

Nieuw-West gezond en wel?



Twee derde van de inwoners van Nieuw-West heeft een positief oordeel over de eigen gezondheid, zo blijkt uit de gegevens van de Amsterdamse Gezondheidsmonitor 2012. In de gezondheidsmonitor zijn gegevens verzameld over de gezondheid van Amsterdammers en over factoren die de gezondheid beïnvloeden. Deze factsheet geeft informatie over hoe het is gesteld met een aantal van deze gezondheidsaspecten in Nieuw-West. Een overzicht van de uitkomsten vindt u op pagina 10. De focus ligt op onderwerpen die lokaal beïnvloed kunnen worden. Op deze onderwerpen ondernemen zorg- en welzijnsorganisaties, gemeente, maar ook informele zorg al veel voor de inwoners van Nieuw-West.

**Colofon**

tekst GGD Amsterdam, 2014
vormgeving Werf3
drukwerk OBT
fotografie Edwin van Eis
telefoon: 020-555.5495
e-mail: eg@ggd.amsterdam.nl
website: www.ggd.amsterdam.nl/agm

Lichamelijke gezondheid

Figuur 1

De Amsterdamse Gezondheidsmonitor geeft onder meer inzicht in de lichamelijke gezondheid van Amsterdammers. Hier leest u over de ervaren gezondheid, overgewicht, obesitas en chronische aandoeningen.

In Nieuw-West voelt men zich minder gezond

De tevredenheid over de eigen gezondheid is in Nieuw-West met 67% lager dan gemiddeld in de stad (75%). Deze maat is een goede voorspeller van gezondheid en zorggebruik van de bevolking. Een ongunstige gezondheidsbeleving komt in Nieuw-West vaker voor onder vrouwen en ouderen. Wat blijkt verder? Inwoners van de Aker/Nieuw Sloten ervaren de eigen gezondheid vaker als goed tot zeer goed dan inwoners van de andere gebieden in Nieuw-West. Stedelijke cijfers laten zien dat laagopgeleiden, alleenwonenden en Amsterdammers van niet-westerse herkomst relatief vaak een ongunstige gezondheidsbeleving hebben.

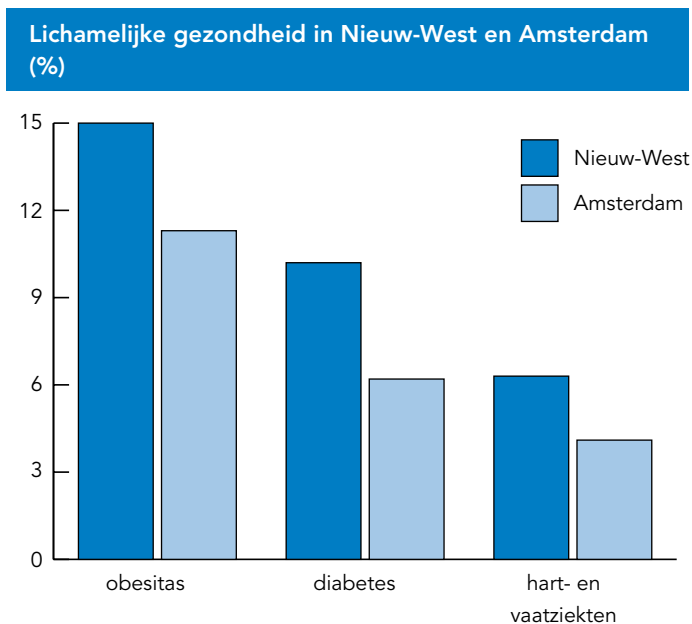
Helft inwoners te zwaar

Ongeveer de helft van de volwassenen in Nieuw-West is te zwaar. Bij 15% van hen is er sprake van ernstig overgewicht, oftewel obesitas. Deze percentages liggen hoger dan gemiddeld in Amsterdam. Ruim de helft (55%) van de inwoners van Nieuw-West met overgewicht is van plan om binnenkort af te vallen. Een derde van hen wil daarbij hulp.

In de afgelopen decennia is het aantal Nederlanders met matig en ernstig overgewicht sterk toegenomen. Dat is ongunstig, want (ernstig) overgewicht verhoogt de kans op diverse chronische aandoeningen. Gelukkig stabiliseert de toename landelijk en in Amsterdam. Ook in Nieuw-West is het cijfer gelijk aan dat van 2008. Inwoners van 35 jaar of ouder uit Nieuw-West hebben vaker overgewicht en ook vaker obesitas dan 19 t/m 34 jarigen. Obesitas komt meer voor bij vrouwen dan bij mannen. De stedelijke cijfers laten daarnaast zien dat laagopgeleiden en Amsterdammers van niet-westerse herkomst vaker overgewicht hebben.

Diabetes neemt toe

Eén op de tien inwoners van Nieuw-West heeft diabetes (suikerziekte). Dit percentage is hoger dan in 2008 en ook hoger dan het Amsterdamse gemiddelde (6%). Mensen met diabetes leven over het algemeen korter en hun kwaliteit van leven is minder goed. Wereldwijd en ook in Nederland is het aantal diabetespatiënten de afgelopen jaren sterk toegenomen. Wat draagt bij aan het ontstaan van deze ziekte? Een ongezonde leefstijl met



weinig lichaamsbeweging, ongezonde voeding en overgewicht verhoogt het risico op diabetes.

De aandoening komt in Nieuw-West even vaak voor bij mannen als bij vrouwen. Het aandeel inwoners met diabetes neemt sterk toe met de leeftijd en bedraagt 25% onder de 65-plussers in Nieuw-West. Stedelijke cijfers laten verder zien dat laagopgeleiden en inwoners van niet-westerse herkomst vaak diabetes hebben.

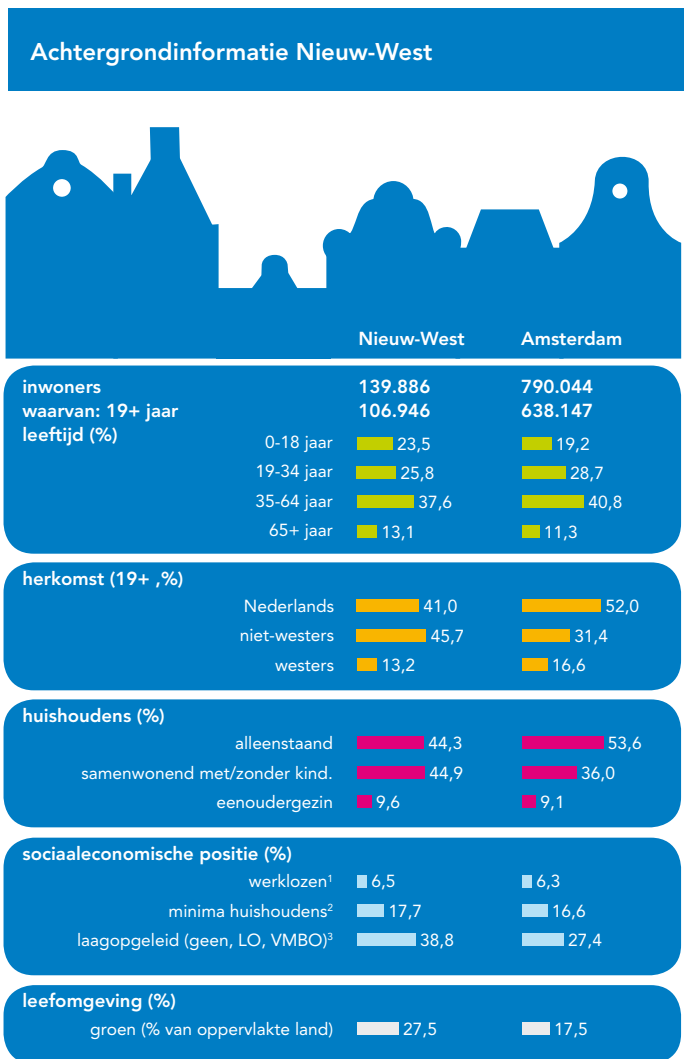
De tevredenheid over de eigen gezondheid is in Geuzenveld/Slotermeer, Osdorp en Slotervaart het laagst van alle Amsterdamse gebieden.

Circa 6.600 inwoners met hart- en vaatziekten

Zes procent van de inwoners van Nieuw-West lijdt aan hart- en vaatziekten, dat zijn zo'n 6.600 mensen. Dat is meer dan gemiddeld in Amsterdam. Hart- en vaatziekten vormen na kanker de belangrijkste doodsoorzaak in Nederland en in Amsterdam. Het bevorderen van een gezonde leefstijl met voldoende bewegen, niet roken en een gezond lichaamsgewicht draagt bij aan het terugdringen van hart- en vaatziekten.

Wat blijkt verder uit de monitor? Mannen in Nieuw-West lijden vaker aan hart- en vaatziekten dan vrouwen. Het aandeel mensen met hart- en vaatziekten neemt sterk toe met de leeftijd en is het hoogst onder 65-plussers. Uit de stedelijke cijfers blijkt dat laagopgeleiden, inwoners zonder betaald werk en Turkse Amsterdammers relatief vaak aan hart- en vaatziekten lijden.

Figuur 2



¹ niet-werkende werkzoekende van 15 t/m 64 jaar

² huishoudens met een inkomen tot 110% van het Wettelijk Sociaal Minimum

³ bron: GGD Amsterdam/AGM 2012

Meer chronisch zieken dan elders in Amsterdam

Bijna vier op de tien inwoners van Nieuw-West hebben meerdere chronische aandoeningen. Dat is meer dan het Amsterdamse gemiddelde (32%), maar vergelijkbaar met het cijfer uit 2008. Chronische aandoeningen kunnen het dagelijks functioneren flink belemmeren. Hoe meer en hoe ingrijpender de aandoening, des te groter de gevolgen voor het dagelijks leven. Van alle inwoners van Nieuw-West met een chronische aandoening voelt twee derde zich belemmerd in het dagelijks leven.

Vrouwen uit Nieuw-West kampen vaker met chronische aandoeningen dan mannen. Ook is er een duidelijke stijging bij het toenemen van de leeftijd. Het cijfer is hoger in Geuzenveld/Slotermeer en Osdorp dan in de Aker/Nieuw Sloten en Slotervaart. Stedelijke cijfers laten daarnaast zien dat laagopgeleiden en inwoners van niet-westerse herkomst relatief vaak chronische aandoeningen hebben.

Wat is de Amsterdamse Gezondheidsmonitor?

De Amsterdamse Gezondheidsmonitor (AGM) is het vierjaarlijkse gezondheidsonderzoek van de GGD Amsterdam onder Amsterdammers van 19 jaar en ouder. De monitor helpt de GGD en de gemeente bij het opstellen van het volksgezondheidsbeleid en geeft achtergrondinformatie voor het plannen en uitvoeren van gezondheidsbevordering. Deze factsheet beschrijft de resultaten van de AGM 2012 voor Nieuw-West. In 2012 deden ruim 7.200 Amsterdammers mee aan het onderzoek, van wie 888 personen uit Nieuw-West (respons: 37%). Aanvullend zijn gegevens van 61 inwoners van Nieuw-West uit de gezondheidsenquête van het Centraal Bureau voor de Statistiek gebruikt voor deze factsheet.

Hoe zijn de berekeningen uitgevoerd?

De resultaten van Nieuw-West zijn met statistische toetsen vergeleken met de rest van Amsterdam. In de tabel worden significante verschillen met (*) aangegeven. Bij een vergelijking tussen kleine groepen zijn alleen grote verschillen statistisch significant. In de stadsdelen zal dit veelal niet het geval zijn. De tabel laat ook verschillen naar geslacht en leeftijd in Nieuw-West zien, cijfers per gebied en de trend ten opzichte van 2008. Door de gegevens te wegen naar geslacht, leeftijd, burgerlijke staat, inkomen en herkomst zijn de resultaten representatief voor de bevolking van Nieuw-West.

Meer lezen?

Meer resultaten uit AGM 2012 vindt u in de eindrapportage op www.ggd.amsterdam.nl/agm en op www.ggd.amsterdam.nl/gezondheid-in-beeld.

Leefstijl

Leefgewoonten zoals roken, bewegen of alcoholgebruik hebben grote invloed op de gezondheid. Hier leest u meer over de leefstijl van inwoners van Nieuw-West.

Veel inwoners bewegen onvoldoende

Het percentage inwoners dat voldoende beweegt is in Nieuw-West (57%) lager dan elders in de stad (67%). Voldoende lichaamsbeweging is gunstig voor de gezondheid en vermindert de kans op aandoeningen. Volwassenen bewegen voldoende als zij minimaal een half uur matig lichamenlijk actief zijn op ten minste vijf dagen van de week. Dit noemen we de beweegnorm.

Positief nieuws: de helft van de inactieve bewoners van Nieuw-West is van plan om meer te gaan bewegen. Een derde van hen wil daarbij graag hulp of ondersteuning. Het aandeel normactieven in Amsterdam is gestegen van 61% in 2004, 62% in 2008 naar 67% in 2012. Hoe is dat in Nieuw-West? Het aandeel normactieven is niet veranderd ten opzichte van 2008. Mannen in Nieuw-West bewegen meer dan vrouwen. Het percentage inwoners dat voldoende beweegt, verschilt tussen de drie leeftijdsgroepen. Van de 19 t/m 34 jarigen beweegt 67% voldoende, van de 35 t/m 64 jarigen is dat 49%. Omdat de beweegnorm minder streng is voor 65-plussers, is het aandeel normactieven in deze leeftijdsgroep weer hoger (61%). Stedelijke cijfers laten zien dat inwoners van niet-westerse herkomst, laagopgeleiden en Amsterdammers met kinderen relatief weinig lichaamsbeweging hebben.

Merendeel eet te weinig groente en fruit

Van de inwoners van Nieuw-West eet 46% dagelijks voldoende groente, dat wil zeggen 150 à 200 gram. Een even groot percentage eet elke dag twee stuks fruit. De "Richtlijnen goede voeding" adviseren om dagelijks 150 à 200 gram groente en twee stuks fruit te eten. Dit vermindert de kans op overgewicht, hart- en vaatziekten, kanker en diabetes. Een kwart van de inwoners van Nieuw-West voldoet aan beide aanbevelingen. De groente- en fruitconsumptie in Nieuw-West is daarmee even laag als elders in de stad. Ook ten opzichte van 2008 is de fruit- en groenteconsumptie gelijk gebleven.

Wat laat de monitor verder zien? Mannen en vrouwen uit Nieuw-West voldoen even vaak aan de aanbevelingen voor groente en fruit. Ook zijn er geen significante verschillen tussen leeftijdsgroepen of gebieden. Zijn er op stedelijk niveau bevolkingsgroepen die weinig groente en fruit eten? Er zijn geen eenduidige verschillen naar opleiding, inkomen of herkomst. Wel blijkt dat 19 t/m 34 jarige Amsterdammers vaak

onvoldoende groente en fruit eten. En veel mannen eten te weinig fruit.

Helpt rokers wil stoppen

Een kwart van de inwoners van Nieuw-West rookt. Het aandeel rokers in Nieuw-West verschilt daarmee niet van het Amsterdamse cijfer. Roken is nog steeds één van de belangrijkste oorzaken van ziekte en sterfte.

De helft van de rokers in Nieuw-West is van plan om binnenkort te stoppen; een kwart wil daarbij hulp of ondersteuning ontvangen.

Landelijk is het percentage rokers de laatste jaren gedaald tot 23% in 2012. Ook in Amsterdam was in de afgelopen decennia sprake van een dalende trend. Echter, deze daling lijkt te stagneren, want in 2008 rookte 27% en in 2012 is dat 28%. Ook in Nieuw-West is het aandeel rokers niet gedaald. Mannen uit Nieuw-West roken vaker dan vrouwen. Het aandeel rokers daalt met het stijgen van de leeftijd. Stedelijke cijfers laten zien dat vooral jongvolwassenen, mannen, mensen met een laag inkomen en Turkse en Surinaamse mannen vaak roken.

Minder drinkers dan elders in stad

Van de inwoners van Nieuw-West drinkt 6% overmatig en 6%

zwaar. Dat is minder dan gemiddeld in Amsterdam. Overmatige drinkers gebruiken gemiddeld meer dan 21 (mannen) of 14 (vrouwen) glazen alcohol per week. Zware drinkers drinken minstens één dag in de week meer dan vijf (mannen)

of drie (vrouwen) glazen alcohol. Deze groepen overlappen elkaar deels. Naast plezierige aspecten zijn aan het drinken van alcohol ook risico's verbonden. Hoe hoger de alcoholconsumptie, hoe groter het risico op schadelijke effecten.

Gunstig: het aandeel overmatige drinkers is in Nieuw-West gedaald in vergelijking met 2008. Toch is er in Nieuw-West nog wel verbetering mogelijk. Van de zware en/of overmatige drinkers uit Nieuw-West is 37% van plan om binnenkort minder te gaan drinken. Slechts 3% wil daarbij

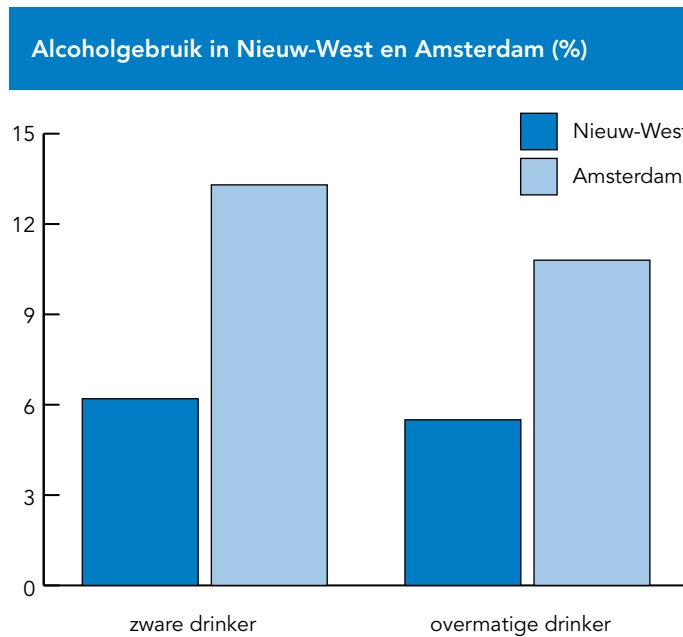
Inwoners van Nieuw-West zijn het minst lichamenlijk actief in vergelijking met andere Amsterdammers. Vooral de 35-64 jarigen voldoen minder vaak aan de beweegnorm dan leeftijdsgenoten in andere stadsdelen.

Ruim de helft van inwoners met obesitas wil afvallen en de helft van de rokers wil stoppen. Vier op de tien inwoners die te veel drinken willen minderen. Roken, obesitas en alcohol verkorten het aantal gezonde levensjaren.

hulp of ondersteuning. In Nieuw-West zijn er geen verschillen in overmatig of zwaar alcoholgebruik tussen mannen en vrouwen, leeftijdsgroepen of gebieden. In heel Amsterdam zijn het

vooral mannen van Nederlandse herkomst, middelbaar- en hoogopgeleiden, ongehuwde en alleenwonende Amsterdammers die te veel alcohol drinken.

Figuur 3



Psychosociale gezondheid

Psychosociale gezondheid omvat zowel psychische aandoeningen en stoornissen als factoren die van invloed zijn op het ontstaan hiervan. Hoeveel inwoners van Nieuw-West hebben te maken met depressie en angstklachten, eenzaamheid of huiselijk geweld?

Bijna 11.000 inwoners met psychische klachten

Eén op de tien inwoners van Nieuw-West heeft ernstige psychische klachten, dat zijn zo'n 10.900 mensen. Dit is meer dan gemiddeld in Amsterdam (7%). Daarnaast ervaart 40% van de inwoners van Nieuw-West matige psychische klachten. Ernstige psychische klachten komen in Nieuw-West even vaak voor als in 2008. Psychische problemen kunnen voor forse beperkingen in het functioneren zorgen en zijn een belangrijke oorzaak van langdurig ziekteverzuim. Depressie en angststoornissen zijn de meest voorkomende psychische aandoeningen in Nederland.

Vrouwen uit Nieuw-West hebben vaker ernstige psychische klachten dan mannen

en 35 t/m 64 jarigen vaker dan de andere leeftijdsgroepen. Uit de stedelijke cijfers blijkt verder dat laagopgeleiden en inwoners van Turkse en Marokkaanse herkomst relatief vaak psychische klachten hebben. Bijna de helft van de inwoners van Nieuw-West met ernstige psychische klachten is onder behandeling. Van de inwoners met ernstige psychische klachten die geen behandeling krijgen, heeft een kwart wel behoefte aan hulp of ondersteuning.

Eenzaamheid hoogst in Geuzenveld/Slotermeer

In Nieuw-West ervaart 14% van de inwoners ernstige eenzaamheid. Nog eens 37% voelt zich matig eenzaam. Het hoogste aandeel ernstig eenzamen vinden we in Geuzenveld/Slotermeer en het laagste in de Aker/Nieuw Sloten. Onder eenzaamheid verstaan we de ervaring van een onplezierig of ontoelaatbaar gemis aan betekenisvolle relaties met anderen. Eenzaamheid gaat samen met een slechtere gezondheid en een lagere kwaliteit van leven.

Ernstige eenzaamheid lijkt in Nieuw-West vaker voor te komen dan elders in de stad, maar het verschil is niet significant. Eenzaamheid komt in

Nieuw-West even vaak voor als in 2008. We zien in Nieuw-West geen verschillen in eenzaamheid tussen mannen en vrouwen of leeftijdsgroepen. Stedelijke cijfers laten zien dat eenzaamheid vaak voorkomt bij mensen die langere tijd een partner hebben gehad, maar deze verloren hebben door scheiding of overlijden. Amsterdammers met een lage sociaaleconomische status of een niet-westerse herkomst voelen zich vaker eenzaam.

Vrouwen in Nieuw-West kampen vaker met ernstige psychische klachten en ernstige eenzaamheid dan vrouwen in andere stadsdelen.

Huiselijk geweld licht gedaald

In 2012 is het aandeel inwoners dat in het laatste jaar slachtoffer was van huiselijk geweld in Nieuw-West (0,6%) iets lager dan in 2008. Eén op de tien volwassenen uit Nieuw-West is ooit slachtoffer van huiselijk geweld geweest. De cijfers wijken niet af van het stedelijke gemiddelde.

Wat zijn de risicogroepen voor huiselijk geweld? Vrouwen, gescheiden Amsterdammers en lage inkomensgroepen zijn het vaakst het slachtoffer van huiselijk geweld geweest, zo blijkt uit de stedelijke cijfers. Psychisch en lichamelijk geweld komen in de stad het meest voor; seksueel geweld het minst. Slechts een vijfde van de slachtoffers van recent huiselijk geweld meldt dit bij de politie. Huiselijk geweld speelt zich af tussen mensen die tot elkaars huiselijke kring behoren en kan vergaande gevolgen hebben voor het slachtoffer.

Zelfredzaamheid

Chronische aandoeningen kunnen leiden tot beperkingen bij dagelijkse activiteiten en tot een verminderde zelfredzaamheid. Hieronder vindt u informatie over gezondheidsvaardigheden en regie over het eigen leven, factoren die de zelfredzaamheid bevorderen. Ook leest u hoeveel inwoners deze beperkingen ondervinden. Ten slotte gaan we in op het aantal mantelzorgers in Nieuw-West.

Eén op vijf ouderen weinig controle eigen leven
Twaalf procent van de inwoners van Nieuw-West ervaart een lage regie over het eigen leven. Dat is ongeveer evenveel als gemiddeld in Amsterdam. Een lage regie wil zeggen dat mensen het gevoel hebben dat de omstandigheden hen overkomen en dat zij hierover zelf weinig controle hebben. Het ervaren van een lage regie neemt toe met de leeftijd. Met name 65-plussers vormen een risicogroep: bijna twintig procent ervaart een lage regie over het eigen leven. Verder hebben vrouwen uit Nieuw-West vaker het gevoel dat ze weinig controle over hun leven hebben dan mannen. Inwoners van de Aker/Nieuw Sloten scoren het gunstigst, Geuzenveld/Slotermeer het ongunstigst.

De stedelijke cijfers laten zien dat inwoners met een ongunstige sociaaleconomische positie en eenzame Amsterdammers vaker het gevoel hebben dat ze geen controle hebben over het

leven. Regie over het eigen leven is belangrijk nu welzijns- en gezondheidsbeleid steeds meer uitgaan van eigen verantwoordelijkheid en zelfredzaamheid.

Veel inwoners weinig gezondheidsvaardigheden

Bijna een kwart van de 19 t/m 64 jarige inwoners van Nieuw-West heeft weinig gezondheidsvaardigheden. Zij begrijpen de informatie die zij over hun gezondheid krijgen onvoldoende en kunnen hun eigen gezondheidstoestand niet adequaat uitleggen. Inwoners van Nieuw-West hebben hiermee meer moeite dan gemiddeld in Amsterdam.

Zijn er verschillen tussen bevolkingsgroepen? In Nieuw-West zijn er geen aantoonbare verschillen tussen mannen en vrouwen, leeftijdsgroepen of gebieden. Voor de hele stad geldt dat vooral laagopgeleiden en Turkse en Marokkaanse Amsterdammers onvoldoende gezondheidsvaardigheden bezitten. Ook Amsterdammers met een chronische aandoening of psychische klachten scoren ongunstig. Dat is zorgelijk, want gezondheidsvaardigheden zijn belangrijk om goed om te kunnen gaan met bijvoorbeeld medicijnen en leefstijladviezen.

Kwart inwoners heeft lichamelijke beperking

Bijna een kwart van de inwoners van Nieuw-West heeft een beperking bij horen, zien of bewegen. Dat is meer dan gemiddeld in Amsterdam. Meestal gaat het om een beperking bij het bewegen, zoals een stuk lopen of iets oprapen. Zo'n beperking

kan ontstaan door veroudering, een aandoening of ziekte, maar ook ongevallen spelen een rol. Vooral vrouwen en 65-plussers uit Nieuw-West ervaren lichamelijke beperkingen. Stedelijke cijfers laten zien dat ook laagopgeleiden, lage inkomensgroepen en inwoners van niet-westerse herkomst een risicogroep vormen.

Wat blijkt verder uit de monitor? Bijna één op de vijf 65-plussers uit Nieuw-West wordt beperkt bij het uitvoeren van dagelijkse activiteiten, zoals eten en drinken of traplopen. Dat is net zo veel als elders in Amsterdam. Ook is het cijfer niet veranderd ten opzichte van 2008. Ouderen uit Geuzenveld/Slotermeer hebben de minste moeite met dagelijkse activiteiten. Bijna drie op de tien 65-plussers in Nieuw-West heeft moeite met huishoudelijke dagelijkse activiteiten. Ook dit wijkt niet af van het Amsterdamse cijfer noch van het cijfer uit 2008.

Voor de hele stad geldt dat 13% van de ouderen die afhankelijk is van anderen bij de persoonlijke verzorging - zoals wassen en aankleden - daar geen hulp voor ontvangt. En een vijfde van de ouderen met beperkingen bij het uitvoeren van het huishouden krijgt geen hulp.

Zo'n 9.700 mantelzorgers in Nieuw-West

Eén op de tien inwoners van Nieuw-West verleent mantelzorg, net als in de rest van Amsterdam. Dat zijn zo'n 9.700 mensen. Het aandeel mantelzorgers in Nieuw-West is niet veranderd ten opzichte van 2008. Mantelzorg is de zorg die iemand verleent aan een bekende die voor langere tijd ziek, hulpbehoevend of gehandicapt is. Verwacht wordt dat steeds meer Amsterdammers een beroep moeten doen op mantelzorg. Mantelzorgers vormen de eerste schil in de zorg rondom mensen die beperkt zijn in het dagelijks functioneren. Vrouwen uit Nieuw-West verlenen vaker mantelzorg dan mannen. Het aandeel mantelzorgers stijgt met de leeftijd.

De gemeente Amsterdam richt zich op het ondersteunen van mantelzorgers, zodat zij niet overbelast raken. Twee op de tien mantelzorgers uit Nieuw-West zijn zwaar belast of overbelast. Zij lopen een hoger risico om de zorg niet meer vol te kunnen houden. De stedelijke cijfers laten zien dat de ervaren belasting oploopt met het aantal uren mantelzorg. Van het ondersteuningsaanbod maakt slechts 7% van de mantelzorgers in Nieuw-West gebruik.

Leefomgeving

Er zijn veel factoren in onze leefomgeving die invloed kunnen hebben op de gezondheid. In de monitor is aandacht besteed aan geluidsoverlast.

Buren en brommers zorgen voor geluidsoverlast
In Nieuw-West ervaart 30% van de 19 t/m 64 jarige inwoners ernstige geluidshinder, net als elders in de stad. Lawaai kan hinder en slaapverstoring veroorzaken. Vooral ernstige hinder kan de

gezondheid aantasten omdat het tot stress en onvoldoende rust en ontspanning kan leiden. Het aandeel ernstig gehinderden lijkt lager dan in 2008, maar het verschil is niet statistisch significant.

Welke bronnen zorgen voor de meeste geluidsoverlast? Vooral buren, brommers of scooters en bouw- en slooplawaai veroorzaken in Nieuw-West ernstige geluidshinder. Dit is ook de top drie van bronnen van ernstige geluidshinder voor heel Amsterdam.

Aandachtspunten voor beleid in Nieuw-West

Uit de Amsterdamse Gezondheidsmonitor 2012 komen drie aandachtspunten naar voren. Op deze onderwerpen scoort de bevolking van Nieuw-West ongunstig in vergelijking met het stedelijke gemiddelde. Twee hiervan zijn speerpunten van het huidige programma gezondheid van stadsdeel Nieuw-West: psychosociale gezondheid en overgewicht/obesitas. Het stadsdeel werkt hierbij samen met diverse partners in de wijk. Een integrale benadering - met samenwerking tussen gemeentelijke organisaties, zorg, welzijn en sport - geeft meer kans op verbetering van de gezondheid en welbevinden van de inwoners. De GGD Amsterdam is hierin partner van het stadsdeel en kan adviseren over passende en kwalitatief goede interventies vanuit gezondheid- en welzijnsperspectief.

1. Bevorderen van een gezonde leefstijl

Overgewicht, obesitas, diabetes en hart- en vaatziekten komen in Nieuw-West vaker voor dan elders in de stad. Een gezonde en actieve leefstijl kan bijdragen aan het terugdringen en voorkomen van deze gezondheidsproblemen. Inwoners van Nieuw-West bewegen minder dan gemiddeld in Amsterdam. Wel heeft de helft van de inactieve inwoners de intentie om meer te gaan bewegen en een derde van hen wil daarbij graag hulp of ondersteuning. We kunnen deze groep winnen voor een gezondere leefstijl door bijvoorbeeld het beïnvloeden van de omgevingsfactoren, het ondersteunen van een actieve leefstijl en het bevorderen van een gezond eetpatroon.

Risicogroepen

inwoners van 35 jaar en ouder, laag-opgeleiden, niet-westerse herkomst (met name vrouwen).

2. Bevorderen van psychosociale gezondheid

Veel inwoners van Nieuw-West ervaren ernstige psychische klachten. Dergelijke problemen kunnen het functioneren in het dagelijks leven flink belemmeren en zijn geregeld oorzaak van langdurig ziekteverzuim en isolement. Eenzaamheid komt in vergelijking met het stedelijke gemiddelde vaker voor in Nieuw-West, vooral in Geuzenveld/Slotermeer. Aandacht zou moeten uitgaan naar het versterken van beschermende factoren, zoals emotionele, cognitieve en sociale

vaardigheden, het sociaal netwerk, en naar het herkennen en aanpakken van klachten en isolement.

Risicogroepen

vrouwen, inwoners van 35 t/m 64 jaar, laag-opgeleiden, Turkse en Marokkaanse herkomst.

3. Ondersteunen van inwoners met beperkte zelfredzaamheid

Een grote groep inwoners van Nieuw-West kampt met beperkingen die het dagelijks functioneren belemmeren, zoals problemen met horen, zien of bewegen. Niet alleen 65-plussers uit Nieuw-West, maar ook 35 t/m 64 jarigen hebben hiermee te maken. Voor deze inwoners is het extra belangrijk dat ze voldoende gezondheidsvaardigheden hebben en regie over het eigen leven ervaren. En ook op deze aspecten scoort Nieuw-West ongunstig. Dit kan een knelpunt zijn nu het welzijns- en gezondheidsbeleid uitgaat van eigen verantwoordelijkheid en zelfredzaamheid. Inspelen op de beperkte gezondheidsvaardigheden is daarbij belangrijk, bijvoorbeeld door eenvoudig taalgebruik.

Risicogroepen

inwoners van 65 jaar en ouder, vrouwen, laagopgeleiden, niet-westerse herkomst.

Inspiratie opdoen?

Op www.ggd.amsterdam.nl/gezondenwel vindt u informatie over gezondheidsbeleid en interventies op veel leefstijlthema's.

Bevolkingsopbouw verklaart verschillen deels

Nieuw-West telt relatief veel laagopgeleiden en inwoners van niet-westerse herkomst (zie figuur 2). Dit vormt een gedeeltelijke verklaring voor de ongunstige score van Nieuw-West op bovengenoemde gezondheidsaspecten, want juist in deze groepen komen deze problemen vaak voor.

Tabel 1

Uitkomsten Amsterdamse Gezondheidsmonitor 2012¹ (%)

	Amsterdam	Nieuw-West	Nieuw-West										
			m	v	19-34	35-64	65+	Geuzenveld/ Slotermeer	Osdorp	De Aker/ Sloten	Sloter- vaart	trend ³	
Lichamelijke gezondheid													
gezondheidsbeleving (zeer) goed	75	67 *	73	63 *	89	59	49 *		64	64	81	64 *	
overgewicht (incl. obesitas)	40	49 *	50	49	22	64	60 *		50	50	55	43	=
obesitas	11	15 *	11	19 *	4	22	17 *		16	17	13	14	=
diabetes	6	10 *	9	11		11	25 *		12	10	8	10	+
hart- en vaatziekten	4	6 *	9	4 *		6	19 *		6	9	6	5	
≥ 2 chronische aandoeningen	32	39 *	34	44 *	21	44	62 *		45	46	29	34 *	=
Leefstijl													
beweegt voldoende	67	57 *	66	50 *	67	49	61 *		60	54	51	63	=
voldoende groente	49	46	51	41	42	48	46		42	39	47	54	=
voldoende fruit	43	46	45	46	49	41	53		52	45	40	44	=
rookt	28	25	32	19 *	35	23	14 *		28	21	24	28	=
zware drinker	13	6 *	8	4	6	7	3		6	3	10	7	=
overmatige drinker	11	6 *	7	4	5	5	8		8	2	4	8	-
Psychosociale gezondheid													
ernstige psychische klachten	7	10 *	6	14 *	4	16	6 *		13	11	5	11	=
ernstig eenzaam	11	14	12	14	14	13	12		23	13	7	9 *	=
huiselijk geweld	1,0	0,6											-
Zelfredzaamheid													
weinig regie eigen leven	10	12	9	15 *	4	15	20 *		18	13	5	9 *	
weinig gezondheidsvaardigheden ² (19-64)	14	24 *	22	26	21	26			32	24	12	26	
beperking horen, zien, bewegen	17	23 *	18	28 *	12	24	43 *		26	27	17	22	
beperking activiteiten dagelijks leven (65+)	19	18	19	18			18		11	25		26 *	=
beperking huishoudelijke activiteiten (65+)	28	28	29	28			28		32	32	17	27	=
mantelzorger	9	10	7	12 *	4	11	15 *		10	10	13	5	=
Leefomgeving													
ernstige geluidshinder (19-64)	31	30	27	33	28	31			32	31	28	28	=

*significant verschil (p<0,05)

¹als er geen percentage staat weergegeven, is het niet mogelijk dit te berekenen vanwege het kleine aantal respondenten of omdat het niet is nagevraagd²respondenten die niet zeker zijn dat ze medische formulieren zelf goed invullen³trend ten opzichte van 2008

