



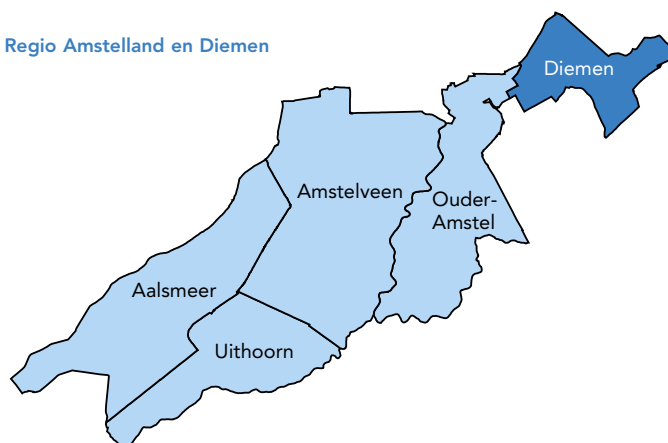
GGD Amsterdam

Zo gezond is Diemen!

Factsheet Gezondheidsmonitor 2010

In deze factsheet leest u de belangrijkste uitkomsten uit de Gezondheidsmonitor 2010. Deze monitor is uitgevoerd onder inwoners van 19 jaar en ouder van de regio Amstelland en Diemen. Wat blijkt? De meeste inwoners van Diemen voelen zich gezond en er wordt minder overmatig alcohol gedronken dan enkele jaren geleden. Wat kan beter? Een kwart van de volwassenen in Diemen rookt, en in vergelijking met andere regiogemeenten wordt in Diemen vaker zwaar gedronken. Overgewicht komt even vaak voor als in 2005. Inwoners van Diemen voelen zich vaker eenzaam en hebben vaker milde depressie- of angstklachten dan elders in de regio. En wat verder opvalt: niet iedereen die zorg nodig heeft, krijgt deze zorg. De gemeente Diemen kan samen met de GGD Amsterdam en andere partijen werken aan een betere gezondheid van haar inwoners, bijvoorbeeld door meer bekendheid te geven aan het zorgaanbod en door in te zetten op verdere verbetering van de leefgewoonten. Met name laagopgeleide inwoners verdienen hierbij extra aandacht.

Regio Amstelland en Diemen



Inhoud

Gezondheid en ziekte	2
Leefstijl	4
Psychosociale gezondheid	6
Beperkingen en hulpbehoefte onder ouderen	8
Leefomgeving	9
Ondersteuning	10
Trends	10
Beleidsadviezen	10

Deze factsheet beschrijft de gezondheid van de inwoners van Diemen. Hieronder leest u hoe Diemen in 2010 scoort in vergelijking met andere regiogemeenten en in vergelijking met 2005. De focus in deze factsheet ligt op de speerpunten uit de gemeentelijke nota volksgezondheidsbeleid. De factsheet sluit af met adviezen voor lokaal beleid.

De gemeente Diemen valt sinds 2003 onder het werkgebied van de GGD Amsterdam. Diemen telt 24.685 inwoners (in 2010). Hiervan is ruim driekwart 19 jaar of ouder.

In het najaar van 2010 heeft de GGD Amsterdam een gezondheidsmonitor onder volwassenen uitgevoerd in Diemen en in Aalsmeer, Amstelveen, Ouder-Amstel en Uithoorn (samen regio Amstelland). In totaal deden 3.817 inwoners mee aan het onderzoek, waarvan 733 Diemenaren.

Speerpunten volksgezondheidsbeleid Diemen:

- 1 psychosociale problematiek
- 2 gebruik van genotmiddelen
- 3 overgewicht en bewegen
- 4 leefomgeving en luchtkwaliteit

Uit: Gezondheidsnota Diemen 2009-2012 ⁽¹⁾

Gezondheid en ziekte

Hoe beoordelen inwoners uit Diemen hun eigen gezondheid? Hoe groot is de groep met overgewicht of met een chronische ziekte of aandoening? Hoeveel inwoners hebben diabetes? Hieronder krijgt u antwoord op deze vragen en krijgt u inzicht in de risicogroepen. Overgewicht en diabetes zijn speerpunten van landelijk en gemeentelijk gezondheidsbeleid ^(1,2). Het blijkt dat Diemen op deze thema's niet afwijkt van de andere regiogemeenten; alleen chronische aandoeningen komen in Diemen minder vaak voor.

Gezondheidsmonitor 2010: het 'hoe', 'wat' en 'waarom' in zeven vragen

- 1 Waarom wordt deze monitor uitgevoerd?** Gemeenten hebben volgens de Wet publieke gezondheid (Wpg) de taak om de gezondheid van hun inwoners in kaart te brengen. De GGD voert die taak voor de gemeenten uit middels een gezondheidsmonitor. De uitkomsten van de gezondheidsmonitor helpen de GGD en de gemeenten bij het formuleren en uitvoeren van het volksgezondheidsbeleid. De Inspectie voor de Gezondheidszorg voert haar toezicht mede uit op basis van de gezondheidsmonitor.
- 2 Hoeveel inwoners deden mee?** In totaal zijn 6.876 inwoners uit Aalsmeer, Amstelveen, Diemen, Ouder-Amstel en Uithoorn benaderd voor het onderzoek. 3.817 inwoners hebben de vragenlijst ingevuld (respons: 56%).
- 3 Zijn de gegevens representatief voor de gemeente?** Ja. De gegevens zijn per gemeente voor geslacht en leeftijd gewogen naar de bevolkingsopbouw van de gemeente.
- 4 Wat betekent een gevonden verschil tussen groepen?** Met statistische toetsen worden de resultaten van Diemen vergeleken met de resultaten van de andere vier regiogemeenten samen. Let op: in de tabellen worden steeds de cijfers voor de hele regio Amstelland/Diemen gepresenteerd. Significante verschillen tussen groepen worden met een (*) aangegeven. Significante betekent dat de kans klein is (maximaal 5%) dat een gevonden verschil op toeval berust ($p < 0,05$). In de tabellen worden voor Diemen ook significante verschillen aangegeven tussen mannen en vrouwen, tussen de verschillende leeftijdscategorieën en tussen de onderzoeksjaren.
- 5 Kunnen de resultaten vergeleken worden met landelijke cijfers?** In de tabellen worden landelijke cijfers van het Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS) gepresenteerd ⁽³⁾. Een vergelijking van de resultaten uit deze monitor met landelijke cijfers is op dit moment slechts beperkt mogelijk. Een vergelijking kan gemaakt worden voor: overgewicht, diabetes, roken, cannabis en beperkingen. Vergelijkbare landelijke cijfers zullen voor een groter aantal gezondheidsthema's vanaf 2013 wel beschikbaar zijn.
- 6 Hoe ziet de onderzoekspopulatie van Diemen eruit?** De onderzoekspopulatie van Diemen wordt gekenmerkt door minder gehuwden/samenwonenden (62% versus 70%), meer niet-westerse allochtonen (20% versus 10%), een vergelijkbaar percentage laagopgeleiden (32% versus 34%) en meer mensen met moeite met inkomen (24% versus 19%) dan in de regio Amstelland/Diemen als geheel. Cijfers van de bevolkingsopbouw laten zien dat in Diemen meer vrouwen wonen dan gemiddeld in Nederland en meer 19-34 jarigen dan in de regio en Nederland.
- 7 Waar vind ik meer resultaten?** U kunt alle cijfers terugvinden in een tabellenboek. Dit tabellenboek kunt u vinden op de website van de GGD; www.gezond.amsterdam.nl/Beleid-onderzoek--preventie/Gezondheidsmonitors/Gezondheidsmonitor-2010

Tabel 1 Gezondheid en ziekte (%)

	regio Amstel- land/ Diemen	Diemen					19-34	35-49	50-64	65-74	75+	Neder- land ¹
		totaal	m	v								
ervaren gezondheid												
matig/slecht	12	12	11	14		2	12	12	22	39 *	–	
overgewicht												
totaal overgewicht	46	46	47	46		26	52	53	64	55 *	48	
– matig overgewicht ²	35	33	32	34		15	40	40	46	37 *	37	
– obesitas ³	11	13 *	14	12		11	12	13	18	18	11	
chronische aandoeningen												
minstens één aandoening	44	39 *	34	44 *		13	36	45	75	80 *	–	
diabetes	6	6	9	4 *		2	1	8	20	20 *	6	

* significant verschil tussen groepen; $p < 0,05$

¹ landelijke cijfers overgewicht: 20 jaar en ouder, diabetes: 18 jaar en ouder (CBS 2010), ² BMI 25-30 kg/m², ³ BMI ≥ 30 kg/m²

– vergelijking met landelijke cijfers niet mogelijk

Merendeel inwoners voelt zich gezond

De ervaren gezondheid, ook gezondheidsbeleving genoemd, geeft een samenvattend oordeel over de eigen gezondheid. Mensen met een slechte ervaren gezondheid hebben een groter risico op ziekten en (vroegtijdige) sterfte. Mensen die ontevreden zijn over de eigen gezondheid maken meer gebruik van zorg.

Zijn de inwoners uit Diemen positief over de eigen gezondheid? Ja, 88% vindt de eigen gezondheid uitstekend of (zeer) goed. Eén op de acht inwoners (12%) ervaart zijn gezondheid als matig of slecht (tabel 1). Met het toenemen van de leeftijd neemt de ontevredenheid over de eigen gezondheid toe. Voor de hele regio Amstelland/Diemen (hierna genoemd 'regio') geldt dat vrouwen minder tevreden zijn over de eigen gezondheid dan mannen. Voor Diemen is het verschil tussen mannen en vrouwen niet significant. Opleidingsniveau, burgerlijke staat en inkomen spelen een rol bij de gezondheidsbeleving. Cijfers voor de hele regio laten zien dat laagopgeleiden en mensen die gescheiden of verweduwd zijn zich vaker ongezond voelen. Verder vergroten werkloosheid en moeite hebben met rondkomen de kans op een matige of slechte ervaren gezondheid.

Helft volwassenen van 35 jaar en ouder heeft overgewicht

Overgewicht verhoogt de kans op chronische aandoeningen, zoals diabetes en hart- en vaatziekten. In de periode 1981-2003 is het aantal mensen met overgewicht in Nederland sterk toegenomen. Inmiddels is het aantal mensen met overgewicht gestabiliseerd.

Bijna de helft van de volwassenen in Diemen (46%) heeft overgewicht. In totaal heeft 13% ernstig overgewicht (obesitas) (tabel 1). Overgewicht komt in

Diemen even vaak voor als elders in de regio en is vergelijkbaar met het landelijke gemiddelde. Obesitas komt in Diemen echter wel vaker voor dan in de andere regiogemeenten. Mannen en vrouwen hebben vergelijkbaar vaak overgewicht. Van de inwoners van 35 jaar en ouder heeft meer dan de helft overgewicht. Uit de cijfers voor de hele regio blijkt dat laagopgeleiden vaker overgewicht hebben dan hoogopgeleiden. Is overgewicht onder inwoners van Diemen sinds 2005 gestegen? Nee, overgewicht komt in 2010 even vaak voor als in 2005.

Vier op de tien inwoners uit Diemen met obesitas wil hulp bij het afvallen.

Ouderen, vrouwen en laagopgeleiden vaker chronisch ziek

Het zorggebruik van mensen met chronische ziekten is hoog. Ze bezoeken regelmatig de huisarts of medisch specialist en gebruiken veel en soms langdurig medicijnen. Daarnaast maakt deze groep geregeld gebruik van andere vormen van zorg zoals thuiszorg of hulpmiddelen.

Chronische aandoeningen hangen sterk samen met de leeftijd (tabel 1). Gemiddeld hebben vier op de tien volwassenen in Diemen minstens één chronische aandoening. Dit is minder vaak dan gemiddeld in de andere regiogemeenten. Vrouwen hebben vaker een chronische aandoening dan mannen. In de regio vormen laagopgeleiden een risicogroep. Niet alle mensen met een chronische aandoening of ziekte voelen zich ook 'on gezond'. Bijna driekwart (73%) van de inwoners van Diemen met een chronische ziekte ervaart een goede gezondheid.

De drie meest gerapporteerde chronische ziekten in Diemen zijn; hoge bloeddruk (13%), gewichtsslijtage (8%) en ernstige aandoeningen aan de rug (6%).

Eén op de vijf 65-plussers heeft diabetes

Diabetes is één van de meest voorkomende ziekten in Nederland. Verwacht wordt dat het aantal diabetici in de toekomst hard zal stijgen. Overgewicht en een inactieve leefstijl zijn belangrijke risicofactoren voor het ontstaan van diabetes. De gevolgen van diabetes kunnen zeer ernstig zijn en bijvoorbeeld tot oogproblemen, nierfalen en zelfs tot sterfte leiden.

Het percentage diabetici in Diemen neemt sterk toe met de leeftijd (tabel 1). Diabetes komt vooral voor onder 65-plussers, van hen heeft één op de vijf diabetes (20%). In Diemen heeft 6% van alle volwassenen diabetes. Dat is evenveel als gemiddeld in de regio en Nederland. Diabetes komt in Diemen onder mannen vaker voor dan onder vrouwen en is ten opzichte van 2005 niet toegenomen. Laagopgeleiden hebben vaker diabetes dan hoogopgeleiden.

Leefstijl

Wordt er in Diemen evenveel gerookt, gedronken en bewogen als in de andere regiogemeenten en Nederland? Roken, overmatig alcoholgebruik en te weinig beweging zijn belangrijke oorzaken van ziekte en sterfte en staan hoog op de landelijke en lokale politieke agenda. Ook drugsgebruik is in Diemen een van de speerpunten van het lokale gezondheidsbeleid. Hieronder worden de resultaten voor deze leefstijlfactoren beschreven. Voor de hele regio is gekeken naar de samenhang met opleidingsniveau. In Diemen wordt vaker gerookt

Alcoholgebruik

Overmatig alcoholgebruik (= gewoonte-drinken): wekelijks meer dan 21 glazen alcohol (mannen) of meer dan 14 glazen alcohol (vrouwen)

Zwaar alcoholgebruik: minimaal één dag per week zes of meer glazen alcohol (mannen) of vier of meer glazen alcohol (vrouwen).

Nederlandse Norm Gezond Bewegen

Voldoende lichaamsbeweging: minimaal een half uur per dag matig intensief lichamelijk actief op ten minste vijf dagen van de week.

en vaker zwaar gedronken dan in de andere regiogemeenten.

Bijna kwart Diemenaren rookt

Roken is nog steeds één van de belangrijkste oorzaken van ziekte en sterfte. Sinds 1970 roken in Nederland steeds minder mannen en vrouwen.

In Diemen rookt bijna een kwart van de volwassen bevolking (24%), landelijk is dat 27%. In Diemen wordt vaker gerookt dan in de andere regiogemeenten met name door mannen (28% versus 18%). Met het toenemen van de leeftijd wordt minder gerookt (tabel 2). Uit de cijfers voor de hele regio blijkt dat laagopgeleiden van 19-34 jaar het vaakst roken (35%).

Tabel 2 Leefgewoonten (%)

	regio Amsteland/Diemen	Diemen									Nederland ²
		totaal	m	v	19-34	35-49	50-64	65-74	75+		
roken											
rookt	19	24 *	28	21	28	26	25	16	11	27	
alcoholgebruik											
zwaar en/of overmatig	12	14	17	11 *	12	14	17	15	9	–	
zware drinker	8	11 *	14	9	12	11	13	9	6	–	
overmatige drinker	7	8	11	6	5	7	13	11	6	–	
rijden onder invloed	10	8	16	2 *	10	9	7	7	4	–	
bewegen¹											
voldoende actief	65	68	69	67	66	64	73			57	
drugsgebruik¹											
cannabis ooit	23	27	31	23	43	22	14		*	26	
cannabis laatste maand	3	5	7	3	12	1	0		*	4	
harddrugs ³ ooit	10	10	12	8	18	9	4		*	–	

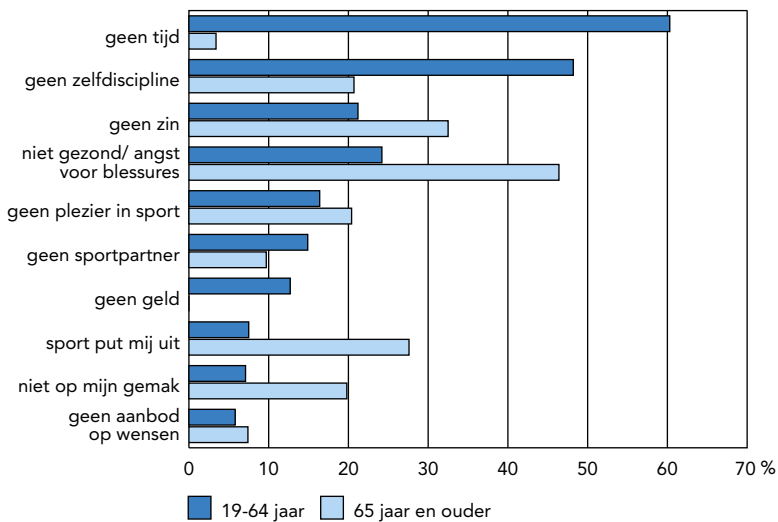
* significant verschil tussen groepen; $p < 0,05$

¹ vragen niet gesteld aan 65 jaar en ouder, ² landelijke cijfers (CBS, 2010) roken: 20 jaar en ouder, bewegen: 18 jaar en ouder

(GGD en CBS vraagstelling niet identiek), cannabis (CBS, 2009) 20 tot en met 64 jarigen, ³ xtc, cocaïne, amfetamine, lsd en heroïne

– een vergelijking met landelijke cijfers is niet mogelijk

Figuur 1 Belemmeringen om meer te bewegen (%)



In Nederland is in het afgelopen decennium het percentage rokers gedaald van 33% naar 27%. In Diemen rookte in 2005 25%. Willen rokers hulp om te stoppen? Ja, een kwart van de rokers in Diemen geeft aan behoefte aan ondersteuning of hulp te hebben bij het stoppen met roken.

Mannen in Diemen drinken vaker te veel

Het gezondheidsgevaar van alcohol zit met name in het drinken van grote hoeveelheden. Langdurig te hoge alcoholconsumptie verhoogt de kans op lichamelijke en psychische aandoeningen. Daarnaast heeft alcohol een verdovend en ontremmend effect wat kan leiden tot verkeersongelukken en agressief gedrag.

Veertien procent van de volwassen inwoners uit Diemen drinkt te veel alcohol: 8% drinkt overmatig en 11% is (ook) een zware drinker (definities in kader op pg 4). Het aandeel zware drinkers is hoger dan in de andere regiogemeenten (tabel 2). Gunstig: in Diemen daalde het overmatig alcoholgebruik in de periode 2005-2010 (tabel 7).

Wat zijn de risicogroepen? Mannen drinken vaker zwaar en/of overmatig en rijden vaker onder invloed van alcohol dan vrouwen. Er zijn geen grote verschillen tussen de leeftijdsgroepen. De regiocijfers laten zien dat laagopgeleiden vaker te veel alcohol drinken dan hoogopgeleiden.

Opvallend: inwoners van Diemen die te veel drinken willen vaker hulp om hun alcoholgebruik te minderen (16%) dan gemiddeld in de regio (7%).

Omdat vergelijkbare landelijke cijfers ontbreken, vergelijken we het percentage 19-64 jarigen in de regio Amstelland /Diemen dat overmatig drinkt (7%) met aangrenzende GGD-regio's. In Kennemerland (2008) drinkt 13% van de 19-64 jarigen overmatig, in Gooi & Vechtstreek (2008) is dat 14% en in Zaanstreek-Waterland (2009) 15%⁽⁴⁻⁶⁾.

Een derde van de inwoners van Diemen beweegt te weinig

Met het toenemen van de welvaart is men minder gaan bewegen. Werk, school en huishoudelijke taken vragen nog maar weinig beweging. Bewegen is gunstig voor de gezondheid en verlaagt het risico op bijvoorbeeld overgewicht, diabetes en osteoporose.

In Diemen beweegt 68% van de 19-64 jarigen voldoende volgens de Nederlandse Norm Gezond Bewegen (zie kader op pg 4). Dat is ongeveer een even grote groep als elders in de regio (tabel 2). Wie bewegen te weinig? In de hele regio zijn dat volwassenen van 19-49 jaar en mannen. In Diemen is er geen significant verschil tussen mannen en vrouwen en tussen verschillende leeftijdscategorieën. Uit de regiocijfers blijkt dat hoogopgeleiden vaker inactief zijn dan midden- en laagopgeleiden. Van de inwoners uit Diemen die te weinig bewegen, geeft 16% aan hulp of ondersteuning te willen om dit te verbeteren.



Vinden Diemenenaren zelf dat ze onvoldoende bewegen? Ja, 30% van de inwoners vindt dat hij/zij te weinig beweegt. Gevraagd is wat hen belemmert om meer te bewegen (figuur 1). Volwassenen tot 65 jaar geven vooral aan geen tijd en zelfdiscipline te hebben. Gezondheidsproblemen of angst voor blessures vormen de belangrijkste beperkende factoren voor 65-plussers. Voor 6% van deze inwoners sluit het aanbod van beweegactiviteiten in de buurt niet aan op zijn/haar wensen.

Drugsgebruik vergelijkbaar met elders

Cannabis wordt vooralsnog beschouwd als een drug met een aanvaardbaar risico. Echter, chronisch en zwaar cannabisgebruik hangen samen met gezondheidsrisico's zoals long- en luchtwegaandoeningen. Ook kan het ongewenste sociale en maatschappelijke gevolgen hebben. Harddrugs zijn drugs met een onaanvaardbaar risico. Ernstige gezondheidsrisico's zijn verslaving en overdosering.

In Diemen verschilt het drugsgebruik niet van de andere regiogemeenten (tabel 2). In Diemen gebruiken mannen wel vaker drugs dan vrouwen, maar zijn de verschillen niet significant. Eén op de acht 19-34 jarigen heeft recent cannabis gebruikt. De relatie tussen cannabisgebruik en opleidingsniveau is niet eenduidig: regiocijfers laten zien dat hoogopgeleiden vaker ooit cannabis gebruiken dan laagopgeleiden, laagopgeleiden zijn vaker recente gebruikers.

Van de harddrugs zijn xtc en cocaïne in Diemen het vaakst ooit gebruikt door 19-64 jarigen, beide door 7%. Regiocijfers laten zien dat minder dan 1% van de 19-64 jarigen recent xtc, cocaïne, amfetamine, lsd, heroïne, GHB of paddo's heeft gebruikt. Dit is vergelijkbaar met de landelijke cijfers.

Psychosociale gezondheid

Hoe staat het met de psychosociale gezondheid in Diemen: hoeveel inwoners voelen zich eenzaam of hebben te maken met depressie of angst? Preventie en behandeling van depressie zijn speerpunten van landelijk en gemeentelijk gezondheidsbeleid. Andere thema's die samenhangen met psychosociale gezondheid zijn huiselijk geweld en het geven van mantelzorg. De gemeente heeft vanuit de Wmo een taak op deze thema's (zie kader op pg 7). Wat blijkt? Inwoners van Diemen zijn vaker eenzaam en hebben vaker depressie- of angstklachten dan in de andere regiogemeenten. De samenhang van de psychosociale gezondheid met opleidingsniveau en burgerlijke staat wordt beschreven voor de hele regio. Ter vergelijking worden de bevindingen voor aangrenzende GGD-regio's gepresenteerd (tabel 4). Landelijke cijfers zijn niet beschikbaar.

Eén op de veertien inwoners ernstig eenzaam
Eenzaamheid gaat samen met een slechtere (psychische) gezondheid en een lagere kwaliteit van leven. Eenzaamheid hangt sterk samen met burgerlijke staat.

Van de inwoners van Diemen is 7% ernstig eenzaam en 32% matig eenzaam (tabel 3). Het percentage matig eenzamen is in Diemen hoger dan in de andere regiogemeenten, het percentage ernstig eenzamen is gelijk. Er zijn geen significante verschillen tussen mannen en vrouwen. Onder 75-plussers komt eenzaamheid vaker voor dan in de andere leeftijdsgroepen.

Regionale cijfers laten zien dat laagopgeleiden vaker eenzaam zijn dan hoogopgeleiden. Onder vrouwen van 75 jaar en ouder is de groep ernstig eenzamen het grootst. Verder komt eenzaamheid vaker voor

Tabel 3 Psychosociale gezondheid (%)

	regio Amsteland/Diemen	Diemen								
		totaal	m	v	19-34	35-49	50-64	65-74	75+	
eenzaamheid										
matig eenzaam	27	32 *	36	28	34	23	36	32	46 *	
ernstig eenzaam	6	7	6	9	9	10	3	7	10	
depressie- of angstklachten										
milde klachten	28	32 *	29	36 *	33	30	35	28	35	
ernstige klachten	4	4	3	6	4	7	3	5	3	
huiselijk geweld										
ooit	8	8	4	12 *	5	14	11	2	2	
afgelopen jaar	1	1,6	-	-	-	-	-	-	-	
mantelzorg geven, afgelopen jaar	17	18	15	21 *	11	18	30	14	13 *	

* significant verschil tussen groepen; $p < 0,05$

- aantal te klein om te presenteren

Tabel 4 Psychosociale gezondheid in Diemen en de regio Amstelland/Diemen in vergelijking met aangrenzende GGD-regio's (19-64 jarigen) (%)

	Diemen ¹ (2010)	regio Amstelland/ Diemen ¹ (2010)	Kennemer- land (2008)	Gooi en Vechtstreek (2008)	Zaanstreek- Waterland (2009)
eenzaamheid; matig / ernstig	31 / 7	26 / 6	29 / 6	26 / 4	30 / 5
depr. of angstklachten; mild / ernstig	33 / 5	28 / 4	36 / 5	29 / 5	32 / 4
ooit huiselijk geweld	10	9	8	8	9
mantelzorg geven, afgelopen jaar	19	18	16	18	14

¹ vanwege de selectie van 19-64 jarigen kunnen de cijfers verschillen van die in tabel 3

De Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo)

regelt dat burgers de voorzieningen, hulp en ondersteuning krijgen die ze nodig hebben om mee te doen aan de maatschappij en om zelfstandig te blijven wonen. Het gaat om mensen met beperkingen door bijvoorbeeld een chronisch psychisch probleem, ouderdom of een handicap. Gemeenten voeren de Wmo uit. Voorbeelden van hulp en voorzieningen zijn ondersteuning aan vrijwilligers en mantelzorgers, hulp bij het huishouden, aanpassingen in de woning en vervoersvoorzieningen.

onder niet-werkenden en onder mensen die gescheiden of verzuimd zijn.

Vier procent inwoners Diemen heeft ernstige depressie- of angstklachten

Psychische problemen zijn vaak zeer ingrijpend en kunnen zowel oorzaak als gevolg zijn van (lichamelijke) ziekten en beperkingen. Depressie- en angstklachten zijn de meest voorkomende psychische aandoeningen in Nederland.

Van de inwoners uit Diemen heeft een derde milde depressie- of angstklachten en 4% heeft ernstige klachten (tabel 3). In Diemen komen milde klachten vaker voor dan in de andere regiogemeenten. Een derde (35%) van de inwoners uit Diemen met ernstige klachten gebruikt hiervoor medicijnen. Eén op de twintig inwoners (5%) heeft in het afgelopen jaar een periode van depressiviteit, vastgesteld door een arts, doorgemaakt.

Regiocijfers laten zien dat vrouwen vaker ernstige klachten hebben dan mannen. In Diemen zien we dat ook, maar is het verschil tussen mannen en vrouwen niet significant. Verder laten regiocijfers zien dat ernstige klachten onder alleenstaanden meer voorkomen dan onder gehuwden of samenwonenden. Ook hebben werklozen en eenzame

inwoners relatief vaak depressie- of angstklachten. Het opleidingsniveau speelt geen rol.

Eén op de acht vrouwen slachtoffer huiselijk geweld

Huiselijk geweld is geweld dat door iemand uit de huiselijke kring wordt gepleegd (gezinsleden, familieleden, (ex) partners, huisvrienden). Huiselijk geweld kan op de korte en lange termijn vergaande gevolgen hebben voor alle betrokkenen.

In Diemen is 8% van de inwoners ooit slachtoffer geweest van huiselijk geweld en 1,6% in het afgelopen jaar (tabel 3). Er zijn geen significante verschillen met de andere regiogemeenten. Vrouwen zijn drie keer zo vaak slachtoffer van huiselijk geweld als mannen. Wat kenmerkt huiselijk geweld in de regio?

Lichamelijk en psychisch/emotioneel geweld komen het vaakst voor; voor beide geldt dat 5% van de volwassenen hiervan ooit slachtoffer is geweest. Een ongewenste seksuele toenadering en seksueel misbruik komen minder vaak voor (beide 1%). De dader is in 40% van de gevallen de ex-partner. Verder blijkt dat huiselijk geweld vaker voorkomt onder gescheiden inwoners, mensen uit een eenoudergezin, mensen die moeite hebben met rondkomen en arbeidsongeschikten. Het opleidingsniveau speelt geen rol. Bijna een kwart van de slachtoffers meldt het huiselijk geweld bij de politie. Een even grote groep bespreekt het met familie, vrienden of kennissen. Ongeveer eenderde van de slachtoffers spreekt er met niemand over.

13% van de mantelzorgers zwaar- tot overbelast

Overbelasting door de zorg voor een naaste kan een oorzaak zijn van lichamelijke of psychische klachten.

Bijna één op de vijf inwoners van Diemen heeft in het afgelopen jaar mantelzorg gegeven (tabel 3). In totaal geeft 3% van de inwoners aan door het geven van mantelzorg zwaarbelast te zijn. Vrouwen verlenen vaker mantelzorg dan mannen. Door 50-64



jarigen wordt het vaakst mantelzorg verleend. Regiocijfers laten zien dat laag-, midden- en hoogopgeleiden even vaak mantelzorg verlenen. Negen van de tien mantelzorgers in Diemen verlenen wekelijks zorg, 11% doet dit incidenteel. Het percentage mantelzorgers dat wekelijks mantelzorg verleent is daarmee hoger dan in de andere regiogemeenten (76%). Ruim 300 inwoners van Diemen, 13% van de mantelzorgers, voelen zich zwaar- tot overbelast door het zorgen voor een ander. Mantelzorgers die een steuntje in de rug willen bij hun zorgtaak, kunnen terecht bij het

Steunpunt Mantelzorg. In de regio kent 43% van de mantelzorgers van 65 jaar en ouder ^a het steunpunt; eenvijfde heeft contact gehad met het steunpunt.

Beperkingen en hulpbehoefte onder ouderen

Speciaal aan ouderen hebben we vragen gesteld over lichamelijke beperkingen en over beperkingen bij het uitvoeren van dagelijkse activiteiten. Ook hebben we ouderen gevraagd of ze hulp krijgen en of ze bekend zijn met het Centraal Servicepunt/Wmo-loket. Wat blijkt? Een deel van de 65-plussers met een beperking krijgt geen hulp en de bekendheid met het Wmo-loket kan beter.

Beperkingen vooral bij 75-plussers

Lichamelijke beperkingen kunnen er voor zorgen dat dagelijkse activiteiten (veel) moeite kosten of helemaal niet meer zelfstandig gedaan kunnen worden. We onderscheiden: lichamelijke beperkingen, beperkingen in de Activiteiten van het Dagelijks Leven (ADL) en beperkingen bij het uitvoeren van Huishoudelijke Dagelijkse Activiteiten (HDA).

Lichamelijke beperkingen. Gehoor-, gezichts- en mobiliteitsbeperkingen komen in Diemen even vaak voor als in de andere regiogemeenten (tabel 5). Inwoners van 75 jaar en ouder hebben deze lichamelijke beperkingen het vaakst. Vrouwen hebben vaker een mobiliteitsbeperking dan mannen.

ADL-beperkingen. Ouderen in Diemen hebben even vaak als ouderen in andere regiogemeenten één of meerdere ADL- beperkingen. Dit geldt voor

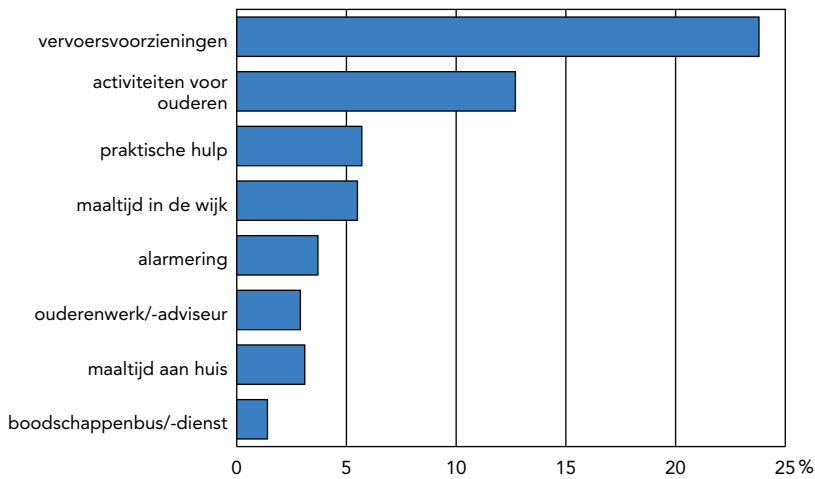
Tabel 5 Beperkingen onder 65-plussers (%)

	regio Amstel- land/ Diemen	Diemen					Neder- land ⁵
		totaal	m	v	65-74	75+	
lichamelijke beperkingen							
gehoorbeperving	6	5	7	4	4	7	7
gezichtsbeperking	7	8	8	9	5	13 *	10
mobiliteitsbeperking ¹	23	23	15	28 *	13	34 *	22
ADL-beperkingen							
minimaal één ADL beperking	13	14	11	17	8	21 *	20
persoonlijke verzorging ²	6	4	2	6	1,1	8 *	–
mobiliteit ³	13	14	11	16	7	21 *	–
HDA-beperkingen							
minimaal één HDA beperking ⁴	23	24	20	27	12	38 *	–

* significant verschil tussen groepen; $p < 0,05$, – een vergelijking met landelijke cijfers is niet mogelijk, ¹ Kunt u een voorwerp van 5kg 10 meter dragen? Kunt u als u staat, buigen en iets van de grond pakken? Kunt u 400 meter lopen zonder stil te staan (zo nodig met stok)?, ² moeite met: eten en drinken; gaan zitten en opstaan uit een stoel; in en uit bed stappen; aan- en uitkleden; het gezicht en handen wassen; zich volledig wassen, ³ moeite met: zich verplaatsen naar een andere kamer op dezelfde verdieping; trap op- en aflopen; woning verlaten en binnengaan; zich verplaatsen buitenshuis, ⁴ moeite met: dagelijkse boodschappen doen; warm eten koken; licht huishoudelijk werk; zwaar huishoudelijk werk, ⁵ (CBS, 2010) 65 jaar en ouder

^a aan 19-64 jarigen is niet gevraagd of zij bekend zijn met het Steunpunt Mantelzorg

Figuur 2 Gebruik van Wmo-voorzieningen door 65-plussers uit Diemen in het afgelopen jaar (%)



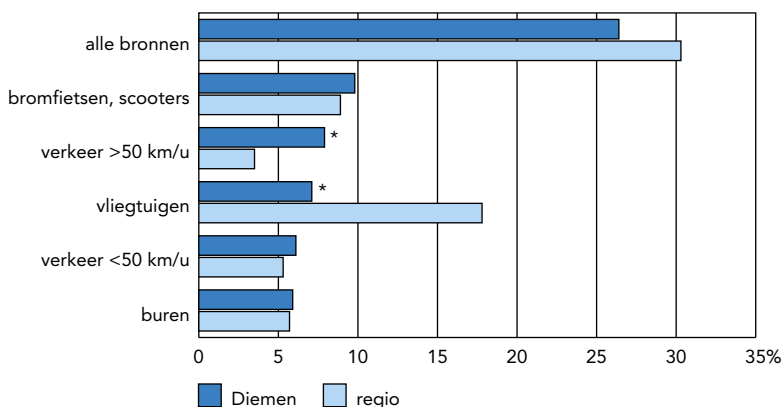
bepkeringen bij de persoonlijke verzorging en voor mobiliteitsbepkeringen (tabel 5). Ook hier geldt dat 75-plussers vaker een beperking hebben.

ADL-bepkeringen komen in Diemen minder vaak voor dan gemiddeld in Nederland. Gemiddeld krijgt in de regio ruim een derde van de inwoners (38%) met een beperking bij de persoonlijke verzorging daarvoor geen hulp.

HDA-bepkeringen. Met het toenemen van de leeftijd stijgt het aandeel ouderen dat voor huishoudelijke taken van hulp afhankelijk is (tabel 5). Ook hierin verschilt Diemen niet van de regio. Uit de regiocijfers blijkt dat één op de vier inwoners met een HDA-bepkering geen hulp heeft bij huishoudelijke activiteiten. Ouderen met een partner zullen deze hulp over het algemeen van hun partner ontvangen, maar beschouwen dit mogelijk niet als hulp. Daarom is apart gekeken naar alleenwonende 65-plussers met HDA-bepkeringen. Van hen krijgt 10% geen huishoudelijke hulp.

Regiocijfers laten zien dat laagopgeleiden over het algemeen vaker lichamelijke, ADL- en HDA-bepkeringen hebben dan hoogopgeleiden.

Figuur 3 Ernstige geluidshinder naar bron in het afgelopen jaar (%)



* significant verschil tussen Diemen en de andere regio's; $p < 0,05$

Helpt Diemenaren niet bekend met Wmo-loket

Bij het Wmo-loket kunnen inwoners informatie krijgen over Wmo-voorzieningen.

In Diemen kent bijna de helft van de 65-plussers (46%) het 'Centraal Servicepunt/Wmo Loket' en één op de zeven heeft in het afgelopen jaar contact gehad met dit loket. Het gebruik van acht Wmo-voorzieningen is in kaart gebracht (figuur 2). Ouderen maken vooral gebruik van het ouderenvervoer (24%) en van activiteiten voor ouderen (13%). Met name vrouwen en 75-plussers doen een beroep op deze voorzieningen.

Leefomgeving

Veel factoren in onze leefomgeving hebben invloed op de gezondheid. In deze monitor is aandacht besteed aan geluidshinder en de tevredenheid over de eigen woning en woonomgeving.

Kwart Diemenaren ernstig gehinderd door geluid

Gezondheidseffecten van geluid zijn hinder, slaapverstoring en verminderd cognitief functioneren. Langdurige blootstelling aan hoge geluidsniveaus kan leiden tot hoge bloeddruk en hart- en vaatziekten. Landelijk zijn wegverkeer, buren en vliegverkeer de belangrijkste bronnen van geluidshinder.

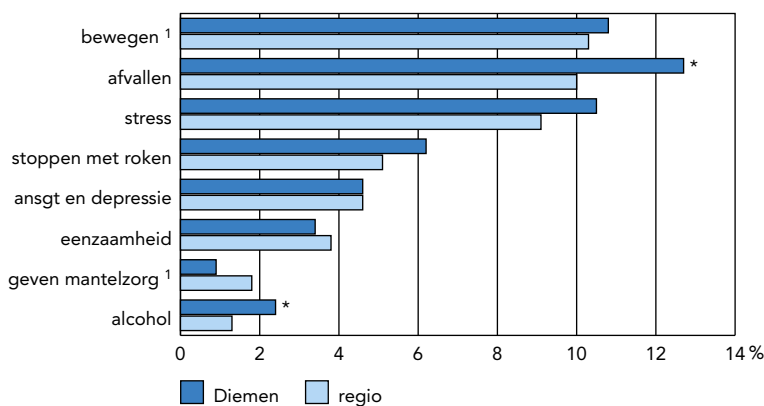
In Diemen ervaart 26% van de inwoners thuis ernstige geluidshinder (figuur 3). Cijfers voor de regio laten zien dat inwoners van 35-64 jaar de meeste geluidshinder ondervinden. Geslacht en opleidingsniveau spelen geen rol.

De vijf belangrijkste bronnen van geluidshinder in Diemen staan in figuur 3. Ernstige geluidshinder wordt het vaakst veroorzaakt door verkeer; 10% van de inwoners wordt ernstig gehinderd door bromfietsen/bromscooters. In Diemen is de geluidshinder van vliegtuigen (7%) minder dan gemiddeld in de andere regio's, maar wordt relatief vaak ernstige hinder ervaren van verkeer op wegen waar je harder mag dan 50 km/u (8%).

Inwoners van Diemen minder tevreden over de woonomgeving

Inwoners van Diemen geven hun woning en de woonomgeving een ruime voldoende (tabel 6). Het percentage volwassenen in Diemen dat de eigen woonomgeving een onvoldoende geeft is groter dan gemiddeld in de andere regio's.

Figuur 4 Behoeftte aan ondersteuning of hulp (%)



* significant verschil tussen Diemen en de andere regiogemeenten; $p < 0,05$
¹ alleen gevraagd aan 19-64 jarigen.

Ondersteuning

Voor welke gezondheidsproblemen hebben inwoners behoefte aan ondersteuning of hulp? Het antwoord op deze vraag biedt aanknopingspunten voor gezondheidsbevordering en beleid. Met ondersteuning of hulp wordt bedoeld o.a. contact met een hulpverlener of arts, een cursus, spreekuur of lotgenotencontact.

Vooraf behoefte aan ondersteuning bij bewegen, afvallen en stress

Voor een aantal gezondheidsproblemen is in kaart gebracht of inwoners van Diemen behoefte hebben aan hulp of ondersteuning (figuur 4). Kijken we naar alle volwassenen in Diemen dan geldt dat men het vaakst ondersteuning of hulp^b wil om meer te bewegen (11%), af te vallen (13%) en om stress of spanningen te verminderen (11%). In aantal zijn dat ongeveer 1700^c, 2500 en 2000 inwoners respectievelijk. Voor afvallen en alcohol is de hulpbehoefte in Diemen hoger dan gemiddeld in de andere regiogemeenten. Opmerkelijk; voor eenzaamheid is de hulpbehoefte niet hoger, ondanks het hogere percentage matig eenzamen.

Trends

Een van de belangrijkste functies van de gezondheidsmonitor is het volgen van trends.

Overmatig drinken gedaald

Voor een aantal gezondheidsthema's wordt in tabel 7 de trend tussen 2005⁽⁷⁾ en 2010 gepresenteerd. Het percentage inwoners met overgewicht en met diabetes lijkt in de periode 2005-2010 niet veranderd. Gunstig; het overmatig alcoholgebruik is de afgelopen jaren in Diemen gedaald. In 2010 drinken vooral vrouwen minder dan in 2005 (6% versus 10%). De percentages rokers en cannabisgebruikers zijn tussen 2005 en 2010 niet significant veranderd.

Beleidsadviezen

Voor Diemen geldt hetzelfde als voor Nederland: 'Het gaat goed met de volksgezondheid, maar het kan nog beter'⁽⁸⁾. Hoe dan? Uit deze gezondheidsmonitor volgen vijf adviezen voor de gemeente Diemen en haar partners uit de zorg en welzijnssector. Deze adviezen sluiten aan op het huidige lokale gezondheidsbeleid⁽¹⁾.

Besteed aandacht aan preventie roken, alcohol- en drugsgebruik

In Diemen wordt vaker gerookt dan in de andere regiogemeenten. Voor drugsgebruik zijn de resultaten voor Diemen vergelijkbaar met elders in de regio. Gunstig; overmatig alcoholgebruik is de afgelopen jaren afgenomen. Het lijkt erop dat het alcoholmatigingsbeleid in Diemen van de afgelopen jaren hiertoe heeft bijgedragen. Echter, in Diemen wordt wel vaker zwaar gedronken dan in de andere regiogemeenten. Rijden onder invloed van alcohol komt in Diemen ongeveer even vaak voor als in de andere regiogemeenten. Een kwart van de rokers en één op de zes Diemenaren die te veel drinken heeft aangegeven hierbij hulp of ondersteuning te willen.

Tabel 6 Tevredenheid woning en woonomgeving

	gemiddeld rapportcijfer (1-10)		% inwoners met een onvoldoende rapportcijfer (1-5)	
	regio Amsteland/Diemen	Diemen	regio Amsteland/Diemen	Diemen
woning	8	8	5	6
woonomgeving	8	7	9	15*

* significant verschil tussen groepen; $p < 0,05$

^b antwoordencategorieën: 'ja, zeker' en 'ja misschien' zijn samengevoegd
^c 19-64 jarigen

Tabel 7 Trends in gezondheid in Diemen (%)

	Diemen	
	2005	2010
gezondheid en ziekten		
totaal overgewicht	44	46
– matig	33	33
– obesitas	11	13
diabetes	5	6
leefgewoonten		
roken	25	24
overmatig drinken	11	8 *
cannabis ¹ afgelopen maand	6	9
cannabis ¹ ooit	34	36

* significant verschil tussen de onderzoeksjaren; $p < 0,05$;

¹ selectie 19-45 jarigen

De belangrijkste beleidsadviezen

- 1 Besteed aandacht aan preventie roken, alcohol- en drugsgebruik.
- 2 Maak bewegen de gemakkelijke en aantrekkelijke keuze.
- 3 Ondersteun inwoners met (risico op) psychosociale klachten.
- 4 Versterk hulp voor inwoners met beperkingen.
- 5 Besteed aandacht aan geluidshinder.

Advies:

- Continueer de cursussen vroegsignalering alcoholgebruik, met name voor de eerstelijnszorg.
- Besteed aandacht aan het thema alcohol en verkeer, middels voorlichting en handhaving.
- Richt preventie van genotmiddelengebruik op risicogroepen via eerstelijnszorg, sportverenigingen etc.
- Zet in op handhaving van de leeftijdsgrenzen voor alcoholverkoop in horeca, detailhandel en sportvereniging. Zet in op terugdringen van doorschenken bij dronkenschap.
- 'Hoe eerder, hoe beter': continueer de voorlichting over genotmiddelen op het basisonderwijs.

Risicogroepen:

- Roken: laagopgeleiden van 19-34 jaar.
- Alcohol: mannen, laagopgeleiden.
- Drugsgebruik: inwoners van 19-34 jaar.

Maak bewegen de gemakkelijke en aantrekkelijke keuze

In Diemen wordt even veel bewogen als gemiddeld in de regio. De percentages inwoners met overgewicht en met diabetes zijn in 2010 vergelijkbaar

met 2005. Dat is gunstig. Echter, overgewicht en bewegingsarmoede komen vaak voor; bijna de helft van de volwassenen heeft overgewicht en een derde beweegt te weinig. Eén op de vijf 65-plussers heeft diabetes. Naast beweging is gezond eten belangrijk om overgewicht te voorkomen of te verminderen.

Advies:

- Stimuleer inwoners om meer te bewegen, bijvoorbeeld door de inrichting van een beweegvriendelijke omgeving en beschikbaarheid van toegankelijke en betaalbare sportvoorzieningen in de buurt.
- Stimuleer de eerstelijnszorg, welzijnsorganisaties en de Thuiszorg om de preventie van diabetes, overgewicht en voedingsvoorlichting te richten op de risicogroepen.

Risicogroepen:

- Overgewicht: inwoners van 35 jaar en ouder, laagopgeleiden.
- Lichaamsbeweging: hoogopgeleiden.
- Diabetes: mannen, inwoners van 65 jaar en ouder, laagopgeleiden.

Ondersteun inwoners met (risico op) psychosociale klachten

Matige eenzaamheid en milde depressie- of angstklachten komen in Diemen vaker voor dan in de andere regiogemeenten. Ook in vergelijking met aangrenzende GGD-regio's is het percentage eenzame mensen relatief hoog. Het percentage inwoners met psychische klachten is vergelijkbaar met de andere GGD-regio's.

Advies:

- Zorg voor vroegsignalering van depressieklachten en preventieve hulp aan risicogroepen.
- Verbeter de bekendheid van het Steunpunt Mantelzorg en het Steunpunt Huiselijk Geweld.
- Voorzie in de behoefte aan ondersteuning bij het verminderen van stress of spanningen.

Risicogroepen:

- Eenzaamheid: inwoners van 75 jaar en ouder, laagopgeleiden, inwoners die gescheiden zijn, verweduwd, werklozen.
- Angst en depressie: vrouwen, alleenstaanden, werklozen.

Versterk hulp aan inwoners met een beperking

Ouderen met een beperking ontvangen niet altijd de benodigde zorg. Voor hen is het van belang dat zij de juiste hulp krijgen om zelfstandig te kunnen blijven wonen.

Advies:

- Zorg dat ouderen dagelijkse activiteiten zoveel mogelijk zelf kunnen blijven doen door het stimuleren van het aanbod van preventieprogramma's, bijvoorbeeld bewegingsprogramma's.

- Verbeter de signalering van beperkingen en hulpbehoefte door zorgverleners. Zij kunnen ouderen met een beperking informeren over voorzieningen en hulpmiddelen en hen motiveren daarvan gebruik te maken.
- Verbeter de bekendheid met en het gebruik van de voorzieningen van het Wmo-loket.

Risicogroepen:

- Lichamelijke beperkingen: vrouwen, inwoners van 75 jaar en ouder, laagopgeleiden.

Besteed aandacht aan geluidshinder

In Diemen zijn bromfietsen/bromscooters, wegverkeer, vliegtuigen en burenbronnen van ernstige geluidshinder en vormen daarmee een risico voor de volksgezondheid.

Colofon

Tekst

GGD Amsterdam, cluster EDG en cluster Leefomgeving

Auteurs

Claudia Verhagen, Henriëtte Dijkshoorn, Anton Janssen, Menno Segeren, Fatima El Fakiri, Daan Uitenbroek, Matty de Wit, Marcel Buster, Thijs Fassaert, Frits van den Berg, Renée Corstjens, Astrid van Ketel en Marjo de Vet

Contact

Mevrouw dr. C.E. Verhagen, onderzoeker
Telefoon 020 555 5495
E-mail edg@ggd.amsterdam.nl

Fotografie

Beeldarchief GGD Amsterdam en Edwin van Eis - Beeldbank Amsterdam

Vormgeving en druk

SDA Print + Media

Referenties

- (1) Gezondheidsnota Diemen 2009-2012, Gezondheid, ook een keuze! gemeente Diemen, 2009
- (2) Landelijke nota gezondheidsbeleid 2011 'Gezondheid dichtbij'. Ministerie VWS, 2011
- (3) CBS statline, <http://statline.cbs.nl>
- (4) Volwassenenonderzoek 2008 regio Kennemerland, GGD Kennemerland, 2009
- (5) Gezondheidspeiling volwassenen 2008, GGD Gooi & Vechtstreek, 2009
- (6) Tabellenboek volwassenen en senioren Zaanstreek-Waterland 2009, GGD Zaanstreek-Waterland, 2010
- (7) Gezondheid en gezondheidsgedrag in Diemen, verslag van de gezondheidsenquête 2005, GGD Amsterdam, 2006
- (8) Kernrapport van de Volksgezondheid Toekomst Verkenning 2010, Van gezond naar beter. RIVM, 2010

