

Oost gezond en wel?



Driekwart van de inwoners van Oost 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 Oost. 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 Oost.



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

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.

Driekwart inwoners Oost voelt zich gezond

De tevredenheid over de eigen gezondheid is in Oost met 76% vergelijkbaar met het gemiddelde in de stad. Deze maat is een goede voorspeller van gezondheid en zorggebruik van de bevolking. Een ongunstige gezondheidsbeleving komt in Oost vaker voor onder ouderen. Inwoners van Oud Oost voelen zich minder gezond dan inwoners van de andere gebieden. Wat blijkt verder? Er zijn geen verschillen tussen mannen en vrouwen. Stedelijke cijfers laten zien dat laagopgeleiden, alleenwonenden en Amsterdammers van niet-westerse herkomst relatief vaak een ongunstige gezondheidsbeleving hebben.

Veel 35-plussers te zwaar

Van de inwoners van Oost is 35% te zwaar. Bij 9% van hen is er sprake van ernstig overgewicht, oftewel obesitas. Deze percentages liggen lager dan gemiddeld in Amsterdam. Ruim de helft van de inwoners van Oost 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 Oost is het cijfer gelijk aan dat van 2008. Inwoners van 35 jaar of ouder uit Oost hebben vaker overgewicht en ook vaker obesitas dan 19 t/m 34 jarigen. Overgewicht komt meer voor bij mannen dan bij vrouwen. De stedelijke cijfers laten daarnaast zien dat laagopgeleiden en Amsterdammers van niet-westerse herkomst vaker overgewicht hebben.

Diabetes onveranderd

Vijf procent van de inwoners van Oost heeft diabetes (suikerziekte). Dit percentage is gelijk aan het cijfer uit 2008 en wijkt niet af van 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 Oost even vaak voor bij mannen als bij vrouwen. Het aandeel inwoners met diabetes neemt sterk toe met de leeftijd en bedraagt 21% onder de 65-plussers in Oost. Het cijfer verschilt niet tussen de vier gebieden. Stedelijke cijfers laten verder zien dat laagopgeleiden en inwoners van niet-westerse herkomst vaak diabetes hebben.

Circa 3.000 inwoners met hart- en vaatziekten

Drie procent van de inwoners van Oost lijdt aan hart- en vaatziekten, dat zijn zo'n 3.000 mensen. Dat is net zo veel als 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 en vrouwen uit Oost lijden even vaak aan hart- en vaatziekten. 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.

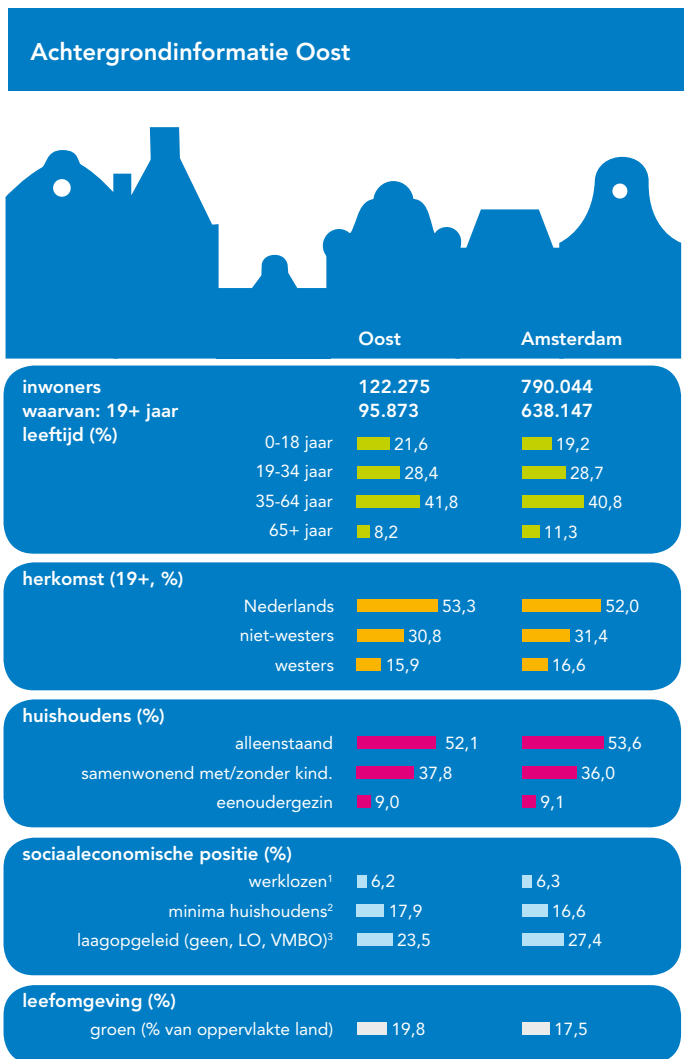
De lichamelijke gezondheid en gezondheidsbeleving wijken in Oost niet veel af van het gemiddelde in de stad. Overgewicht en obesitas komen minder vaak voor evenals chronische aandoeningen.

Minder chronisch ziek dan gemiddeld

Een kwart van de inwoners van Oost heeft meerdere chronische aandoeningen. Dat is minder dan het Amsterdamse gemiddelde (32%), maar gelijk aan 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 Oost met een chronische aandoening voelt twee derde zich belemmerd in het dagelijks leven.

Vrouwen uit Oost kampen vrijwel even vaak met chronische aandoeningen als mannen. Er is een duidelijke stijging bij het toenemen van de leeftijd. Het aandeel chronisch ziekten verschilt niet tussen de vier gebieden. Stedelijke cijfers laten daarnaast zien dat laagopgeleiden en inwoners van niet-westerse herkomst relatief vaak chronische aandoeningen hebben.

Figuur 1



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

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 Oost. In 2012 deden ruim 7.200 Amsterdammers mee aan het onderzoek, van wie 920 personen uit Oost (respons: 41%). Aanvullend zijn gegevens van 52 inwoners van Oost uit de gezondheidsenquête van het Centraal Bureau voor de Statistiek gebruikt voor deze factsheet.

Hoe zijn de berekeningen uitgevoerd?

De resultaten van Oost 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 Oost 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 Oost.

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 Oost.

Twee derde inwoners beweegt voldoende

Het percentage inwoners dat voldoende beweegt is in Oost gelijk aan het stedelijke cijfer (67%). Voldoende lichaamsbeweging is gunstig voor de gezondheid en vermindert de kans op aandoeningen. Volwassenen bewegen voldoende als zij minimaal een half uur matig lichamelijk actief zijn op ten minste vijf dagen van de week. Dit noemen we de beweegnorm.

Positief nieuws: meer dan de helft van de inactieve bewoners van Oost is van plan om meer te gaan bewegen. Een vijfde 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 Oost? Het aandeel normactieven is niet veranderd ten opzichte van 2008. Mannen in Oost halen net zo vaak de norm dan vrouwen. Ook is er in Oost geen verschil tussen de leeftijdsgroepen. Inwoners uit IJburg/Eiland Zeeburg zijn minder actief dan inwoners uit andere gebieden in het stadsdeel. Stedelijke cijfers laten verder zien dat inwoners van niet-westerse herkomst, laagopgeleiden en Amsterdammers met kinderen relatief weinig lichaamsbeweging hebben.

Lage groente- en fruitconsumptie

Van de inwoners van Oost eet 49% dagelijks voldoende groente, dat wil zeggen 150 à 200 gram groente. En 36% 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 vijfde van de inwoners van Oost voldoet aan beide aanbevelingen. De groente- en fruitconsumptie in Oost is daarmee lager dan elders in de stad.

Wat laat de monitor verder zien? Mannen en vrouwen uit Oost voldoen even vaak aan de aanbeveling voor groente, maar mannen eten minder fruit. Een grote groep 19 t/m 34 jarigen eet onvoldoende groente en fruit. Ten opzichte van 2008 is de fruitconsumptie gedaald. Er zijn geen verschillen in het gebruik van groente en fruit tussen de vier gebieden. Op stedelijk niveau zien we geen eenduidige verschillen naar opleiding, inkomen of herkomst.

Helft rokers wil stoppen

Een kwart van de inwoners van Oost rookt. Het aandeel rokers in Oost verschilt daarmee niet van het Amsterdamse cijfer. Roken is nog steeds één van de belangrijkste oorzaken van ziekte en sterfte. Bijna de helft van de rokers in Oost is van plan om binnenkort te stoppen; 16% 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 Oost is het aandeel rokers niet gedaald. Er zijn in Oost geen aantoonbare verschillen tussen mannen en vrouwen of tussen de vier gebieden.

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.

Inwoners van Oost voldoen even vaak aan de beweegnorm als gemiddeld in Amsterdam. Bewoners van IJburg/Eiland Zeeburg zijn beduidend minder actief dan inwoners van de andere gebieden in Oost.

Overmatig alcoholgebruik gedaald

Van de inwoners van Oost drinkt 11% overmatig en 13% zwaar. Dit verschilt niet van de Amsterdamse cijfers. 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: er zijn minder overmatige drinkers in Oost dan in 2008; het aandeel zware drinkers is niet veranderd. Toch is er in Oost nog meer winst te behalen. Van de zware en/of overmatige drinkers uit Oost is 40% van plan om binnenkort minder te gaan drinken. Slechts 9% wil daarbij hulp of ondersteuning. Wat blijkt verder? Mannen uit Oost zijn vaker zware drinkers dan vrouwen. Het aandeel zware drinkers is het hoogst onder de jongvolwassenen. Het overmatig alcoholgebruik verschilt niet 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.

Psychosociale gezondheid

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

Zesduizend inwoners met psychische klachten

Net als gemiddeld in Amsterdam heeft 7% van de inwoners van Oost ernstige psychische klachten. Dat zijn zo'n 6.200 mensen. Daarnaast ervaart 38% van de inwoners van Oost matige psychische klachten. Ernstige psychische klachten komen in Oost 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 Oost hebben vrijwel even vaak ernstige psychische klachten als mannen. Inwoners van 19 t/m 34 jaar uit Oost hebben minder vaak ernstige psychische klachten dan 35-plussers. Uit de stedelijke cijfers blijkt verder dat laagopgeleiden en inwoners van Turkse en Marokkaanse herkomst relatief vaak psychische klachten hebben. De helft van de Amsterdammers met ernstige psychische klachten is onder behandeling. Van de inwoners met ernstige psychische klachten die geen behandeling krijgen, heeft de helft wel behoefte aan hulp of ondersteuning.

Negen procent ernstig eenzaam

In Oost ervaart 9% van de inwoners ernstige eenzaamheid. Nog eens 29% voelt zich matig eenzaam. Ernstige eenzaamheid komt in Oost even vaak voor als elders in de stad. Ten opzichte van 2008 is het cijfer niet veranderd. 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.

We zien in Oost geen verschillen in ernstige eenzaamheid tussen mannen en vrouwen of tussen gebieden. Het aandeel eenzaamheid neemt toe met het stijgen van de leeftijd. Stedelijke cijfers laten verder 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.

Huiselijk geweld niet veranderd

In 2012 is het aandeel inwoners dat in het laatste jaar slachtoffer was van huiselijk geweld in Oost (1%) gelijk aan het cijfer in 2008. Daarnaast is 9% van de inwoners ooit slachtoffer van huiselijk geweld geweest. Beide cijfers wijken niet af van het stedelijk 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 cijfers voor de hele stad. 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 Oost.

Veel ouderen weinig controle eigen leven

Elf procent van de inwoners van Oost ervaart een lage regie over het eigen leven, net 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 cijfer neemt toe met de leeftijd. Met name 65-plussers vormen een risicogroep: een kwart van hen ervaart een lage regie over het eigen leven. Er is in Oost geen verschil tussen mannen en vrouwen of tussen gebieden.

De stedelijke cijfers laten verder zien dat inwoners met een ongunstige sociaaleconomische positie en eenzame Amsterdammers vaker het gevoel hebben dat ze geen controle hebben over hun leven. Regie over het eigen leven is belangrijk nu welzijns- en gezondheidsbeleid steeds meer uitgaan van eigen verantwoordelijkheid en zelfredzaamheid.

Lage gezondheidsvaardigheden in Oud Oost

Twaalf procent van de 19 t/m 64 jarige inwoners van Oost heeft weinig gezondheidsvaardigheden. Zij begrijpen de informatie die zij over hun gezondheid krijgen onvoldoende en kunnen hun eigen gezondheidstoestand niet adequaat uitleggen. Dit cijfer verschilt niet van het Amsterdamse gemiddelde.

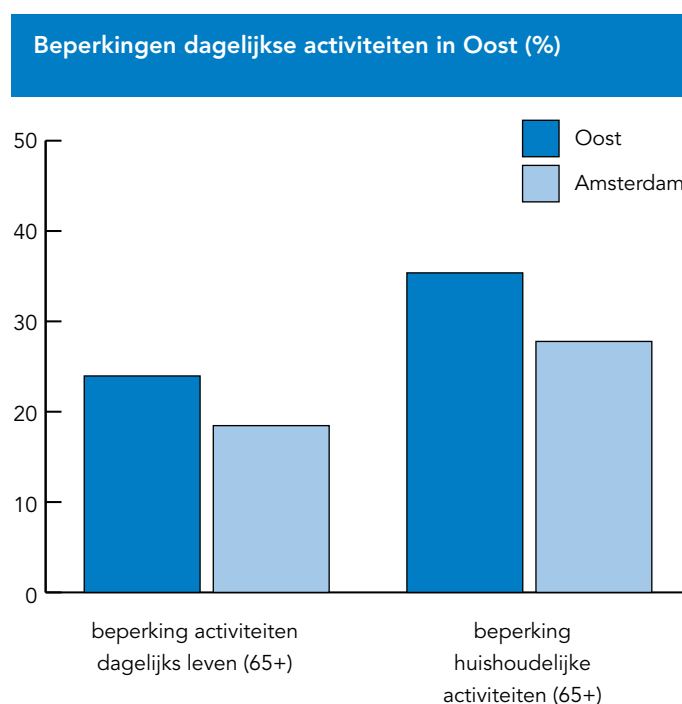
Zijn er bevolkingsgroepen in Oost die ongunstig scoren? Vrouwen, 35-plussers en inwoners van Oud Oost hebben vaker onvoldoende gezondheidsvaardigheden. Voor de hele stad geldt dat vooral laagopgeleiden en Turkse en Marokkaanse Amsterdammers onvoldoende gezondheidsvaardigheden bezitten. Ook Amsterdammers 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.

Veel 65-plussers in Oost met een beperking

Dertien procent van de inwoners van Oost heeft een beperking bij horen, zien of bewegen. Dat is minder 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 65-plussers uit Oost 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? Een kwart van de 65-plussers uit Oost wordt beperkt bij het uitvoeren van dagelijkse activiteiten, zoals eten en drinken of traplopen. Dat is meer dan elders in Amsterdam. Het cijfer is niet veranderd ten opzichte van 2008. Er zijn in Oost geen verschillen tussen mannen en vrouwen of tussen gebieden. Bijna vier op de tien 65-plussers in Oost heeft moeite met huishoudelijke dagelijkse activiteiten. Ook dit is meer dan het Amsterdamse gemiddelde, maar wijkt niet af van het cijfer van 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.

Figuur 2



Zo'n 7.600 mantelzorgers in Oost

Acht procent van de inwoners van Oost verleent mantelzorg, net als in de rest van Amsterdam. Dat zijn bijna 7.600 mensen. Het aandeel mantelzorgers in Oost 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. Mannen en vrouwen uit Oost verlenen even vaak mantelzorg. Inwoners van 35 jaar of ouder verlenen vaker mantelzorg dan 19 t/m 34 jarigen.

De gemeente Amsterdam richt zich op het ondersteunen van mantelzorgers, zodat zij niet overbelast raken. Vijftien procent van de mantelzorgers uit Oost is 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 9% van de mantelzorgers in Oost gebruik.

Leefomgeving

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

Minder geluidsoverlast in Oost

In Oost ervaart 23% van de 19 t/m 64 jarige inwoners ernstige geluidshinder. Dat is minder dan 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 is lager dan in 2008. Opvallend is dat veel 19 t/m 34 jarigen uit Oost (30%) ernstige geluidshinder ervaren.

Welke bronnen zorgen voor de meeste geluidsoverlast? Vooral brommers of scooters, mensen op straat en bouw- en slooplawaai veroorzaken in Oost ernstige geluidshinder. Uit cijfers voor heel Amsterdam blijken ook de burens een belangrijke bron van geluidshinder.

Aandachtspunten voor beleid in Oost

Uit de Amsterdamse Gezondheidsmonitor 2012 komen drie aandachtspunten naar voren, waarop Oost ongunstiger scoort dan heel Amsterdam (leefstijl en beperkingen) of waarop Amsterdam het minder goed doet dan de rest van Nederland (psychosociale gezondheid). Oost focust op het bevorderen van de psychosociale en fysieke gezondheid van hun inwoners, met extra aandacht voor eenzaamheid, depressie en angst, maar ook voor leefstijl. Het stadsdeel werkt hierbij samen met formele en informele partners in de wijk. Zo'n integrale benadering geeft meer kans op verbetering van de gezondheid en het 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

Inwoners van Oost hebben een lage fruitconsumptie en een derde van de inwoners beweegt onvoldoende. Meer dan de helft van de inactieve bewoners wil meer bewegen. Een deel van hen wil daarbij graag hulp of ondersteuning. Een gezonde en actieve leefstijl kan bijdragen aan het terugdringen en voorkomen van gezondheidsproblemen, zoals diabetes en hart- en vaatziekten. 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, laagopgeleiden, mannen, niet-westerse herkomst (met name vrouwen).

2. Ondersteunen van ouderen met beperkingen

Veel 65-plussers uit Oost ervaren beperkingen bij het uitvoeren van dagelijkse activiteiten, zoals eten en drinken of traplopen, of bij huishoudelijke dagelijkse activiteiten. Niet iedereen die afhankelijk is van anderen bij de persoonlijke verzorging of het huishouden ontvangt daarvoor hulp. Met name ouderen die onvoldoende regie over het eigen leven ervaren, zijn kwetsbaar. Zeker nu het welzijns- en gezondheidsbeleid steeds meer uitgaat van eigen verantwoordelijkheid en zelfredzaamheid.

Risicogroepen

inwoners van 65 jaar en ouder, laagopgeleiden.

3. Bevorderen van psychosociale gezondheid

In vergelijking met heel Nederland ervaren relatief veel Amsterdammers ernstige psychische klachten. Ook in Oost verdient de psychosociale gezondheid de aandacht. Dergelijke problemen kunnen het functioneren in het dagelijks leven flink belemmeren en zijn geregeld oorzaak van langdurig ziekteverzuim en isolement. 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

inwoners van 35 jaar en ouder, laagopgeleiden, Turkse en Marokkaanse herkomst.

Inspiratie opdoen?

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

Bevolkingsopbouw vergelijkbaar met hele stad

De bevolkingsopbouw van Oost komt goed overeen met de bevolkingsopbouw van heel Amsterdam (zie figuur 1). Net als elders in de stad, is 31% van de inwoners van Oost van niet-westerse herkomst en een kwart van de inwoners laagopgeleid. Dit verklaart dat Oost op veel gezondheidsaspecten niet verschilt van het Amsterdamse gemiddelde. Tussen de vier gebieden in Oost bestaan wel verschillen in bevolkingsopbouw. Vanwege het geringe aantal respondenten per gebied, zijn de meeste verschillen in gezondheid tussen deze gebieden echter niet statistisch significant.

Tabel 1

Uitkomsten Amsterdamse Gezondheidsmonitor 2012¹ (%)

	Amsterdam	Oost	Oost										trend ³
			m	v	19-34	35-64	65+	Oud Oost	Oostelijk havengebied/ Indische buurt	Watergraafs- meer	IJburg/Eiland Zeeburg		
Lichamelijke gezondheid													
gezondheidsbeleving (zeer) goed	75	76	76	77	92	72	49 *		70	77	78	85 *	
overgewicht (incl. obesitas)	40	35 *	41	29 *	18	42	62 *		38	37	33	29	=
obesitas	11	9 *	9	9	3	12	15 *		12	9	5	9	=
diabetes	6	5	5	5		5	21 *		5	6	6		=
hart- en vaatziekten	4	3	3	3		3	13 *		5	4	2		
≥ 2 chronische aandoeningen	32	26 *	24	28	9	30	66 *		29	24	29	22	=
Leefstijl													
beweegt voldoende	67	67	67	66	70	64	66		66	67	75	55 *	=
voldoende groente	49	49	49	50	43	54	48 *		47	51	54	42	=
voldoende fruit	43	36 *	31	41 *	28	38	51 *		35	39	34	34	-
rookt	28	26	29	23	30	26	15 *		27	27	23	29	=
zware drinker	13	13	17	10 *	22	8	8 *		17	11	12	13	=
overmatige drinker	11	11	13	8	11	9	14		11	11	12	7	-
Psychosociale gezondheid													
ernstige psychische klachten	7	7	5	8	3	9	9 *		7	8	6	4	=
ernstig eenzaam	11	9	10	7	4	10	13 *		11	8	9		=
huiselijk geweld	1,0	1,2											=
Zelfredzaamheid													
weinig regie eigen leven	10	11	11	11	5	12	26 *		14	11	12		
weinig gezondheidsvaardigheden ² (19-64)	14	12	8	16 *	4	17	*		22	12			*
beperking horen, zien, bewegen	17	13 *	12	15	3	14	44 *		15	14	11	15	
beperking activiteiten dagelijks leven (65+)	19	25 *	24	25			25		26	27	20		=
beperking huishoudelijke activiteiten (65+)	28	36 *	38	34			36		36	42	30		=
mantelzorger	9	8	9	7	4	10	10 *		7	7	12	5	=
Leefomgeving													
ernstige geluidshinder (19-64)	31	23 *	23	24	30	19	*		27	25	21	16	-

*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

