

Resultaten Gezondheidsmonitor 2016

Gezondheid

Geestelijke gezondheid

Eerstelijnszorg

Leefstijl

Genotmiddelen

Sociale participatie en armoede

Fysieke leefomgeving

Tevredenheid eigen leven

Onderzoeksopzet



Onderzoek naar de gezondheid
van de Friese bevolking
van 19 jaar en ouder

Voorwoord



Hoe gezond en vitaal is Fryslân?

Een gezond lichaam en een gezonde geest geven meer kansen om (langer) mee te doen in de maatschappij. Bovendien resulteert minder ziektelast in minder hoge zorgkosten. Gezondheid is meer dan de afwezigheid van een ziekte of gebrek. Wie gezond is, kan beter omgaan met alle uitdagingen die het leven te bieden heeft. De GGD Gezondheidsmonitor gaat over al die thema's die hier verband mee houden.

Voor het behoud van een goede gezondheid, is een gezonde leefstijl belangrijk. Een ongezonde leefstijl veroorzaakt 27% van de ziektelast van welvaartsziekten, volgens de Raad voor Volksgezondheid en Samenleving. Overgewicht en roken zijn hierin bekende risicofactoren. Anderzijds heeft een gezonde leefstijl een positieve invloed bij bijvoorbeeld depressie en dementie. Het Trendscenario van de Volksgezondheid Toekomst Verkenning voorspelt dat dementie de belangrijkste doodsoorzaak in 2040 zal zijn.

Waarom de GGD Gezondheidsmonitor?

GGD Fryslân werkt aan het bevorderen van de gezondheid en het voorkomen van gezondheidsproblemen bij alle Friese burgers. Het monitoren van de gezondheidssituatie vormt de basis voor het adviseren over gemeentelijk beleid. Dit doen wij met ons epidemiologisch team vanuit de Wet Publieke Gezondheid. Door patronen en trends in (on)gezondheid zichtbaar te maken, helpen wij bij keuzes maken. Vanuit platforms en programma's voor gezondheidsbevordering stimuleren wij gezond gedrag en vaardigheden.

Wat is onze maatschappelijke uitdaging, als het gaat om gezondheid?

Sociaaleconomische gezondheidsverschillen blijven een terugkerend fenomeen, zo blijkt ook weer uit de resultaten van de GGD Gezondheidsmonitor. Mensen met een lage opleiding of mensen zonder werk door werkloosheid of arbeidsongeschiktheid hebben stevast meer gezondheidsproblemen.

Daarnaast zijn per levensloopfase aandachtspunten te identificeren. Jongvolwassenen (19 - 34 jaar) tonen vaker een verhoogd risico op depressie. Hier zijn ook de meeste rokers te vinden. Middelbaar volwassenen (35 - 49 jaar) halen het minste vaak de beweegnorm, tegelijkertijd zeggen zij vaker meer te willen sporten. Van de 65-plussers zegt bijna de helft zich beperkt te voelen in activiteiten vanwege gezondheidsproblemen. Eenzaamheid is van alle leeftijden en neemt gestaag toe.

Gezondheid hangt samen met de fysieke omgeving. Over de gehele linie is meer gezondheidswinst te behalen, wanneer de ruimte om ons heen hier op is ingericht. Een schoon binnenmilieu, rookvrije ruimtes, bewegingsbevorderende en stressvrije gebieden dragen hier aan bij.

Dit magazine

Het magazine dat voor u ligt gaat over alle resultaten uit de GGD Gezondheidsmonitor 2016, en beschrijft voor u de huidige situatie en trends onder de Friese bevolking van 19 jaar en ouder. Daarnaast zijn ook de statistieken per doelgroep en per gemeente opgenomen.

Ik wens u veel leesplezier.

Margreet de Graaf
Directeur Publieke Gezondheid

GGD Fryslân, oktober 2017



Delen

Edities

Download





Gezondheid

Ervaren gezondheid

Vier op de vijf Friezen ervaart de gezondheid als (zeer) goed. Vergeleken met het landelijke gemiddelde zijn Friezen iets positiever. Van de Friezen onder de 65 jaar ervaart een groter deel hun gezondheid positiever dan van de Friezen boven de 65 jaar (respectievelijk 82 procent en 69 procent). Het meest positief zijn de 19 tot en met 34 jarigen. Laagopgeleiden ervaren hun gezondheid minder positief vergeleken met hoger opgeleiden. Van de arbeidsongeschikte of werkloze Friezen ervaart minder dan de helft de eigen gezondheid als (zeer) goed.



Wat is ervaren gezondheid?

Chronische aandoeningen

Een derde van de Friezen geeft aan minimaal één chronische aandoening te hebben. Dit is vergelijkbaar met het landelijke gemiddelde. Vrouwen hebben iets vaker een chronische aandoening dan mannen. Van de Friezen boven de 65 jaar heeft bijna de helft een langdurige aandoening. Hoe hoger de leeftijd, hoe vaker een chronische aandoening. Van de 19 tot en met 34 jarigen heeft bijna 20 procent een een



Wat is een chronische aandoening?



Delen

Edities

Download



Ervaren gezondheid

Vier op de vijf Friezen ervaart de gezondheid als (zeer) goed. Vergeleken met het landelijke gemiddelde zijn Friezen iets positiever. Van de Friezen onder de 65 jaar ervaart een groter deel hun gezondheid positiever dan van de Friezen boven de 65 jaar (respectievelijk 82 procent en 69 procent). Het meest positief zijn de 19 tot en met 34-jarigen. Laagopgeleiden ervaren hun gezondheid minder positief vergeleken met hoger opgeleiden. Van de arbeidsongeschikte of werkloze Friezen ervaart minder dan de helft de eigen gezondheid als (zeer) goed.



Wat is ervaren gezondheid?

Chronische aandoeningen

Een derde van de Friezen geeft aan minimaal één chronische aandoening te hebben. Dit is vergelijkbaar met het landelijke gemiddelde. Vrouwen hebben iets vaker een chronische aandoening dan mannen. Van de Friezen boven de 65 jaar heeft bijna de helft een langdurige aandoening. Hoe hoger de leeftijd, hoe vaker een chronische aandoening: van de 19 tot en met 34-jarigen geeft bijna 20 procent aan een chronische aandoening te hebben, bij 75-plussers is dit gestegen naar 60 procent. Laagopgeleide Friezen hebben ruim anderhalf keer zo vaak een chronische aandoening als hoogopgeleide Friezen. Ook Friezen die arbeidsongeschikt of werkloos zijn hebben relatief vaak een chronische aandoening.



Wat is een chronische aandoening?

Bekijk cijfers per doelgroep

Bekijk cijfers per gemeente



Delen

Edities

Download



Gezondheid - vervolg

Functiebeperkingen

In zien, horen of bewegen

Ruim één op de tien Friezen heeft last van ten minste één functiebeperking in zien, horen of bewegen. Vrouwen hebben iets vaker te maken met een functiebeperking dan mannen. Hoe hoger de leeftijd, hoe vaker een functiebeperking: van 4 procent bij de 19 tot en met 34-jarigen naar ruim een derde bij 75-plussers. Van de laagopgeleide Friezen heeft een op de vijf ten minste één beperking. Dat is bijna vier keer zo vaak als onder hoog opgeleide Friezen. Ook Friezen die arbeidsongeschikt of werkloos zijn hebben vaker met beperkingen te maken. Mobiliteitsbeperkingen komen het meest vaak voor, 8 procent van de Friezen heeft moeite met bewegen. Minder mensen hebben last van een beperking tot horen of zien: 3 procent van de Friezen heeft moeite met horen, 4 procent heeft moeite met zien.

Dagelijks leven

Mensen kunnen ook moeite hebben met het uitvoeren van activiteiten van het dagelijks leven, zoals traplopen, zich aan- en uitkleden en zich buitenshuis verplaatsen. Friezen tot 65 jaar hebben weinig te maken met deze beperkingen, slechts 2 procent. Bij Friezen van 65 jaar en ouder stijgt dit naar 12 procent.



Wat is een functiebeperking?



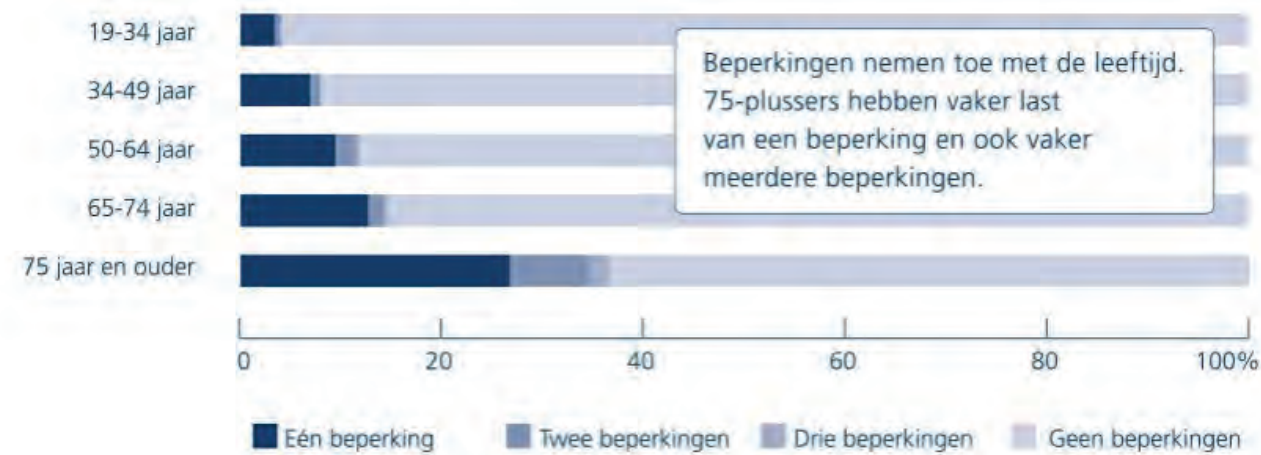
Delen

Edities

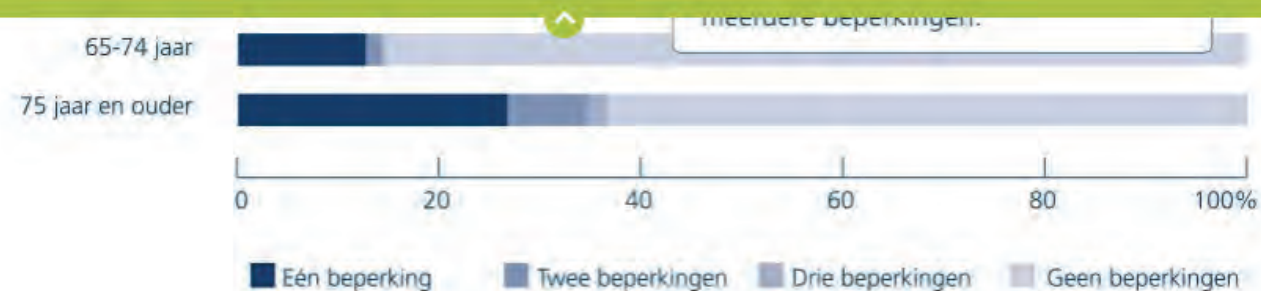
Download



Aantal beperkingen in het functioneren naar leeftijd



*Het aantal Friezen met een functiebeperking
is gelijk gebleven ten opzichte van 2012*



*Het aantal Friezen met een functiebeperking
is gelijk gebleven ten opzichte van 2012*

Beperkingen in activiteiten

Een derde van de Friezen geeft aan beperkt te zijn in activiteiten vanwege problemen met de gezondheid, waarvan ongeveer 4 procent ernstig beperkt. Dit is vergelijkbaar met gemiddeld in Nederland. Deze beperkingen worden vaker ervaren bij vrouwen, ouderen boven de 65 jaar, laagopgeleiden en arbeidsongeschikte of werkloze Friezen. Het hebben van een langdurige aandoening hoeft natuurlijk niet automatisch een beperking in activiteiten te betekenen. Toch blijkt dat dit voor een grote groep wel te gelden. Een kwart van de Friezen geeft aan een chronische aandoening te hebben én beperkt te zijn vanwege gezondheidsproblemen. Met name arbeidsongeschikten en werklozen, de oudere leeftijdsgroepen en lager opgeleiden zijn relatief vaker beperkt vanwege hun chronische aandoening.

Bekijk cijfers per doelgroep

Bekijk cijfers per gemeente



Delen

Edities

Download



Geestelijke gezondheid

Depressie

Twee van de vijf Friezen loopt matig tot hoog risico op een depressie. In Nederland ligt het percentage mensen met verhoogd risico op depressie op 44 procent. Vrouwen hebben vaker een verhoogd risico op depressie dan mannen (respectievelijk 42 procent en 35 procent). Het meeste risico op een depressie lopen de Friezen in de leeftijdscategorie van 19 tot 35 jaar en van 75 jaar en ouder. Van hen heeft bijna de helft een verhoogd risico. Friezen die hoger opgeleid zijn hebben minder vaak een verhoogd risico dan lager opgeleiden (respectievelijk 31 procent en 44 procent). Friezen die arbeidsongeschikt of werkloos zijn, lopen het meest vaak risico op een depressie. Van hen heeft ruim drie op de vijf een verhoogde kans op de aanwezigheid van een depressie.



Wat is een depressie en hoe wordt het depressierisico gemeten?

Het aantal Friezen met een verhoogde kans op depressie is iets gestegen ten opzichte van 2012



Delen

Edities

Download



Het aantal Friezen met een verhoogde kans op depressie is iets gestegen ten opzichte van 2012

Regie eigen leven

Het overgrote deel van de Friezen heeft voldoende regie over het eigen leven. Eén op de tien Friezen heeft echter onvoldoende zelfregie. Het aantal mensen dat onvoldoende regie over het eigen leven heeft, neemt toe naarmate zij ouder worden. Het stijgt van 5 procent bij 19 tot 35 jarigen tot 18 procent bij Friezen van 75 jaar en ouder. Naarmate mensen ouder worden, moeten ze 'zelf doen' vaker aan anderen overlaten. Dit gaat voor een grote groep dus ook gepaard met een afname van eigen regie, oftewel 'zelf bepalen'. Ook onder laagopgeleide en arbeidsongeschikte of werkloze Friezen is het aantal mensen met onvoldoende eigen regie hoger (respectievelijk 15 procent en 28 procent).



Zelfregie en de link met kwaliteit van leven

Suicide

Zes procent van de Friezen heeft wel eens aan suicide gedacht. Onder Friezen van 19 tot 35 jaar is deze gedachte het hoogst, van hen heeft 8 procent wel eens aan suicide gedacht. Arbeidsongeschikte en werkloze Friezen denken het vaakst aan suicide, van hen heeft 20 procent wel eens gedacht een einde aan het leven te maken.



Landelijk onderzoek suicides

In 2012 had 4 procent van de Friezen wel eens aan suicide gedacht

In 2012 had 4 procent van de Friezen wel eens aan suïcide gedacht

Onvoldoende zelfregie in relatie tot depressie en suïcide 19 jaar en ouder



Bekijk cijfers per doelgroep

Bekijk cijfers per gemeente



Delen

Edities

Download



Eerstelijnszorg

Eerstelijnszorg

Driekwart van de Friezen van 19 jaar en ouder heeft in het jaar vóór afname van de Gezondheidsmonitor contact gehad met de huisarts. Vanaf 65 jaar is het huisartsbezoek 82 procent. Arbeidsongeschikte of werkloze Friezen zijn ook vaker naar de huisarts geweest (81 procent). Driekwart van de Friezen van 19 jaar en ouder heeft in het afgelopen jaar contact gehad met de tandarts of mondhygiënist. Vanaf 75 jaar daalt het tandartsbezoek fors (48 procent). Het tandartsbezoek onder laagopgeleide Friezen ligt ook lager in vergelijking met hoogopgeleide Friezen (respectievelijk 65 procent en 86 procent). Iets minder dan een op de tien (6 procent) heeft contact gehad met iemand van het sociaal wijkteam. Van degenen die eerstelijnszorg hebben ontvangen, geldt dat de meerderheid de afstand tot de voorzieningen acceptabel vindt.



Huisartsen- en mondzorg

Friese 75-plussers met een mobiele beperking vinden de afstand tot eerstelijnszorg vaker te ver



Delen

Edities

Download



Eerstelijnszorg

Driekwart van de Friezen van 19 jaar en ouder heeft in het jaar vóór afname van de Gezondheidsmonitor contact gehad met de huisarts. Vanaf 65 jaar is het huisartsbezoek 82 procent. Arbeidsongeschikte of werkloze Friezen zijn ook vaker naar de huisarts geweest (81 procent). Driekwart van de Friezen van 19 jaar en ouder heeft in het afgelopen jaar contact gehad met de tandarts of mondhygiënist. Vanaf 75 jaar daalt het tandartsbezoek fors (48 procent). Het tandartsbezoek onder laagopgeleide Friezen ligt ook lager in vergelijking met hoogopgeleide Friezen (respectievelijk 65 procent en 86 procent). Iets minder dan een op de tien (6 procent) heeft contact gehad met iemand van het sociaal wijkteam. Van degenen die eerstelijnszorg hebben ontvangen, geldt dat de meerderheid de afstand tot de voorzieningen acceptabel vindt.



Huisartsen- en mondzorg

Friese 75-plussers met een mobiele beperking vinden de afstand tot eerstelijnszorg vaker te ver

Friese 65-plussers gaan vaker naar de tandarts vergeleken met 2012

Bekijk cijfers per doelgroep

Bekijk cijfers per gemeente



Delen

Edities

Download



Leefstijl

Overgewicht

De helft van de Friezen van 19 jaar en ouder is te zwaar. Ruim een derde heeft matig overgewicht en ruim een tiende obesitas. Mannen hebben vaker matig overgewicht dan vrouwen, terwijl bij vrouwen obesitas vaker voor komt. Overgewicht neem toe met de leeftijd. Bij ouderen tussen de 65 en 75 jaar komt overgewicht bijna twee keer zo vaak voor dan bij de jongere generatie tussen de 19 en 35 jaar (respectievelijk 61 procent en 32 procent). Laagopgeleide en arbeidsongeschikte of werkloze Friezen zijn ook vaker te zwaar. Friezen hebben nagenoeg even vaak overgewicht als inwoners elders in Nederland. In de trend van overgewicht is geen grote verandering te zien, het percentage blijft stabiel ten opzichte van vier jaar geleden.



Wat is overgewicht?

Obesitas in relatie tot depressie en beperking

19 jaar en ouder



Delen

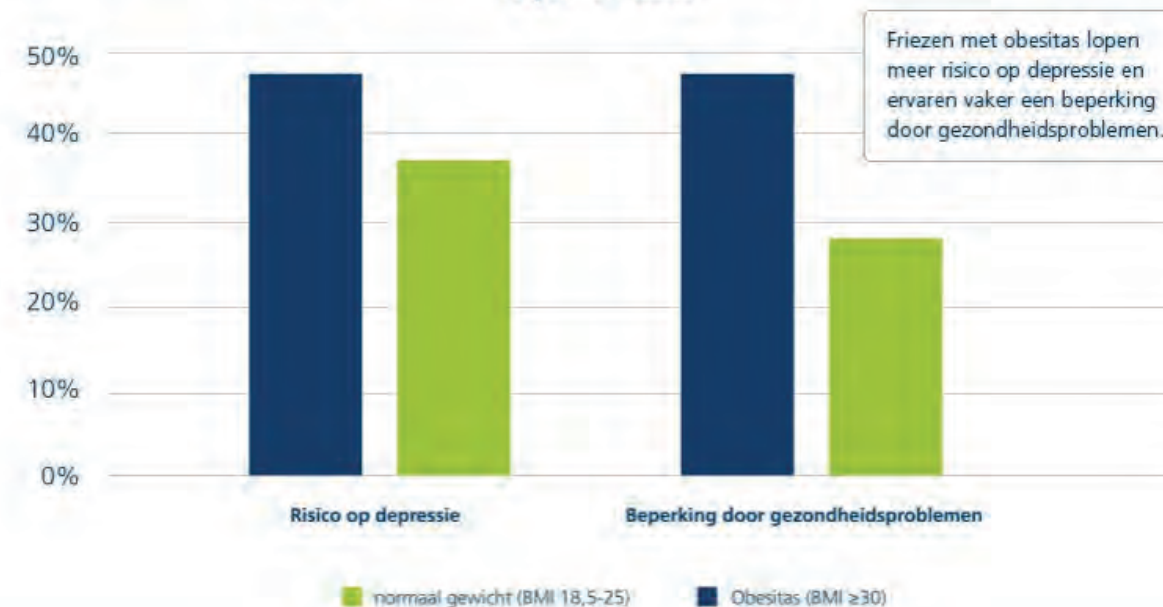
Edities

Download



Obesitas in relatie tot depressie en beperking

19 jaar en ouder



Voeding

Een ruime meerderheid van de Friezen van 19 jaar en ouder voldoet aan de ontbijtnorm. Een op de vijf Friezen voldoet aan de voedingsnorm groente, vier op de tien Friezen aan de voedingsnorm fruit eten. De helft van de Friezen drinkt dagelijks tenminste 2 glazen water. Bij de oudere generatie ligt de groente- en vooral de fruitconsumptie hoger dan bij de jongere generatie. Vrouwen drinken meer water dan mannen, hetzelfde geldt voor hoger opgeleiden vergeleken met laagopgeleiden.



Wat zijn de voedingsnormen?

Seksualiteit

Een op de tien Friezen tussen de 19 en 35 jaar heeft in de afgelopen zes maanden meer dan één sekspartner gehad. 8 procent in deze leeftids  ep vertoont risicogedrag op seksueel gebied. Dit houdt in



Delen

Edities

Download



helft van de Friezen drinkt dagelijks tenminste 2 glazen water. Bij de oudere generatie ligt de groente- en vooral de fruitconsumptie hoger dan bij de jongere generatie. Vrouwen drinken meer water dan mannen, hetzelfde geldt voor hoger opgeleiden vergeleken met laagopgeleiden.

Wat zijn de voedingsnormen?

Seksualiteit

Een op de tien Friezen tussen de 19 en 35 jaar heeft in de afgelopen zes maanden meer dan één sekspartner gehad. 8 procent in deze leeftijdsgroep vertoont risicogedrag op seksueel gebied. Dit houdt in dat ze nooit, of meestal niet, een condoom gebruiken bij een korte relatie of bij losse partners. Ten opzichte van 2012 is dit een stijging van 5 procent. Bijna alle personen die risicogedrag vertonen op seksueel gebied, hebben zich niet laten testen op HIV of een SOA. Mannen laten zich net iets minder vaak testen dan vrouwen (respectievelijk 8 procent en 6 procent).



Wat is seksueel risicogedrag?

Bekijk cijfers per doelgroep

Bekijk cijfers per gemeente



Delen

Edities

Download



Leefstijl - vervolg

Beweegnormen

Twee derde van de Friezen van 19 jaar en ouder voldoet aan de Nederlandse Norm Gezond Bewegen (NNGB). Bijna een derde voldoet aan de Fitnorm, die zich richt op conditieverbetering. Mannen en vrouwen bewegen even veel. Ouderen boven de 50 jaar bewegen meer dan de jongere leeftijdsgroepen. Volwassenen tussen de 35 en 50 jaar bewegen het minst. 7 procent van de Friese 19-plussers is inactief. Twee keer zoveel laagopgeleiden zijn inactief vergeleken met middelbaar- en hoogopgeleiden (respectievelijk 10 procent 5 procent). Hetzelfde geldt voor arbeidsongeschikten en werklozen ten opzichte van werkenden (respectievelijk 13 procent en 6 procent). De Friese cijfers voor bewegen wijken niet af van de Nederlandse referenciecijfers.



Wat is voldoende bewegen?

*De oudere generatie Friezen is meer gaan bewegen,
in tegenstelling tot de jongere generatie Friezen*



Delen

Edities

Download



*De oudere generatie Friezen is meer gaan bewegen,
in tegenstelling tot de jongere generatie Friezen*

*Inactiviteit betekent dat iemand op geen enkele dag
een half uur matig intensief beweegt*

Sportdeelname

Meer dan de helft van de Friezen van 19 jaar en ouder doet aan sport. Een derde sport regelmatig, wat neerkomt op minimaal 1 keer per week. De jongste generatie tussen de 19 en 35 jaar sport het meest (70 procent). Sporten daalt met de leeftijd, vooral vanaf 75 jaar. Laagopgeleide Friezen sporten beduidend minder dan hoogopgeleiden Friezen (respectievelijk 38 procent en 73 procent). De meeste Friezen sporten alleen (52 procent), gevolgd door sporten bij een vereniging (32 procent), sporten bij een fitnesscentrum (29 procent) en anders georganiseerd (7 procent). Mannen sporten vaker alleen of bij een sportvereniging, vrouwen vaker bij een fitnesscentrum. Ouderen boven de 65 jaar sporten minder vaak alleen, dat geldt ook voor lager opgeleiden. De helft van de Friezen geeft aan minder te sporten dan ze zouden willen. Volwassenen tussen de 35 en 50 jaar zeggen dit het vaakst. Ook arbeidsongeschikten en werklozen geven dit vaker aan.



Wat is regelmatig sporten?



Delen

Edities

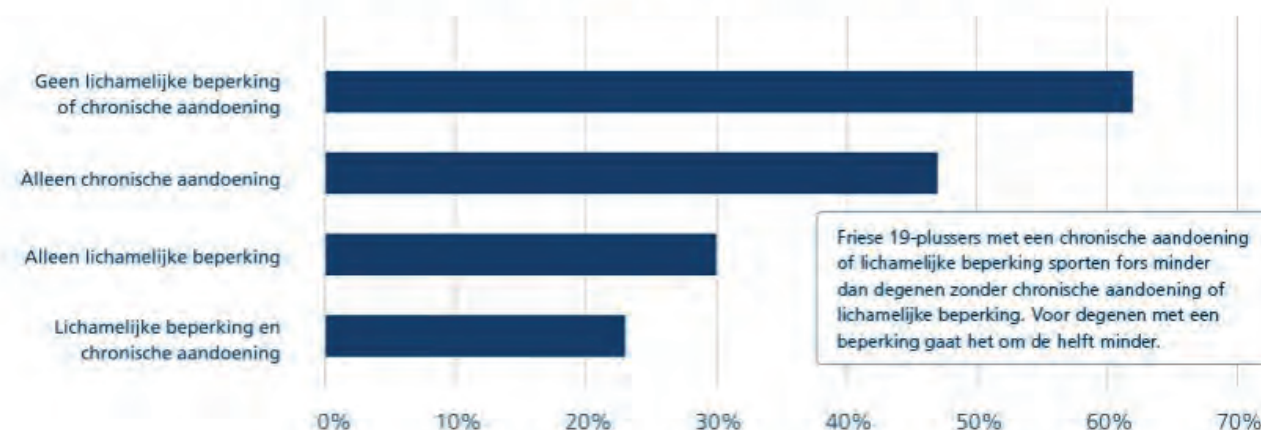
Download



procent). Sporten daalt met de leeftijd, vooral vanaf 75 jaar. Laagopgeleide Friezen sporten beduidend minder dan hoogopgeleiden Friezen (respectievelijk 38 procent en 73 procent). De meeste Friezen sporten alleen (52 procent), gevolgd door sporten bij een vereniging (32 procent), sporten bij een fitnesscentrum (29 procent) en anders georganiseerd (7 procent). Mannen sporten vaker alleen of bij een sportvereniging, vrouwen vaker bij een fitnesscentrum. Ouderen boven de 65 jaar sporten minder vaak alleen, dat geldt ook voor lager opgeleiden. De helft van de Friezen geeft aan minder te sporten dan ze zouden willen. Volwassenen tussen de 35 en 50 jaar zeggen dit het vaakst. Ook arbeidsongeschikten en werklozen geven dit vaker aan.

Chronische aandoening en beperking in relatie tot sporten

19 jaar en ouder



Bekijk cijfers per doelgroep

Bekijk cijfers per gemeente



Delen

Edities

Download



Genotmiddelen

Roken

Eén op de vijf Friezen rookt. Mannen roken vaker, ongeveer een kwart van de Friese mannen rookt. Vrouwen roken minder vaak, van hen rookt iets minder dan een op de vijf. Friezen onder de 65 jaar roken twee keer zo vaak als Friezen van 65 jaar en ouder (respectievelijk 24 procent en 12 procent). De jongste leeftijdsgroep rookt het meest vaak. Ongeveer 40 procent van de Friezen heeft nooit gerookt. Middelbaar opgeleiden roken vaker dan gemiddeld. Van hen rookt ongeveer een op de vier. Ook Friezen die arbeidsongeschikt of werkloos zijn roken vaker. Hoger opgeleiden roken minder vaak, van hen rookt iets meer dan een op de tien. Naarmate mensen ouder worden, stoppen zij vaker met roken. Het aantal ex-rokers is het hoogst onder de Friezen van 65 tot en met 74 jaar. Van hen is 57 procent een ex-roker. Onder Friezen van 19 tot en met 34 jaar is dit nog maar 16 procent. Onder de laagopgeleide Friezen zijn de meeste ex-rokers te vinden. Van hen is 43 procent gestopt met roken.



Wat is de gezondheidsschade door roken?



Delen

Edities

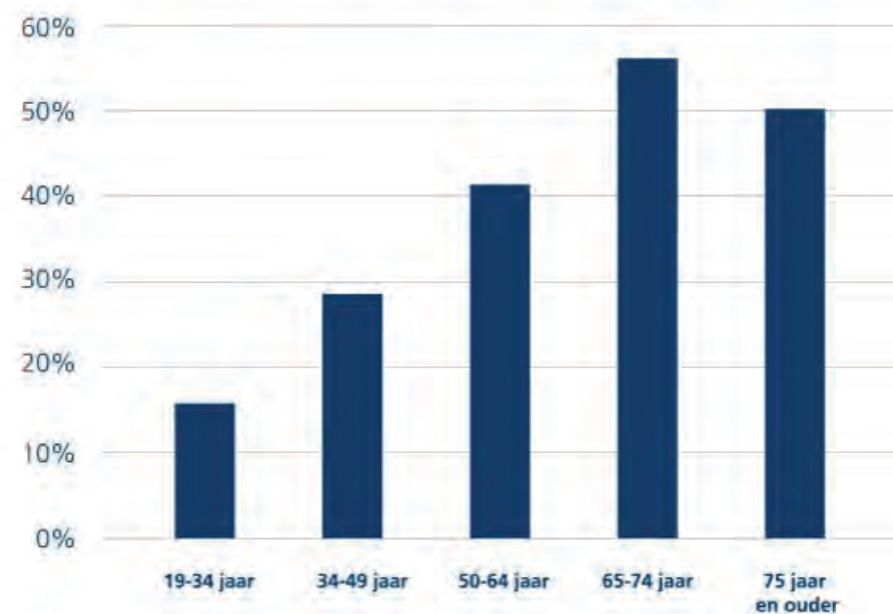
Download



Het aantal Friezen dat rookt is gedaald ten opzichte van 2012.

[Bekijk de afbeelding op mobiel](#)

Ex-rokers naar leeftijd



Alcoholgebruik

Iets meer dan vier op de vijf Friezen heeft het afgelopen jaar alcohol gedronken. Ongeveer één op de tien Friezen drinkt overmatig alcohol. Friezen van 50 tot en met 74 jaar zijn het meest vaak een overmatige drinker (23 procent). Friezen van 75 jaar en ouder drinken het minst vaak overmatig (11 procent). Bijna één op de tien Friezen is een zware drinker. Twee keer zo veel mannen als vrouwen zijn zware drinker. De



Overmatig of zwaar alcoholgebruik?



Delen

Edities

Download



Alcoholgebruik

Iets meer dan vier op de vijf Friezen heeft het afgelopen jaar alcohol gedronken. Ongeveer één op de tien Friezen drinkt overmatig alcohol. Friezen van 50 tot en met 74 jaar zijn het meest vaak een overmatige drinker (23 procent). Friezen van 75 jaar en ouder drinken het minst vaak overmatig (11 procent). Bijna één op de tien Friezen is een zware drinker. Twee keer zo veel mannen als vrouwen zijn zware drinker. De meeste zware drinkers zijn te vinden in de leeftijdscategorie 19 tot en met 34 jaar. Van hen is 15 procent een zware drinker. Middelbaaropgeleiden zijn iets vaker zware drinker, hoogopgeleiden juist minder vaak.



Overmatig alcoholgebruik

19 jaar en ouder



Overmatig of zwaar alcoholgebruik?

Ten opzichte van 2012 is de norm voor overmatig drinken veranderd. Nu wordt als grens aangehouden maximaal 2 standaardglazen alcohol per dag voor mannen, en maximaal één voor vrouwen

Drugsgebruik

Mannen hebben vaker cannabis gebruikt dan vrouwen. Dit geldt zowel voor het ooit gebruikt hebben als het recente gebruik. Het gebruik van cannabis is ook hoger onder de jongere leeftijdsgroep. Twee op de vijf Friezen van 19 tot en met 34 jaar hebben ooit cannabis gebruikt. Het aantal mensen dat cannabis gebruikt heeft neemt toe naarmate mensen hoger opgeleid zijn. Hoger opgeleiden hebben twee keer zo vaak ooit cannabis gebruikt (28 procent). Friezen die arbeidsongeschikt of werkloos zijn hebben ook iets vaker ooit cannabis gebruikt.



Wat is het verschil tussen soft- en harddrugs?

Recent cannabisgebruik is gehalveerd ten opzichte van 2012

Bij harddruggebruik zijn dezelfde patronen zichtbaar als bij cannabisgebruik. Mannen hebben vaker ooit harddrugs gebruikt dan vrouwen (respectievelijk 10 procent en 5 procent). Lager opgeleiden hebben minder vaak ooit harddrugs gebruikt dan Friezen met een middelbare of hogere opleiding. Het onderwerp Drugsgebruik heeft betrekking op de Friese bevolking van 19 t/m 64 jaar.

Bekijk cijfers per doelgroep

Bekijk cijfers per gemeente



Delen

Edities

Download



Sociale participatie en armoede

Eenzaamheid

Vier op de tien Friezen is matig tot zeer ernstig eenzaam. Bijna een op de tien is zeer ernstig eenzaam. Bij uitsplitsing naar sociale en emotionele eenzaamheid, blijkt 43 procent van de Friezen sociaal eenzaam te zijn. Dat wil zeggen dat zij betekenisvolle relaties met een brede groep mensen missen. 28 procent van de Friezen is emotioneel eenzaam, oftewel zij ervaren een sterk gemis van een intieme relatie of emotioneel hechte band met een partner of vriend(in). Eenzaamheid is van alle leeftijden, maar over het algemeen neemt het percentage mensen dat eenzaam is toe met de leeftijd. Emotionele eenzaamheid komt tot de 65 jaar even veel voor. Tussen de 65 en 75 jaar zijn minder mensen emotioneel eenzaam (24 procent), terwijl de oudste ouderen vaker emotioneel eenzaam zijn (37 procent).

Het percentage mensen dat eenzaam is, neemt af naarmate zij hoger opgeleid zijn. Onder laag opgeleiden is 48 procent eenzaam. Bij middelbaar en hoogopgeleiden is dit 42 procent en 35 procent. Van de mensen zonder werk, door arbeidsongeschiktheid of werkloosheid, is 60 procent eenzaam. Dit patroon is zichtbaar bij de mensen met zeer ernstige eenzaamheid, sociale eenzaamheid en emotionele eenzaamheid.



Wat zijn de risico's van eenzaamheid?



Delen

Edities

Download





Hoe meten we eenzaamheid?

Matig tot zeer ernstig eenzaam per gemeente

19 jaar en ouder



De gradatie van de kleur (van licht naar donker) geeft de toename van het eenzaamheidspercentage weer.

Ten opzichte van 2012 is het percentage Friezen dat eenzaam is gestegen

Sociale contacten

Familie

Ruim negen van de tien Friezen heeft minstens twee keer per maand contact met zijn of haar familie. Voor vrouwen geldt dat zij iets vaker contact met hun familie hebben dan mannen. Friezen in de leeftijd van 19 tot 50 jaar hebben het meest vaak contact met hun familie. Bij 50- tot 75-jarigen is het iets lager, van hen



Delen

Edities

Download



Sociale contacten

Familie

Ruim negen van de tien Friezen heeft minstens twee keer per maand contact met zijn of haar familie. Voor vrouwen geldt dat zij iets vaker contact met hun familie hebben dan mannen. Friezen in de leeftijd van 19 tot 50 jaar hebben het meest vaak contact met hun familie. Bij 50- tot 75-jarigen is het iets lager, van hen heeft ongeveer 89 procent contact gehad met familie. Friezen die lager opgeleid zijn, hebben minder vaak contact met familie, hoger opgeleiden juist vaker. Friezen die arbeidsongeschikt of werkloos zijn hebben het minst vaak contact met hun familie.

Vrienden/kennissen

Friezen hebben iets minder vaak contact met vrienden en kennissen dan met familie. Vrouwen hebben, net als met familie, iets vaker contact met vrienden en kennissen. Friezen uit de jongste leeftijdscategorie hebben het meest vaak contact met vrienden of kennissen (92 procent). Friezen in de leeftijd van 50 tot 65 hebben het minst vaak contact (77 procent). Naarmate mensen ouder worden, neemt het contact weer wat toe: 81 procent van de Friezen van 75 jaar en ouder heeft contact gehad met vrienden of kennissen. Ook hebben Friezen vaker contact met vrienden of kennissen als ze hoger opgeleid zijn. Arbeidsongeschikte of werkloze Friezen hebben minder vaak contact met vrienden of kennissen.

Buren

Vier van de vijf Friezen heeft minstens twee keer per maand contact met de buren. Friezen van 65 jaar en ouder hebben het meest vaak contact met de buren (86 procent). Friezen van 19 tot 35 jaar hebben het minst vaak contact met buren (69 procent). Wat betreft opleiding gebeurt het tegenovergestelde als bij contact met familie, vrienden en kennissen. Lager opgeleide Friezen hebben juist iets vaker contact gehad met de buren (80 procent) dan middelbaar en hoger opgeleide Friezen (78 procent). Arbeidsongeschikte of werkloze Friezen hebben nog minder contact met de buren dan dat zij met familie, vrienden en kennissen hebben.

Bekijk cijfers per doelgroep

Bekijk cijfers per gemeente



Delen

Edities

Download





Sociale participatie en armoede - vervolg

Rondkomen

Zestien procent van de Friezen heeft moeite om rond te komen. De groep mensen tussen de 35 en 50 jaar heeft relatief gezien de meeste moeite om rond te komen. Kijkend naar opleidingsniveau, dan hebben de laag opgeleide en de middelbaar opgeleide Friezen de meeste moeite met rondkomen. Zoals verwacht, hebben mensen zonder werk door arbeidsongeschiktheid of werkloosheid de grootste moeite om rond te komen (39 procent).

*Minder Friezen geven aan moeite te hebben met
rondkomen vergeleken met 2012*

[Delen](#)[Edities](#)[Download](#)

heeft relatief gezien de meeste moeite om rond te komen. Kijkend naar opleidingsniveau, dan hebben de laag opgeleide en de middelbaar opgeleide Friezen de meeste moeite met rondkomen. Zoals verwacht, hebben mensen zonder werk door arbeidsongeschiktheid of werkloosheid de grootste moeite om rond te komen (39 procent).

Minder Friezen geven aan moeite te hebben met rondkomen vergeleken met 2012

Huiselijk geweld

De meest voorkomende vorm van geweld in de thuissituatie onder de Friezen is psychisch geweld: 9 procent van alle Friezen is hier in de afgelopen 12 maanden slachtoffer van geweest. Vrouwen zijn hier vaker het slachtoffer van dan mannen. Friezen van 65 jaar en ouder zijn minder vaak slachtoffer dan Friezen onder de 65 jaar (respectievelijk 5 procent en 11 procent). De meeste slachtoffers zijn te vinden bij de leeftijdsgroep 19 tot en met 34 jaar. Van hen is 15 procent slachtoffer van psychisch geweld geweest. Middelbaar opgeleiden zijn net iets vaker slachtoffer dan laagopgeleiden. Friezen die arbeidsongeschikt of werkloos zijn, zijn ook vaker slachtoffer.



Wat is psychisch geweld?

Vrijwilligerswerk

Van de Friezen doet 35 procent vrijwilligerswerk. De meeste vrijwilligers bevinden zich in de leeftijdsgroep 65 tot 75 jaar, gevolgd door 35 tot 50 jaar. In de leeftijdsgroepen 19 tot 35 jaar en 75 jaar en ouder zijn de minste vrijwilligers.



Wat is vrijwilligerswerk?

Bekijk cijfers per doelgroep

Bekijk cijfers per gemeente



Delen

Edities

Download



Sociale participatie en armoede - vervolg 2/2

Mantelzorg

Mantelzorg geven

In Friesland is 14 procent van de bevolking van 19 jaar en ouder mantelzorger. Vrouwen geven vaker dan mannen mantelzorg. In de leeftijdsgroep 19 tot en met 34 jaar is het percentage mantelzorgers met 5 procent het laagste. De meeste mantelzorgers bevinden zich in de leeftijdsgroep 50 tot en met 64 jaar (22 procent). 12 procent van de mantelzorgers is zwaar belast door het geven van de mantelzorg.



Wat is een mantelzorger?

*Het aantal mantelzorgers in Friesland is licht
gestegen vergeleken met 2012*

mannen mantelzorg. In de leeftijdsgroep 15 tot en met 34 jaar is het percentage mantelzorgers met 3 procent het laagste. De meeste mantelzorgers bevinden zich in de leeftijdsgroep 50 tot en met 64 jaar (22 procent). 12 procent van de mantelzorgers is zwaar belast door het geven van de mantelzorg.

Wat is een mantelzorger?

Het aantal mantelzorgers in Friesland is licht gestegen vergeleken met 2012

Mantelzorg ontvangen

Elf procent van de Friese bevolking van 65 jaar en ouder ontving de twaalf maanden voorafgaand het onderzoek mantelzorg. Meer vrouwen dan mannen hebben mantelzorg ontvangen. Met name de oudste ouderen ontvangen mantelzorg, ruim drie maal zo vaak als de groep van 65 tot en met 74 jaar. Hetzelfde beeld is te zien op het moment van onderzoek. Op het moment van onderzoek ontvangt 4 procent van de Friezen van 65 tot en met 74 jaar mantelzorg tegen 16 procent van de Friezen van 75 jaar en ouder. Het gemiddeld aantal uren dat mensen mantelzorg ontvangen varieert van enkele tot vele uren per week.



Wat is mantelzorg?

*In Nederland ontvangt 10 procent van de bevolking
van 65 jaar en ouder op het moment van onderzoek
mantelzorg tegen 8 procent in Friesland*

Bekijk cijfers per doelgroep

Bekijk cijfers per gemeente



Delen

Editie's

Download



Fysieke leefomgeving

Geluidhinder

Eén op de tien Friezen heeft in de thuisomgeving last van geluid. Friezen van 19 tot en met 64 jaar hebben vaker last van geluid dan oudere Friezen (respectievelijk 13 procent en 4 procent). Hoe jonger mensen zijn, hoe vaker zij aangeven hinder te ervaren van geluid. De groep 19 tot en met 34 jarigen heeft het meest vaak last van geluid. Lager opgeleide Friezen hebben het minst vaak last van geluid (9 procent), middelbaar opgeleiden vaker (13 procent). Ook mensen die arbeidsongeschikt of werkloos zijn hebben vaker last. Van hen heeft bijna één op de vijf last van geluid, bij van de Friezen in een andere arbeidssituatie is dit één op de tien.



Wat is geluidhinder?

Geurhinder

Bijna een op de tien Friezen heeft in de thuissituatie last van geur. Bij hinder van geur zijn er minder verschillen tussen de groepen en de verschillen die er wel zijn, zijn veel kleiner. Vrouwen hebben iets vaker last van geur dan mannen. Friezen van 75 jaar en ouder hebben het minst vaak last van hinderlijke geuren.



Wat is geurhinder?



Delen

Edities

Download



Fysieke leefomgeving

Geluidhinder

Eén op de tien Friezen heeft in de thuisomgeving last van geluid. Friezen van 19 tot en met 64 jaar hebben vaker last van geluid dan oudere Friezen (respectievelijk 13 procent en 4 procent). Hoe jonger mensen zijn, hoe vaker zij aangeven hinder te ervaren van geluid. De groep 19 tot en met 34 jarigen heeft het meest vaak last van geluid. Lager opgeleide Friezen hebben het minst vaak last van geluid (9 procent), middelbaar opgeleiden vaker (13 procent). Ook mensen die arbeidsongeschikt of werkloos zijn hebben vaker last. Van hen heeft bijna één op de vijf last van geluid, bij van de Friezen in een andere arbeidssituatie is dit één op de tien.



Wat is geluidhinder?

Geurhinder

Bijna een op de tien Friezen heeft in de thuissituatie last van geur. Bij hinder van geur zijn er minder verschillen tussen de groepen en de verschillen die er wel zijn, zijn veel kleiner. Vrouwen hebben iets vaker last van geur dan mannen. Friezen van 75 jaar en ouder hebben het minst vaak last van hinderlijke geuren (7 procent).



Wat is geurhinder?

Bekijk cijfers per doelgroep

Bekijk cijfers per gemeente



Delen

Edities

Download



Fysieke leefomgeving - vervolg

(On)veilig voelen

Het overgrote deel van de Friezen voelt zich overdag veilig, mannen iets vaker dan vrouwen. Lager opgeleiden voelen zich minder vaak veilig, hoogopgeleiden juist wat vaker. Friezen van 75 jaar en ouder voelen zich iets vaker onveilig dan de jongere Friezen. Ook Friezen die arbeidsongeschikt of werkloos zijn voelen zich vaker onveilig. 's Avonds en 's nachts voelen mensen zich minder veilig vergeleken met overdag. En ook zijn de verschillen tussen groepen groter. Zo voelen vrouwen zich ruim twee keer zo vaak onveilig als mannen (respectievelijk 19 procent en 7 procent). De jongste leeftijdsgroep, 19 tot en met 34, voelt zich ook vaker onveilig. Arbeidsongeschikte en werkloze Friezen voelen zich het meest vaak onveilig (20 procent).



Wat is een veilige leefomgeving?

Woning en woonomgeving



Delen

Edities

Download



Woning en woonomgeving

Negen van de tien Friezen zijn tevreden over hun woning en woonomgeving. Iets minder mensen zijn tevreden over het groen in de buurt. Friezen van 19 tot en met 64 jaar zijn minder vaak tevreden over hun woning en woonomgeving dan Friezen van 65 jaar en ouder. Ook zijn zij minder tevreden over het groen in de buurt. De arbeidsongeschikte en werkloze bevolking is het minst tevreden over het groen in de buurt. Bijna één op de vijf geeft hiervoor een onvoldoende.

In 2016 zijn mensen minder vaak tevreden over hun woning, woonomgeving en het groen in de buurt dan in 2012

Driekwart van de Friezen vindt dat de buurt waarin zij wonen niet veranderd is. Mannen zijn over het algemeen iets positiever dan vrouwen. Friezen van 19 tot 35 jaar zijn het meest positief over de wijk waarin zij wonen. Eén op de vijf vindt dat deze ten goede is veranderd. Naarmate mensen ouder worden, zijn zij hier minder positief over. Laag opgeleide en arbeidsongeschikte of werkloze Friezen zeggen vaker dat hun buurt achteruit gegaan is.



Wat zijn positieve invloeden van een groene omgeving?

Bekijk cijfers per doelgroep

Bekijk cijfers per gemeente



Delen

Edities

Download



Tevredenheid eigen leven

Friezen zijn over het algemeen tevreden over hun eigen leven, 94 procent geeft een voldoende. Mannen en vrouwen zijn ongeveer even positief over hun leven. Hetzelfde geldt voor volwassenen tussen de 19 en 65 jaar en ouderen vanaf 65 jaar. Laagopgeleide Friezen en arbeidsongeschikte of werkloze Friezen zijn iets minder positief (respectievelijk 92 procent en 82 procent).

[Bekijk cijfers per doelgroep](#)[Bekijk cijfers per gemeente](#)[Delen](#)[Edities](#)[Download](#)

Relaties tussen gezondheidsfactoren

Ervaren gezondheid

Ervaren gezondheid wordt geassocieerd met de mate van regie over het eigen leven, mobiliteit, eenzaamheid en obesitas. Mensen met onvoldoende zelfregie ervaren hun gezondheid significant minder positief dan mensen met voldoende zelfregie. Ook mensen die mobiel beperkt zijn, mensen die eenzaam zijn of mensen met obesitas voelen zich significant minder vaak gezond.

Van de mensen met onvoldoende regie over het eigen leven:

- Ervaart 37% de gezondheid positief

Van de mensen met voldoende regie over het eigen leven:

- Ervaart 83% de gezondheid positief



Delen

Editie's

Download



Van de mensen met onvoldoende regie over het eigen leven:

- Ervaart 37% de gezondheid positief
- Heeft 86% een verhoogd risico op depressie

Van de mensen met voldoende regie over het eigen leven:

- Ervaart 83% de gezondheid positief
- Heeft 34% een verhoogd risico op depressie

Van de mensen met een beperking in mobiliteit:

- Ervaart 24% de gezondheid positief
- Heeft 77% een verhoogd risico op depressie

Van de mensen zonder een beperking in mobiliteit:

- Ervaart 84% de gezondheid positief
- Heeft 35% een verhoogd risico op depressie

Depressie

Risico met depressie houdt ook verband met de mate van regie over het eigen leven, mobiliteit, eenzaamheid en obesitas. Bij mensen met onvoldoende zelfregie, mensen die mobiel beperkt zijn, mensen die eenzaam zijn en mensen met obesitas is een significant hoger risico op depressie gemeten.

Van de mensen die eenzaam zijn:

- Ervaart 70% de gezondheid positief
- Heeft 56% een verhoogd risico op depressie

Van de mensen die niet eenzaam zijn:

- Ervaart 86% de gezondheid positief
- Heeft 26% een verhoogd risico op depressie



Delen

Edities

Download



Van de mensen die eenzaam zijn:

- Ervaart 70% de gezondheid positief
- Heeft 56% een verhoogd risico op depressie

Van de mensen die niet eenzaam zijn:

- Ervaart 86% de gezondheid positief
- Heeft 26% een verhoogd risico op depressie

Van de mensen die obesitas hebben:

- Ervaart 63% de gezondheid positief
- Heeft 47% een verhoogd risico op depressie

Van de mensen die geen obesitas hebben:

- Ervaart 82% de gezondheid positief
- Heeft 37% een verhoogd risico op depressie

Overgewicht

Obesitas wordt geassocieerd met risico op depressie en beperkingen. Mensen met obesitas hebben een significant hoger risico op depressie dan met mensen met een normaal gewicht. Daarnaast ervaren mensen met obesitas significant vaker een beperking door gezondheidsproblemen dan mensen met een normaal gewicht.

Obesitas in relatie tot depressie en beperking

19 jaar en ouder

50%
40%



Friezen met obesitas lopen meer risico op depressie en ervaren vaker een beperking door gezondheidsproblemen.



Delen

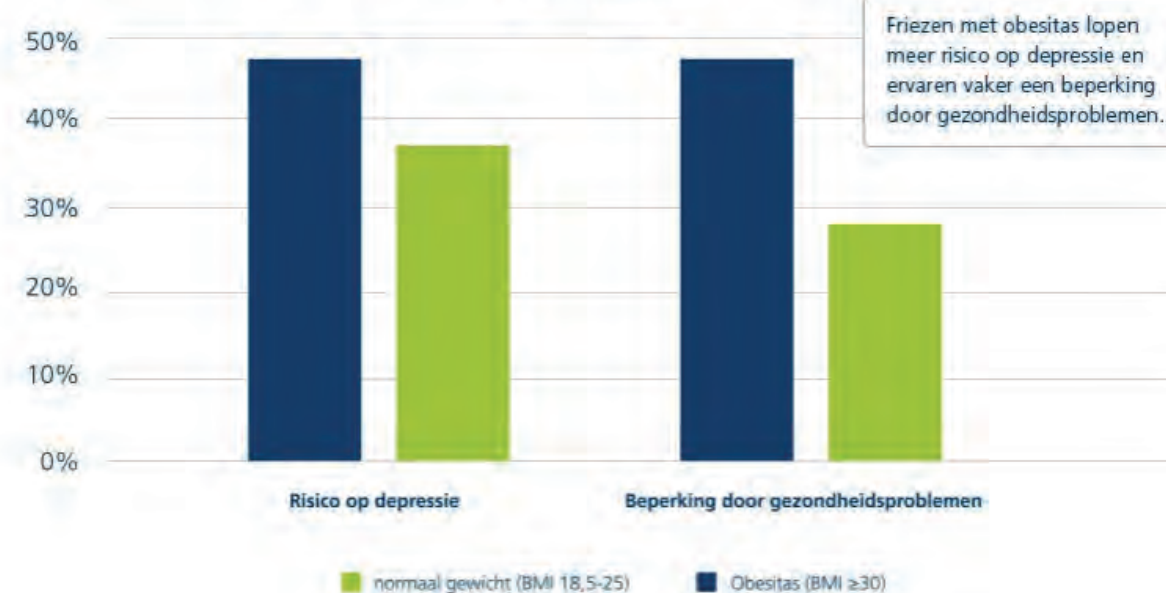
Edities

Download



Obesitas in relatie tot depressie en beperking

19 jaar en ouder



Risicogroepen

Bij mensen met een lage opleiding en mensen zonder werk door werkloosheid of arbeidsongeschiktheid zijn stevast meer gezondheid- en participatie gerelateerde problemen gemeten. Zij zijn en blijven een risicogroep waar over de gehele linie gezondheidswinst valt te behalen.

Levensloop

Ook per levenslooppfase zijn aandachtspunten geïdentificeerd:

- Jongvolwassenen (19-34 jaar) tonen vaker een verhoogd risico op depressie. Hier zijn ook de meeste rokers te vinden.
- Middelbaar volwassenen (35-49 jaar) halen het minste vaak de beweegnorm, tegelijkertijd zeggen zij vaker meer te willen sporten.
- Van de 65-plussers voelt bijna de helft zich beperkt in activiteiten door gezondheidsproblemen.

Cijfers per gemeente

Achtkarspelen

Cijfers in PDF

%

Het Bildt

Cijfers in PDF

%

Dantumadiel

Cijfers in PDF

%

De Fryske Marren

Cijfers in PDF

%

Dongeradeel

Cijfers in PDF

%

Ferwerderadiel

Cijfers in PDF

%

Franekeradeel

Cijfers in PDF

%

Harlingen

Cijfers in PDF

%

Heerenveen

Cijfers in PDF

%

Kollumerland C.A.

Cijfers in PDF

%

Leeuwarden

Cijfers in PDF

%

Leeuwarderadeel

Cijfers in PDF

%

Littenseradiel

Cijfers in PDF

%

Menameradiel

Cijfers in PDF

%

Ooststellingwerf

Cijfers in PDF

%

Opsterland

Cijfers in PDF

%



Delen

Edities

Download



Colofon

Dit magazine over de resultaten uit de Gezondheidsmonitor 2016 is een uitgave van GGD Fryslân en staat online op www.ggdfryslan.nl

GGD Fryslân bespreekt met elke Friese gemeente de resultaten van de verschillende Gezondheidsmonitoren. Voor vragen hierover kunt u contact opnemen via (T) 088 22 99 222 of (E) epidemiologie@ggdfryslan.nl

Eindredactie, coördinatie en teksten Team epidemiologie en team communicatie

Ontwerp en vormgeving Designstijl Bno, Surhuisterveen

Redactieadres GGD Fryslân, Team communicatie / redactie Gezondheidsmonitor, Postbus 612, 8901 BK Leeuwarden

E-mail communicatie@vrfryslan.nl



Delen

Edities

Download

