kleding, reiskosten, dieetvoeding en nog veel meer. Een deel van die kosten kunt u terugkrijgen via de aangifte inkomstenbelasting. Ook als u een laag inkomen hebt (bijvoorbeeld op het sociale minimum) en nauwelijks belasting betaalt. Maak gebruik van de aftrek van zorgkosten!

Dit artikel gaat over de belastingaangifte over 2021.  
U kunt deze aangifte doen vanaf 1 maart 2022.

In dit artikel vindt u een kort stappenplan voor deze aftrek. Wilt u meer weten? Kijk dan op de website [Meerkosten.nl](https://meerkosten.nl). Bedenk daarbij wel dat het altijd voordeliger is om kosten vergoed te krijgen (bijvoorbeeld door de gemeente of door uw zorgverzekeraar), dan ze zelf te betalen en daarna af te trekken als zorgkosten!

De aftrek van zorgkosten is helaas niet eenvoudig. Gelukkig zijn er veel [organisaties die u kunnen helpen](#). Neem voor meer informatie contact op met uw gehandicaptenorganisatie, patiëntenvereniging, ouderenorganisatie, belastingwinkel of vakbond.

#### Stap 1: Doe aangifte inkomstenbelasting

- Zet uw computer aan, ga naar [mijn.belastingdienst.nl](https://mijn.belastingdienst.nl) en log in met uw DigiD
- Klik op Inkomstenbelasting
- Klik op Belastingjaar 2021
- Klik op Aangifte inkomstenbelasting doen

U kunt tussentijds uw aangifte bewaren en later verdergaan. De Belastingdienst kijkt pas mee als u de aangifte instuurt.

#### Stap 2: Check uw gegevens

De Belastingdienst heeft uw persoonlijke gegevens al voor u ingevuld. Ook de gegevens over uw loon, uitkering of pensioen staan er al in. Net als de gegevens van uw bankrekeningen en spaartegoeden. Kijk alles nog een keer goed na. Vul zo nodig de gegevens aan. Bijvoorbeeld over uw partner, uw onderneming, uw eigen woning of spaartegoeden boven de geldende vrijstellingen. Als u die hebt.

### Stap 3: Vink Zorgkosten aan

Nadat u de vorige gegevens hebt ingevuld, komt u in het tabblad Uitgaven.

- Vink Zorgkosten aan. Als u nog andere aftrekposten hebt (zoals uitgaven voor tijdelijk verblijf thuis van een gehandicapten), dan vinkt u die ook aan.

**Aangifte inkomstenbelasting**

- ✓ Introductie
- ✓ Persoonlijke gegevens
- ✓ Partner
- ✓ Persoonlijke gegevens uw partner
- ✓ Persoonlijke gegevens kinderen
- ✓ Ondernemingen
- ▶ Inkomsten
- ✓ Woningen en andere onroerende zaken
- ▶ Bankrekeningen en andere bezittingen
- ✓ Hypotheken en andere schulden
- ▼ **Uitgaven**
- ▶ Aanvullende vragen
- ▶ Overzicht belasting en premies

Naar ondertekenen

Uitgebreide help  
Afdrukken (pdf)  
Opslaan  
Afsluiten  
Twitter  
Veelgestelde vragen

### Uitgaven

**Welke uitgaven hadden u en uw partner**

- Uitgaven voor lijfrente, alleen bij een pensioentekort
- Uitgaven voor de volgende inkomensvoorzieningen:
  - een arbeidsongeschiktheidsverzekering
  - een verzekering voor een meerderjarig invalide (klein)kind
- Zorgkosten** Alleen de uitgaven waarvoor u (gedeeltelijk) geen vergoeding kreeg.
- Giften aan:
  - een ANBI, bijvoorbeeld een goed doel of een kerkelijke instelling
  - een vereniging
  - een stichting SBBi
- Uitgaven voor studie of opleiding. Alleen studies die niet onder de studiefinanciering vallen.
- Uitgaven voor alimentatie aan een ex-partner en andere onderhoudsverplichtingen (geen kinderalimentatie)
- Uitgaven voor tijdelijk verblijf thuis van een gehandicapte. Alleen als hij of zij:
  - meestal in een Wlz-instelling verbleef
  - 21 jaar of ouder was
- Uitgaven die u vóór 2020 hebt gedaan. U hebt deze uitgaven eerder aangegeven maar kon ze niet (helemaal) aftrekken omdat uw inkomen te laag was.

Vorige **Akkoord**

- Klik op Akkoord. U komt nu in het tabblad Zorgkosten.

**Aangifte inkomstenbelasting**

- ✓ Introductie
- ✓ Persoonlijke gegevens van Blanco
- ✓ Partner
- ✓ Persoonlijke gegevens uw partner
- ✓ Persoonlijke gegevens kinderen
- ✓ Ondernemingen
- ▶ Inkomsten
- ✓ Woningen en andere onroerende zaken
- ▶ Bankrekeningen en andere bezittingen
- ✓ Hypotheken en andere schulden
- ▼ **Uitgaven**
- ▶ **Zorgkosten**
- ▶ Aanvullende vragen
- ▶ Overzicht belasting en premies

Naar ondertekenen

Uitgebreide help  
Afdrukken (pdf)  
Opslaan  
Afsluiten  
Twitter  
Veelgestelde vragen

### Zorgkosten

**i** U mag in dit scherm zorgkosten invullen die u maakt voor:

- uzelf
- uw partner

U mag ook zorgkosten invullen voor de volgende personen als zij niet in staat waren de kosten zelf te betalen:

- uw kinderen jonger dan 27 jaar
- ernstig gehandicapte personen van 27 jaar of ouder met wie u in gezinsverband woont
- ouders, broers of zussen die bij u in huis wonen en afhankelijk zijn van uw zorg

**i** Vul alleen het deel van de kosten in waarvoor u geen vergoeding kreeg. Pas als uw kosten hoger zijn dan € , kunt u belastingaftrek krijgen.

**Let op!** Dit bedrag kan veranderen als u elders in het formulier uw gegevens aanpast.

<input type="checkbox"/> Geneeskundige hulp	€
<input type="checkbox"/> Reiskosten ziekenbezoek	€
<input type="checkbox"/> Medicijnen op doktersvoorschrift	€
<input type="checkbox"/> Hulpmiddelen	€
<input type="checkbox"/> Vervoerskosten door ziekte of invaliditeit	€
<input type="checkbox"/> Extra uitgaven voor kleding en beddengoed (vast bedrag)	€
<input type="checkbox"/> Afschrijving op uitgaven vóór 2014 voor een rolstoel, scootmobiel of woningaanpassing	€
<input type="checkbox"/> Extra gezinshulp	€

**Diet op voorschrift van een dokter of diëtist**

Heeft u of uw partner kosten gemaakt voor een dieet op voorschrift van een dokter of diëtist?  Ja  Nee

Vorige **Akkoord**

In het bovenste witte veld staat voor wie u zorgkosten mag aftrekken. In het tweede witte veld staat het drempelbedrag. Alleen als u (samen met uw fiscale partner) in totaal meer zorgkosten hebt dan de drempel, blijft er aftrek over. De drempel is afhankelijk van uw (gezamenlijke) inkomen. Het bedrag dat hier staat heeft de online aangifte zelf berekend, op basis van de gegevens over uw situatie en uw inkomen die u eerder hebt ingevuld.

Voor de aftrek van zorgkosten geldt een aantal algemene regels. U moet de kosten in 2021 zelf betaald hebben. Kreeg u een vergoeding, dan kunt u dat deel niet aftrekken. Verder gelden er per onderdeel van de aftrek telkens andere regels.

In het onderste blauwe veld van het tabblad Zorgkosten staan de posten die aftrekbaar zijn. Posten die niet in dit lijstje staan, zijn dus niet aftrekbaar. Eigen bijdragen voor zorg zijn nooit aftrekbaar. Ook niet als het gaat om een eigen bijdrage voor zorg, voorzieningen of hulpmiddelen die wel in het lijstje staan. Toch blijven er vaak kosten over die u wel kunt aftrekken. Het loont dus de moeite om het lijstje in te vullen.

#### **Stap 4: Zet uw kosten op een rijtje**

Hebt u kosten bij de verschillende onderdelen? Zorg er dan voor dat u de gegevens hierover overzichtelijk in een map bewaart. U vult bij elke post in de aangifte namelijk alleen het totaalbedrag in. Maar de Belastingdienst kan u wel om een onderbouwing vragen. Kunt u die niet leveren, dan zal de inspecteur de aftrek niet accepteren. Bewaar uw administratie daarom goed, gedurende vijf jaar.

Doet u als fiscale partners samen aangifte? Tel dan de uitgaven van u en uw fiscale partner bij elkaar op en vul telkens het totaalbedrag in.

#### **Geneeskundige hulp**

Het gaat hier om kosten voor medische en paramedische zorg, inclusief tandartskosten. Denk ook aan erkende medische behandelingen in het buitenland die uw verzekeraar niet vergoedt. Het moet wel altijd gaan om behandelingen door artsen of paramedici die werken volgens in Nederland geldende medische standaarden. Ook uitgaven voor particuliere ziekenzorg (verpleging en verzorging) vallen onder deze post.

#### **Reiskosten ziekenbezoek**

Voor bezoek aan een (voormalige) huisgenoot die minstens 10 km verderop verpleegd wordt. Reiste u per openbaar vervoer of met een taxi, dan zijn de kosten volledig aftrekbaar. U moet dan wel de bonnen bewaren! Nam u de auto, dan geldt een standaardtarief van € 0,19 per kilometer.

#### **Medicijnen op doktersvoorschrift**

Het gaat om geneesmiddelen en verbandmiddelen, op voorschrift van een erkende arts. Ook uitgaven voor homeopathische middelen zijn aftrekbaar, maar alleen als ze door een erkende arts zijn voorgeschreven.

#### **Hulpmiddelen**

Denk aan steunzolen, elastische kousen en prothesen (waaronder ook bruggen die een tandarts aanbrengt), aanpassingen aan een auto, fiets of ander vervoermiddel. Niet aftrekbaar zijn de uitgaven voor brillen, contactlenzen, eenvoudige loophulpmiddelen (stokken, krukken en rollators), rolstoelen, scootmobielen en woningaanpassingen.

### **Vervoerskosten door ziekte of invaliditeit**

Denk vooral aan ziekenvervoer voor bezoeken aan artsen of andere behandelaars. Reisde u per openbaar vervoer of met een taxi, dan zijn de kosten volledig aftrekbaar. Nam u de auto, ga dan uit van de werkelijke kosten per kilometer, dus inclusief afschrijving en onderhoud. U kunt die kilometerprijs berekenen op basis van de ANWB Autokostenmodule. Kreeg u een vergoeding van de zorgverzekeraar voor het ziekenvervoer, dan moet u die in mindering brengen op de aftrek.

In sommige gevallen zijn ook de meerkosten voor leefvervoer (privé vervoer) aftrekbaar, maar in de praktijk is dat lastig. U moet aantonen dat u vanwege uw handicap of ziekte meer vervoerskosten hebt dan anderen, die voor het overige (inkomen, gezinssamenstelling) in dezelfde situatie zitten als u. Dat lukt alleen als u (1) een volledige administratie bijhoudt van al uw vervoerskosten en (2) kunt nagaan wat een vergelijkbaar iemand normaal gesproken aan vervoerskosten heeft. Een tabel hiervoor kunt u vinden op de site van het Nibud.

### **Extra uitgaven voor kleding en beddengoed (vast bedrag)**

Deze aftrek geldt alleen voor huisgenoten en alleen voor meerkosten ten opzichte van andere mensen die geen ziekte of beperking hebben. Er geldt een laag forfait van € 300 voor extra uitgaven die u wel aannemelijk kunt maken, maar niet hoeft aan te tonen. Zijn uw extra uitgaven aantoonbaar hoger dan € 600? Dan kunt u € 750 aftrekken.

### **Extra gezinshulp**

Het gaat bij deze post alleen om particuliere huishoudelijke hulp of persoonlijke ondersteuning, zonder indicatie, of naast een indicatie (als de indicatie niet toereikend was). Er geldt voor de aftrek van gezinshulp een extra drempelbedrag, afhankelijk van uw inkomen. Alleen uitgaven boven deze drempel zijn aftrekbaar. Maakt u gebruik van extra gezinshulp, dan berekent de online aangifte automatisch deze extra drempel.

### **Dieet op voorschrift van een dokter of diëtist**

U kunt alleen een dieet opvoeren dat genoemd wordt in de dieetlijst van de Belastingdienst. En alleen als u dit dieet volgt op voorschrift van een arts of een erkende diëtist. U moet daarom over een actuele, ondertekende dieetverklaring beschikken. U vindt de dieetlijst in de online aangifte, onder het vraagtekentje bij dit onderdeel.

- Staat uw dieet in de lijst? Vink dan 'ja' aan. Er verschijnt dan een uitklapscherm onderin het tabblad. Daar kunt u uw naam invullen en het dieet in de lijst aanvinken.
- Volgde u meer dan één dieet? Klik dan op het plusje vóór 'Nog een dieet toevoegen' en vink het tweede dieet aan in de lijst.
- Is er nog iemand voor wie u of uw partner de dieetkosten betaald hebben en voor wie u zorgkosten mag aftrekken? Vink dan 'ja' aan, helemaal onderaan het tabblad. Vul vervolgens ook voor die persoon de naam en het dieet in.

Voor de diëten in de tabel van de Belastingdienst gelden vaste aftrekbedragen. U hoeft dus zelf geen bedrag in te vullen. Dat doet het aangifteprogramma voor u. U hoeft ook niet te bewijzen dat u het dieet gevolgd hebt en wat u dat gekost heeft. Voor de aftrek is het voldoende dat u het dieet voorgeschreven hebt gekregen.

### **Stap 5: Check het lijstje**

Hebt u alle bedragen correct ingevuld? Bent u niets vergeten?

- Klik dan op Akkoord.

### **Stap 6: Verdeel de aftrek**

Bent u fiscale partners, dan komt u na het invullen van een aantal aanvullende vragen in het tabblad Verdelen. Daar staat al het totaalbedrag aan zorgkosten dat u samen mag aftrekken.

- Vul een bedrag in, in het witte vakje onder 'Uw deel'.
- Klik op 'Belasting berekenen'. U krijgt nu te zien hoeveel geld u en uw fiscale partner terugkrijgen.
- Probeer dit nog een keer, met een ander bedrag.
- Probeer dit net zo lang, tot u de meest voordelige verdeling hebt gevonden.
- Klik op Akkoord.

### **Stap 7: Bekijk het resultaat**

Bent u tevreden over de verdeling? Of hebt u geen fiscale partner en hoeft u dus niets te verdelen? Klik dan op 'Overzicht belasting en premies' in het menu links in beeld. U krijgt dan te zien hoeveel belastinggeld u terugkrijgt op basis van de gegevens die u hebt ingevuld. Let op: deze berekening is nog zonder een eventuele extra tegemoetkoming specifieke zorgkosten. Als u recht hebt op deze tegemoetkoming, krijgt u daar apart bericht over. U hoeft hier niets over te doen, behalve uw aangifte insturen. Ook als hier nog staat dat u niets terugkrijgt!

### **Stap 8: Onderteken de aangifte**

Dit is de laatste stap. Loop eerst alle gegevens nog een laatste keer door. Corrigeer zo nodig fouten. Als u zeker weet dat alles klopt, ondertekent u de aangifte (met uw DigiD) en stuurt u 'm naar de Belastingdienst. Sla de aangifte op uw computer op of print hem uit voor later gebruik. Doe dat vóórdát u uitlogt!

### **Stap 9: Maak zo nodig bezwaar**

Gaat de Belastingdienst niet akkoord met uw aangifte? Of is uw aangifte door de Belastingdienst bijgesteld en bent u het daar niet mee eens? Maak dan binnen zes weken bezwaar. Op de aangifte staat hoe u dat moet doen. Het is overigens wel verstandig om hier een deskundige bij te betrekken. Met een goede onderbouwing heeft uw bezwaar veel meer kans van slagen.

Tekst: [Kees Dijkman](#). Deze informatie wordt u aangeboden door [Ieder\(in\), het Netwerk voor mensen met een beperking of chronische ziekte](#). De tekst is met de meeste zorgvuldigheid samengesteld, maar u kunt er geen rechten aan ontleen. Bij het schrijven van dit artikel was de definitieve online aangifte voor het jaar 2021 nog niet beschikbaar. De aangifte kan er daardoor op onderdelen iets anders uitzien dan hier beschreven.