

# De Corona Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2022

Hoe gaat het met de volwassenen in Maassluis?



Onderzoek en Business Intelligence



GGD  
Rotterdam-  
Rijnmond

# Wie zijn wij?

Onderzoek en Business Intelligence  
is een afdeling binnen de gemeente Rotterdam.

De afdeling verzamelt informatie en doet onderzoek voor het maken en uitvoeren van beleid door de gemeente Rotterdam. Het onderzoek gaat over onderwerpen als gezondheid, zorg, onderwijs, re-integratie, demografie, ruimtelijke ordening en veiligheid. Soms is de gemeentelijke organisatie het onderwerp, vaker gaat het over de stad en haar bewoners. Het doel is steeds om met deze verzamelde kennis het beleid en de bedrijfsvoering van de gemeente te verbeteren.

## Auteurs



Nathalie Koene-Smit (1984) werkt vanaf 2010 als onderzoeker bij de gemeente Rotterdam. Zij doet onderzoek ter ondersteuning van het lokaal gezondheidsbeleid en is betrokken bij de uitvoering van de GGD Gezondheidsmonitors voor kinderen, jongeren en volwassenen.



Gea Schouten (1975) werkt vanaf 2001 als onderzoeker bij de gemeente Rotterdam. Zij doet onderzoek ter ondersteuning van het lokaal gezondheidsbeleid en is betrokken bij de uitvoering van de GGD Gezondheidsmonitors voor kinderen, jongeren en volwassenen.

## Colofon

Gemeente Rotterdam, afdeling Onderzoek en Business Intelligence (OBI)

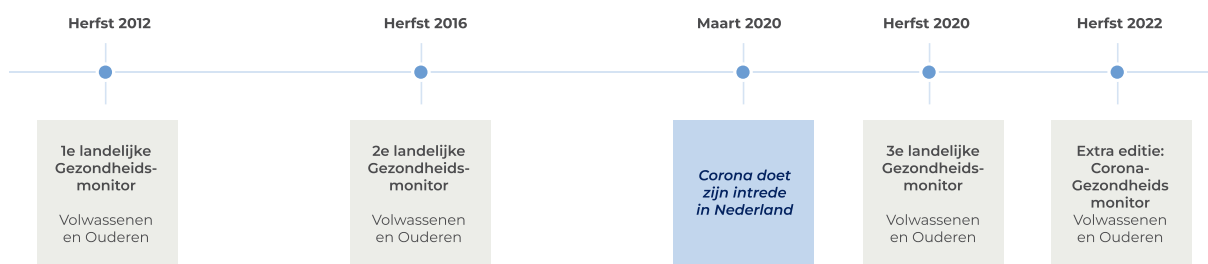
**Datum:** 20 juni 2023  
**Projectnummer:** 4030  
**Vragen:** [Gezondheidsmonitor@Rotterdam.nl](mailto:Gezondheidsmonitor@Rotterdam.nl)  
**Meer informatie:** [www.gezondheidinkaart.nl](http://www.gezondheidinkaart.nl)



**GGD**  
Rotterdam-  
Rijnmond

# Voorwoord

De Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen is een landelijk vragenlijstonderzoek naar de gezondheid, het welzijn en de leefgewoonten onder inwoners van 18 jaar en ouder in Nederland. GGD'en voeren dit onderzoek elke vier jaar uit, samen met het RIVM, CBS en GGD GHOR Nederland. Dat doen zij in opdracht van de gemeente. Gemeenten zijn verplicht iedere vier jaar de gezondheidssituatie van inwoners in kaart te brengen. Bij rampen en crises is het extra belangrijk om de gezondheidssituatie te volgen. De coronapandemie is daar een voorbeeld van. Daarom is in het najaar van 2022 een extra meting uitgevoerd: de Corona Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2022. Deze meting volgde twee jaar na de laatste meting in 2020 en vier maanden na afschaffing van de laatste coronamaatregelen. In Nederland werden ruim een miljoen mensen uitgenodigd om een vragenlijst in te vullen; 34% van hen deed mee. De resultaten van het onderzoek vormen een belangrijke basis voor de invulling en ontwikkeling van het lokale gezondheidsbeleid. Zo kan bijvoorbeeld blijken dat er meer hulp nodig is voor bepaalde groepen inwoners of dat er extra voorzieningen nodig zijn in een bepaald gebied. Meer informatie over hoe het onderzoek landelijk is uitgevoerd, is te vinden op de website van [Monitorgezondheid](https://monitorgezondheid.nl).



## Netwerk GOR (Gezondheidsonderzoek bij Rampen)

De GGD'en voeren de Corona Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2022 uit in het kader van de Integrale Gezondheidsmonitor COVID-19. Hierbij wordt samengewerkt met GGD GHOR Nederland, het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM), het Nivel en ARQ Nationaal Psychotrauma Centrum, samen het Netwerk GOR.

Het onderzoek is bedoeld om de fysieke en mentale gezondheidseffecten als gevolg van de coronapandemie onder de Nederlandse bevolking inzichtelijk te maken.

ZonMw is namens het ministerie van VWS opdrachtgever van de monitor.

Meer informatie over hoe het onderzoek landelijk is uitgevoerd, is te vinden op de website van [Monitorgezondheid](https://monitorgezondheid.nl).

# Inhoud

1	Leeswijzer	5
2	Algemene Gezondheid	6
2.1	Gezondheidsbeleving	6
2.2	Langdurige ziekten en aandoeningen	6
3	Gevolgen van de coronapandemie	7
3.1	Niet-specifieke gezondheidsklachten	7
3.2	Langdurige klachten na corona-besmetting	7
3.3	Positieve en negatieve gevolgen	7
3.4	Ingrijpende gebeurtenissen	8
3.5	Uitgestelde zorg	8
4	Overgewicht, bewegen en sporten	10
4.1	Overgewicht	10
4.2	Bewegen en sporten	10
5	Alcoholgebruik en roken	11
5.1	Alcoholgebruik	11
5.2	Roken	11
6	Mentale gezondheid	12
6.1	Aandacht voor mentale gezondheid	12
6.2	Psychische klachten	12
6.3	Angst en depressie	12
6.4	Suicidegedachten	12
7	Stress en veerkracht	14
7.1	Stress	14
7.2	Veerkracht	14
8	Eenzaamheid en emotionele steun	15
8.1	Eenzaamheid	15
8.2	Emotionele steun	15
9	Mantelzorg en vrijwilligerswerk	16
9.1	Mantelzorg geven	16
9.2	Zwaar belaste mantelzorger	16
9.3	Vrijwilligerswerk	16

10 Financiële situatie	17
10.1 Inkomen	17
10.2 Moeite met rondkomen	17
11 Wat valt op in Maassluis?	18
12 Contact en bronverwijzing	20
Bijlage A Indicatoren GALA	21

# 1 Leeswijzer

**Dit rapport beschrijft de belangrijkste resultaten van de Corona Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2022 voor Maassluis. Per thema wordt beschreven hoe de situatie in 2022 was in Maassluis. Waar mogelijk en relevant wordt ook getoond hoe de situatie zich heeft ontwikkeld over de tijd; of er verschillen zijn tussen groepen inwoners en of er verschillen zijn met de regio en Nederland.**

## Wie deden mee aan het onderzoek?

Personen van 18 jaar en ouder woonachtig in Nederland namen deel aan het onderzoek. Het CBS selecteerde willekeurig personen uit de Basisregistratie Personen (BRP) die zijn uitgenodigd voor deelname aan de Corona Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2022. Dit noemen we een steekproef. De geselecteerde personen vertegenwoordigen de Nederlandse bevolking van 18 jaar en ouder.

In de regio Rotterdam-Rijnmond hebben 18.283 inwoners deelgenomen aan de Corona Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2022. In Maassluis deden 740 mensen mee. Dit is een respons van **30%** en dat is iets hoger dan gemiddeld in de regio Rotterdam-Rijnmond (**28%**).

## Zijn uitkomsten representatief voor de inwoners van een gemeente?

Niet elke groep personen neemt in gelijke mate deel aan het onderzoek. Het responspercentage verschilt bijvoorbeeld tussen gemeenten, leeftijdsgroepen en migratieachtergrond. Daarom zijn de cijfers door middel van weging representatief gemaakt voor de inwoners in Maassluis. Er is gewogen naar geslacht, leeftijd, burgerlijke staat, financiële situatie, gebied en herkomst.

Respondentgroepen die relatief minder vaak hebben meegedaan tellen op deze manier wat zwaarder mee en respondentgroepen die vaker hebben meegedaan tellen wat minder zwaar mee.

## Betrouwbaarheid van resultaten

Om de betrouwbaarheid van de resultaten en de privacy van de respondenten te waarborgen, worden resultaten alleen getoond als een minimum van 50 respondenten de vraag heeft ingevuld en een minimum van 5 respondenten een specifiek antwoord. Indien de aantallen te laag zijn, wordt een streepje (–) getoond. Alle resultaten in deze rapportage zijn afgerond op hele percentages.

## Wanneer noemen we een verschil?

Verschillen tussen jaren, groepen en gebieden worden aangemerkt als ‘verschil’ als de resultaten minstens 3-procentpunten van elkaar verschillen. Er is ook getoetst of een verschil statistisch significant is. Als een verschil van 3-procent niet significant is, wordt dit in de tekst vermeld.

## Waarmee wordt Maassluis vergeleken?

In dit rapport wordt Maassluis vergeleken met het landelijk gemiddelde en het gemiddelde in de regio exclusief Rotterdam. In de figuren wordt hiervoor de term regiogemeenten gebruikt.

## Welke term wordt gebruikt voor opleidingsniveau?

In de figuren zijn drie opleidingsniveaus weergegeven. De onderstaande termen worden gebruikt:

- Laagopgeleid: Geen opleiding, lager onderwijs, lbo, mavo
- Middenopgeleid: Mbo, havo, vwo
- Hoogopgeleid: Hbo, wo

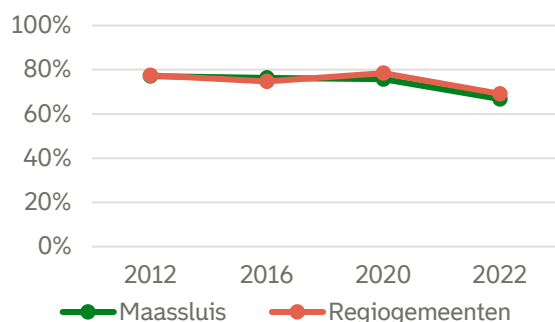
## 2 Algemene Gezondheid

### 2.1 Gezondheidsbeleving

Gezondheid is meer dan de afwezigheid van lichamelijke klachten. De gezondheidsbeleving is daarom een belangrijke maat om de algemene gezondheid te meten onder de bevolking. Mensen kunnen zelf het beste aangeven hoe zij hun eigen gezondheid ervaren.

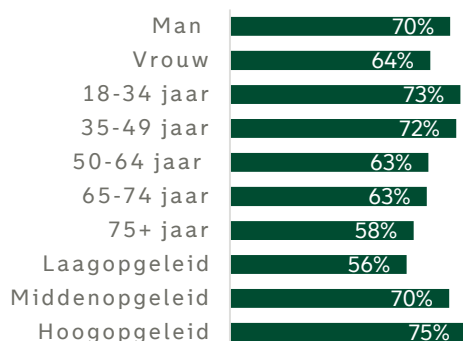
In Maassluis ervaart **67%** van de inwoners van 18 jaar en ouder de eigen gezondheid als (zeer) goed. Dat is vergelijkbaar met de regio (**69%**) en Nederland (**70%**). Volwassenen van 24 t/m 64 jaar ervaren een minder goede gezondheid dan hun leeftijdsgenoten in Nederland (**68%** versus **73%**). De ervaren gezondheid is gedaald ten opzichte van 2020. Let wel, in het eerste coronajaar werd de gezondheid juist vaker als (zeer) goed ervaren dan in de jaren ervoor.

Figuur 2.1. Aandeel inwoners (18+) met een (zeer) goed ervaren gezondheid



Mannen, 18 t/m 49-jarigen en hoogopgeleiden ervaren hun gezondheid het als vaakst als (zeer) goed.

Figuur 2.2. Ervaart de gezondheid als (zeer) goed

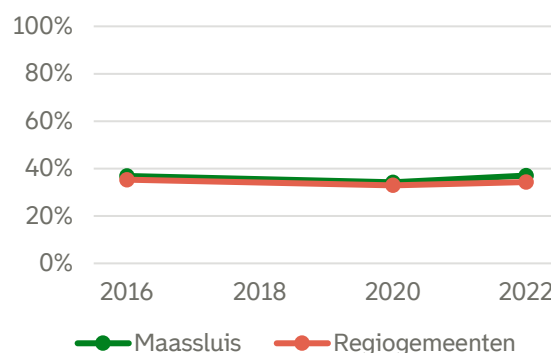


### 2.2 Langdurige ziekten en aandoeningen

Met name op latere leeftijd krijgen mensen te maken met langdurige ziekten of aandoeningen. Denk hierbij aan hart- en vaatziekten, diabetes, kanker en artrose. Met de toenemende vergrijzing neemt ook het aantal mensen met een langdurige ziekte of aandoening toe. Het voorkomen van ziekten en aandoeningen is van belang voor een goede kwaliteit van leven en het verminderen van het zorggebruik.

Het aandeel inwoners met een langdurige ziekte of aandoening (**37%**) is ten opzichte van 2020 gelijk gebleven.

Figuur 2.3. Aandeel inwoners (18+) met een langdurige ziekte of aandoening



Niet iedereen met een langdurige ziekte of aandoening heeft hier ook daadwerkelijk last van. Het is belangrijk om te kijken naar het aandeel mensen dat beperkt is in het dagelijks leven door de gezondheid. In Maassluis is één op de drie (**34%**) (ernstig) beperkt in het dagelijks leven vanwege problemen met hun gezondheid. Dat is vergelijkbaar met de regio (**31%**) en hoger dan in Nederland (**30%**). Met name 24- t/m 64-jarigen voelen zich vaker beperkt in het dagelijks leven dan gemiddeld in Nederland (**32%** versus **26%**).



# 3 Gevolgen van de coronapandemie

## 3.1 Niet-specifieke gezondheidsklachten

Na ingrijpende gebeurtenissen kunnen mensen bepaalde gezondheidsklachten ontwikkelen die moeilijk te diagnosticeren zijn. Zo kan het zijn dat mensen ingrijpende gebeurtenissen hebben meegemaakt tijdens de coronapandemie, die gezondheidsklachten veroorzaken. De klachten kunnen meerdere orgaansystemen betreffen, zoals het hart- en vaatstelsel of het zenuwstelsel. De oorzaak van de klachten is vaak onbekend of onduidelijk, ook na bezoek aan een arts. In de vragenlijst is gebruik gemaakt van de 'Symptoms and Perceptions' (SaP) vragenlijst om tot de onderstaande resultaten te komen.

**94%** van de inwoners rapporteert één of meer gezondheidsklachten in de laatste maand. **63%** heeft chronisch last van klachten (langer dan zes maanden) en **54%** heeft in het laatste jaar de huisarts bezocht voor deze klachten.

De meest genoemde klachten die langer dan zes maanden duren zijn:

- Vermoeidheid (**27%**)
- Klachten aan been/heup/knie/voet (**26%**)
- Rugklachten (**24%**)

## 3.2 Langdurige klachten na corona-besmetting

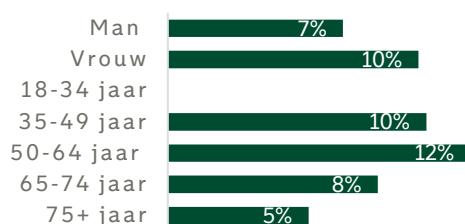
Long covid of post-COVID zijn langdurige klachten nadat iemand besmet is geweest met het SARS CoV-2 virus ('coronavirus'). Als deze klachten minimaal drie maanden aanhouden, dan is er sprake van post-COVID. De klachten die mensen rapporteren zijn heel divers en gaan vaak gepaard met vermoeidheid en concentratie- en geheugenproblemen.

In Maassluis heeft **10%** van de inwoners van 18 jaar en ouder nog last van klachten ten gevolge van een besmetting met het coronavirus. **8%** van de inwoners van 18 jaar en ouder heeft nog last

van langdurige klachten (meer dan drie maanden) na een coronabesmetting.

Vrouwen en inwoners in de leeftijd van 50 t/m 64 jaar hebben het vaakst nog last van langdurige klachten na een coronabesmetting.

**Figuur 3.1.** Is meer dan 3 maanden geleden besmet met het coronavirus en heeft nog last van klachten



## 3.3 Positieve en negatieve gevolgen

In Maassluis ervaren inwoners van 18 jaar en ouder nog zowel positieve als negatieve gevolgen van de coronaperiode.

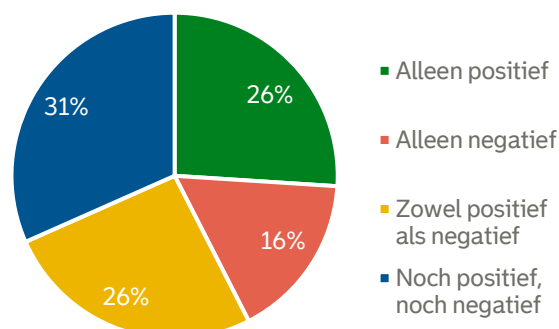
**Top 3 Positieve gevolgen:**

1. Thuiswerken of thuisonderwijs volgen (**16%**)
2. Ik beweeg meer (**15%**)
3. Meer rust (**14%**)

**Top 3 Negatieve gevolgen:**

1. Minder contact met familie of vrienden (**15%**)
2. Ik beweeg minder (**10%**)
3. Ik zit minder goed in mijn vel (**9%**)

**Figuur 3.2.** Ervaren gevolgen van de coronaperiode





### 3.4 Ingrijpende gebeurtenissen

Twee jaar lang was Nederland in de greep van het coronavirus. Om verspreiding van het virus tegen te gaan, werden van maart 2020 tot maart 2022 maatregelen genomen, zoals lockdowns en anderhalve meter afstand. Ook waren er mensen die in quarantaine moesten, in het ziekenhuis belanden of overleden. Sommige gebeurtenissen zijn zo ingrijpend dat ze kunnen leiden tot een posttraumatische stressstoornis (PTSS). Met de PTSS Checklist (PCL-5) is gekeken hoeveel mensen symptomen hebben van PTSS en dus een verhoogd risico op PTSS. In zulke gevallen kan hulp en ondersteuning nodig zijn. In de coronaperiode stond de zorg onder grote druk en werd sommige zorg uitgesteld. Een deel hiervan moet nog worden ingehaald.

**56%** van de inwoners maakte een ingrijpende coronagerelateerde gebeurtenis mee. Eén op de vijf (**21%**) heeft daar nog last van, vooral van de volgende gebeurtenissen:

1. Angst voor zichzelf of naaste om corona te krijgen (**15%**)
2. Door de coronamaatregelen geen afscheid kunnen nemen van iemand die is overleden (**5%**)
3. Het overlijden van een naaste aan corona (**5%**)

**3%** van de inwoners heeft een verhoogd risico op PTSS door het meemaken van een ingrijpende coronagerelateerde gebeurtenis.

### Uitgestelde zorg

**13%** van de inwoners had tijdens de coronaperiode zorg nodig van bijvoorbeeld de huisarts of psycholoog, maar ontving die zorg niet of pas later. **3%** van de inwoners heeft de zorg nog niet ontvangen, maar heeft deze wel nodig. Dat is vergelijkbaar met de regio (**3%**) en Nederland (**3%**).

**2%** van de inwoners die tijdens de coronaperiode te maken had met uitgestelde zorg, ervaart daar nu nog negatieve gevolgen van, zoals (meer) klachten of stress. Dat is vergelijkbaar met de regio (**3%**) en Nederland (**3%**).





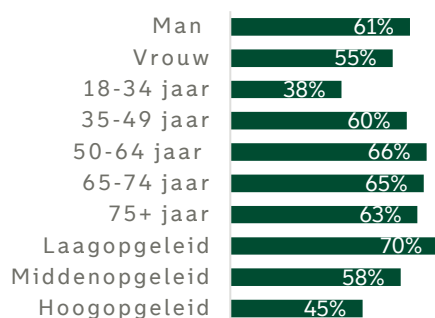
# 4 Overgewicht, bewegen en sporten

## 4.1 Overgewicht

Overgewicht (BMI van 25 of hoger) is na roken de belangrijkste oorzaak van ziekten in Nederland volgens het Nationaal Preventieakkoord. Het streven is dat het percentage volwassenen met overgewicht in 2040 daalt naar 38%. Om dat te bereiken wordt onder meer ingezet op het stimuleren van sporten en bewegen. In 2040 moet 75% van de Nederlanders voldoen aan de Beweegrichtlijn (t.o.v. 47% in 2017). Deze richtlijn geeft aan hoeveel beweging nodig is voor een goede gezondheid.

In Maassluis heeft **58%** van de inwoners van 18 jaar en ouder overgewicht. Dit is vergelijkbaar met de regio (**55%**) en meer dan in Nederland (**50%**). Bijna vier op de tien (**38%**) heeft matig overgewicht en één op de vijf (**20%**) heeft ernstig overgewicht. Ernstig overgewicht komt in elke leeftijdsgroep vaker voor dan gemiddeld in Nederland (**20%** versus **16%**).

Figuur 4.1. Heeft overgewicht (BMI  $\geq 25$ )

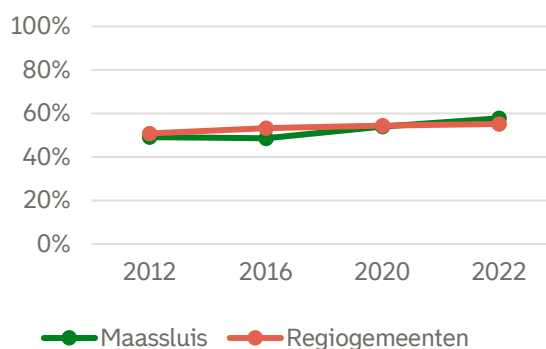


### Nederlandse Beweegrichtlijn

- Beweeg minstens 150 minuten per week matig intensief;
- Doe minstens twee keer per week spier- en botversterkende oefeningen;
- Voor ouderen: combineer dit met balansoefeningen.

Overgewicht komt vaker voor bij mannen, 50-plussers en laagopgeleiden. Sinds 2020 is het percentage inwoners met overgewicht gelijk gebleven.

Figuur 4.2. Heeft overgewicht (BMI  $\geq 25$ ) (18+)

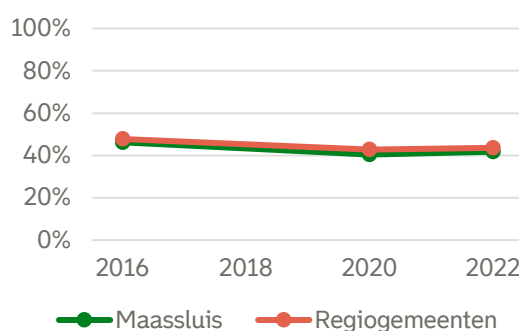


## 4.2 Bewegen en sporten

Ongeveer vier op de tien (**42%**) inwoners voldoet aan de Nederlandse Beweegrichtlijn. Dit is gelijk aan de regio (**44%**) en lager dan in Nederland (**47%**). Met name 24 t/m 64-jarigen en 65-plussers voldoen minder vaak aan de beweegrichtlijn dan gemiddeld in Nederland (24 t/m 65: **43%** versus **50%**, **65 plus: 34%** versus **39%**). 18- t/m 64-jarigen en hoogopgeleiden voldoen het vaakst aan de beweegrichtlijn. Het percentage inwoners dat voldoende beweegt, is ten opzichte van 2020 gelijk gebleven.

De helft van de inwoners (**49%**) sport minstens één keer per week. Dat is gelijk aan de regio (**50%**) en lager dan in Nederland (**54%**).

Figuur 4.3. Voldoet aan beweegrichtlijn (18+)



# 5 Alcoholgebruik en roken

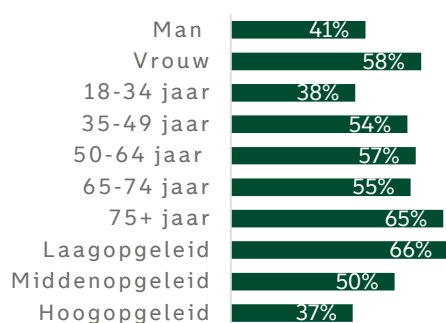
## 5.1 Alcoholgebruik

Samen met overgewicht zijn problematisch alcoholgebruik en roken de speerpunten van het Nationaal Preventieakkoord. Het doel is om in 2040 een rookvrije generatie te hebben en overmatig alcoholgebruik te verminderen van 8,8% naar 5%.

De Gezondheidsraad adviseert volwassenen van 18 jaar en ouder om geen alcohol te drinken of in ieder geval niet meer dan één glas per dag. Dit advies richt zich op het voorkomen van chronische ziekten.

Bijna de helft (**46%**) van de inwoners van 18 jaar en ouder drinkt niet meer dan één glas alcohol per dag en voldoet hiermee aan de huidige richtlijn. Volwassenen tot 65 jaar voldoen hier vaker aan dan gemiddeld in Nederland (**44%** versus **39%**). In Maassluis is **5%** van de inwoners een 'overmatige drinker' en **8%** een 'zware drinker'. Het aandeel 18- tot 65-jarigen dat overmatig drinkt is lager dan gemiddeld in Nederland (**5%** versus **7%**). Mannen, 18- t/m 34-jarigen en hoogopgeleiden voldoen het minst vaak aan de richtlijn.

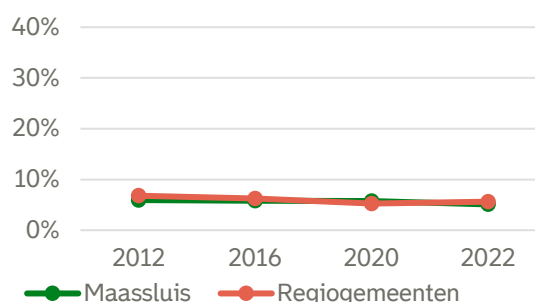
Figuur 5.1. Drinkt niet of maximaal 1 glas per dag



Overmatig drinken: meer dan 14 glazen alcohol per week voor vrouwen en 21 glazen alcohol voor mannen.

Zwaar drinken: minstens één keer per week ten minste 4 glazen alcohol per dag voor vrouwen en 6 glazen alcohol per dag voor mannen.

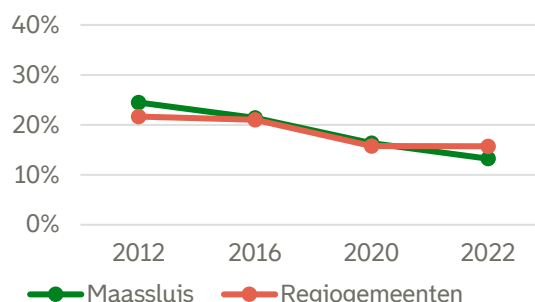
Figuur 5.2. Overmatige drinker (18+)



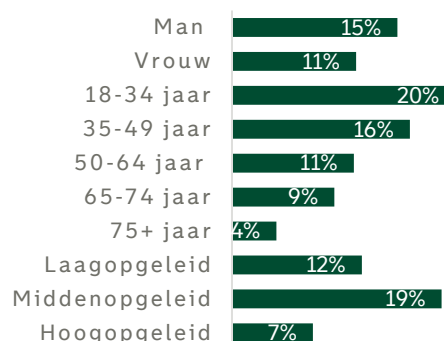
## 5.2 Roken

**13%** van de inwoners van Maassluis rookt tabak. Dit is vergelijkbaar met de regio (**16%**) en Nederland (**16%**). Ten opzichte van 2020 is het aandeel rokers lager (**17%**), maar dit verschil is niet significant. Over het algemeen roken er meer mannen. Hoogopgeleiden roken minder vaak. Het aandeel rokers is het hoogst bij 18- t/m 34-jarigen.

Figuur 5.3. Rokers (18+)



Figuur 5.4. Rokers



# 6 Mentale gezondheid

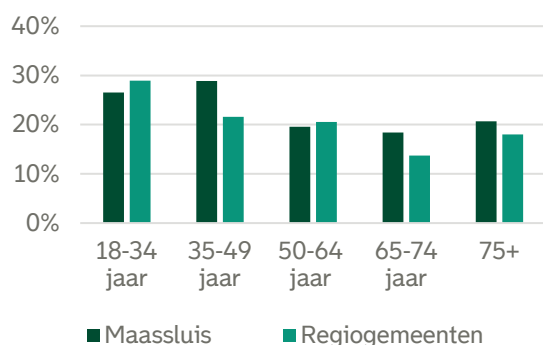
## 6.1 Aandacht voor mentale gezondheid

In de landelijke nota gezondheidsbeleid 2020-2024 is extra aandacht gekomen voor de mentale gezondheid van jongeren en jongvolwassenen. En al eerder is in 2017 is begonnen met het Meerjarenprogramma Depressiepreventie. Onze regering wil ook het Preventieakkoord uitbreiden met 'mentale weerbaarheid'. Mentale gezondheid is een van de thema's in Gezond en Actief Leven Akkoord. Aan het begin van de coronaperiode werd duidelijk dat de pandemie invloed heeft op de mentale gezondheid van mensen. Hieronder wordt hierop verder ingegaan.

## 6.2 Psychische klachten

Psychische klachten zijn gemeten met de Mental Health Inventory 5 (MHI-5). In Maassluis heeft bijna een kwart (**23%**) van de inwoners van 18 jaar en ouder psychische klachten ervaren in de laatste vier weken. Dit is vergelijkbaar met de regio (**21%**) en Nederland (**21%**). 65-plussers hebben vaker last van psychische klachten dan leeftijdsgenoten in Nederland (**19%** versus **14%**). Vooral volwassenen tot 50 jaar hebben psychische klachten. Vrouwen hebben vaker psychische klachten dan mannen.

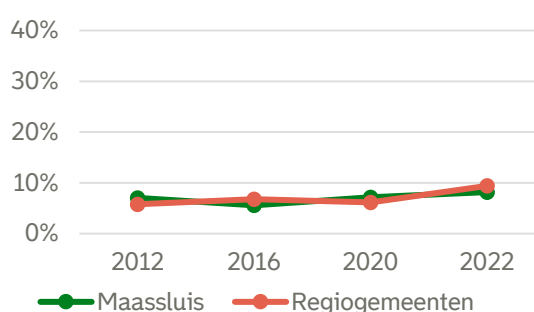
Figuur 6.1. Heeft psychische klachten



## 6.3 Angst en depressie

Voor screening op angst en depressie is gebruik gemaakt van de Kessler-10 vragenlijst. **8%** van de inwoners van Maassluis heeft de laatste vier weken een hoog risico op een angststoornis of depressie. Dit is vergelijkbaar met de regio (**9%**) en Nederland (**10%**). In 2022 is dit percentage vergelijkbaar gebleven ten opzichte van 2020.

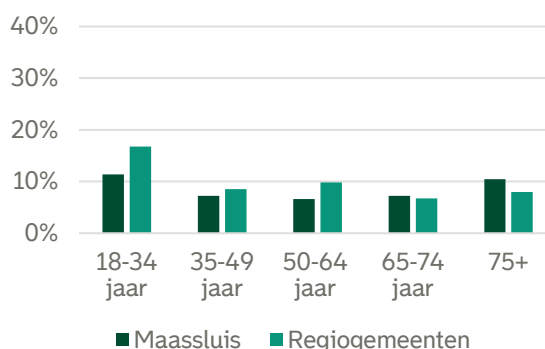
Figuur 6.2. Heeft een hoog risico op een angststoornis of depressie (18+)



## 6.4 Suïcidegedachten

In de laatste twaalf maanden heeft **8%** van de inwoners van Maassluis een enkele keer of zelfs vaak, serieus nagedacht over suïcide. Vrouwen hebben vaker suïcidegedachten dan mannen. Bij 18- t/m 35-jarigen en 75-plussers komen deze gedachten vaker voor. Suïcidegedachten leiden niet altijd tot suïcidepogingen. Bij mannen komt suïcide vaker voor dan bij vrouwen.

Figuur 6.3. Heeft het laatste jaar er serieus over gedacht een eind te maken aan eigen leven (18+)







# 7 Stress en veerkracht

## 7.1 Stress

Iedereen ervaart weleens stress. Acute stress zorgt ervoor dat we zo goed mogelijk kunnen functioneren in een spannende situatie. Als men langdurig stress heeft kan dit leiden tot psychische klachten of een burn-out.

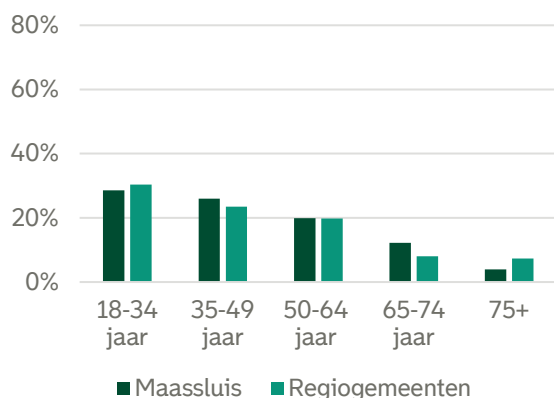
In Maassluis ervaart één op de vijf (**20%**) inwoners van 18 jaar en ouder (heel) veel stress op één of meerdere gebieden. Eén op de zes inwoners ervaart stress op twee of meer gebieden (**16%**). Dit is vergelijkbaar met de regio (**16%**) en Nederland (**16%**).

Top 5 bronnen van stress in Maassluis:

1. Werk (**12%**)
2. Geldzaken (**8%**)
3. Gezondheid (**8%**)
4. Familie of vrienden (**7%**)
5. Wonen (**5%**)

Volwassenen in de leeftijd van 18 t/m 34 jaar ervaren het vaakst stress.

Figuur 7.1. Heeft de afgelopen 4 weken (heel) veel stress ervaren



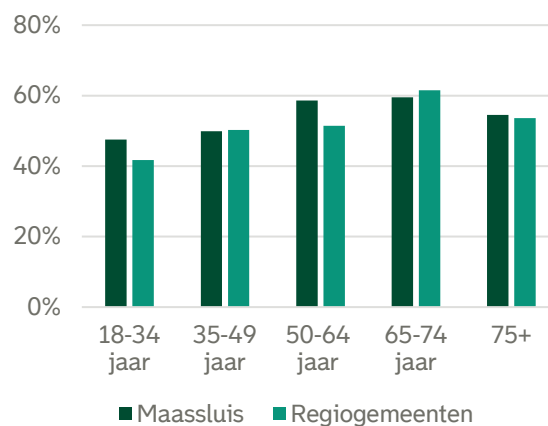
## 7.2 Veerkracht

Veerkracht laat zien hoe iemand zich aanpast aan de uitdagingen van het leven. Veerkracht is een nieuw speerpunt in beleid en sluit aan bij het concept Positieve Gezondheid. Om dit te meten is gebruik gemaakt van de Vita-16. Iemands veerkracht kan laag zijn, gemiddeld of hoog.

Veerkrachtige mensen vinden het minder moeilijk om zich door stressvolle gebeurtenissen heen te slaan en veren na een moeilijke periode meestal snel en gemakkelijk weer terug.

**16%** van de inwoners heeft een lage veerkracht. Dit is vergelijkbaar met de regio (**17%**) en Nederland (**16%**). Ruim de helft van de inwoners (**56%**) heeft een hoge veerkracht. Dit is hoger dan in de regio (**51%**) en in Nederland (**50%**), maar dit verschil is niet significant.

Figuur 7.2. (Zeer) hoge veerkracht





# 8 Eenzaamheid en emotionele steun

## 8.1 Eenzaamheid

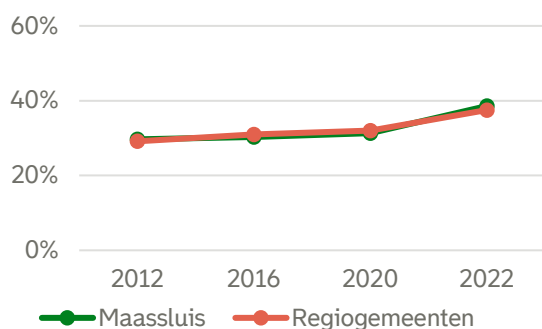
Sinds enkele jaren is 'Eén tegen eenzaamheid' een landelijke coalitie om eenzaamheid te verminderen. Vaak wordt dit ook opgepakt op lokaal niveau en het is ook een van de thema's binnen het Gezond en Actief Leven Akkoord.

De 11-itemschaal van De Jong-Gierveld wordt gebruikt voor het bepalen van eenzaamheid.

Eenzaamheid komt veel voor. In Maassluis voelt **52%** zich matig tot (zeer) sterk eenzaam. Dat is vergelijkbaar met de regio (**52%**) en vergelijkbaar met Nederland (**49%**). In Maassluis voelt **15%** van de inwoners van 18 jaar en ouder zich (zeer) sterk eenzaam. Dat is gelijk aan de regio (**15%**) en aan Nederland (**14%**). Eenzaamheid komt bij 18 t/m 34-jarigen en bij 75-plussers het vaakst voor.

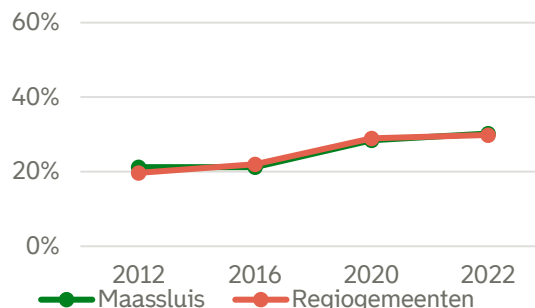
Binnen eenzaamheid wordt onderscheid gemaakt tussen sociale en emotionele eenzaamheid. Sociale eenzaamheid betreft onvoldoende contacten met andere personen in de naaste omgeving. Emotionele eenzaamheid gaat over het gemis van een intieme band. **39%** is sociaal eenzaam en **30%** is emotioneel eenzaam.

Figuur 8.1. Sociaal eenzaam (18+)



Sociale eenzaamheid komt in Maassluis meer voor dan gemiddeld in Nederland, met name bij volwassenen van 24 t/m 65 jaar (**40%** versus **34%**). Ten opzichte van 2020 zien we een toename in de sociale eenzaamheid (van **32%** naar **39%**), deze toename is echter niet significant.

Figuur 8.2. Emotioneel eenzaam (18+)

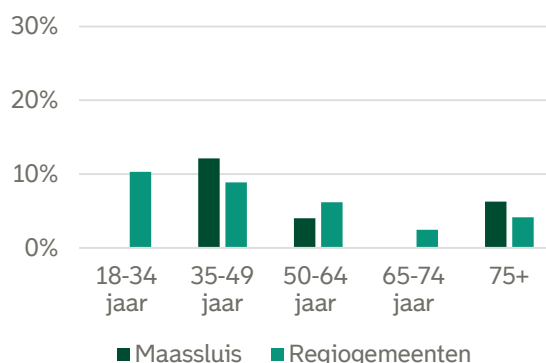


## 8.2 Emotionele steun

Emotionele steun gaat onder meer om een steuntje in de rug krijgen of om goede raad of troost in geval van problemen. Of men emotionele steun mist, is bepaald met de acht vragen van de Sociale Steun Lijst (SSL-D).

Van de inwoners in Maassluis mist **5%** emotionele steun. Dat is vergelijkbaar met de regio (**7%**) en Nederland (**6%**). De inwoners van 35 t/m 49 jaar missen het vaakst emotionele steun (**12%**).

Figuur 8.3. Mist emotionele steun



# 9 Mantelzorg en vrijwilligerswerk

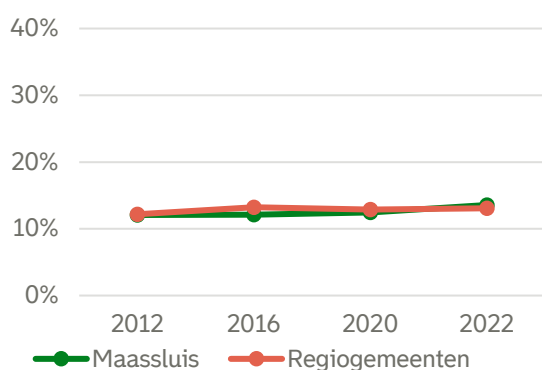
## 9.1 Mantelzorg geven

In het Gezond Actief Leven Akkoord is het versterken van de sociale basis een thema. Hieronder valt het versterken van de informele zorg door middel van extra ondersteuning voor mantelzorgers.

Mantelzorg is de zorg die iemand geeft aan een bekende uit zijn of haar omgeving die voor langere tijd ziek, hulpbehoevend of gehandicapt is. Dit kan een partner, kind of vriend zijn. Iemand is mantelzorger als de zorg minimaal drie maanden duurt of als degene zorg biedt voor minimaal acht uur per week. Mantelzorg is niet betaald. Mantelzorg bestaat onder andere uit het doen van het huishouden, wassen en aankleden, gezelschap houden, vervoer en het regelen van geldzaken.

In Maassluis is **14%** van de inwoners van 18 jaar en ouder mantelzorger. Dat is gelijk aan de regio (**13%**) en Nederland (**13%**). Vrouwen en 65-plussers zijn vaker mantelzorgers. Ten opzichte van 2020 is het percentage mantelzorgers in Maassluis vergelijkbaar gebleven.

Figuur 9.1. Mantelzorger (18+) (minimaal 3 maanden en/of minimaal 8 uur per week)

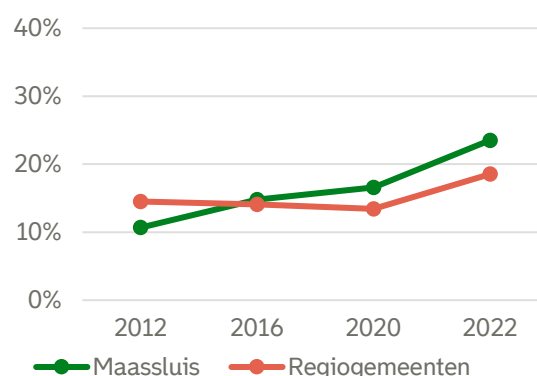


## 9.2 Zwaar belaste mantelzorger

Intensief en langdurig zorgen kan als zwaar worden ervaren. Van de mantelzorgers in Maassluis voelt **24%** zich tamelijk tot zwaar overbelast. Dit

is meer dan in de regio (**18%**) en Nederland (**19%**). Het aandeel overbelaste mantelzorgers is gestegen (van 17% in 2020 naar 24% in 2022), maar dit verschil is niet significant.

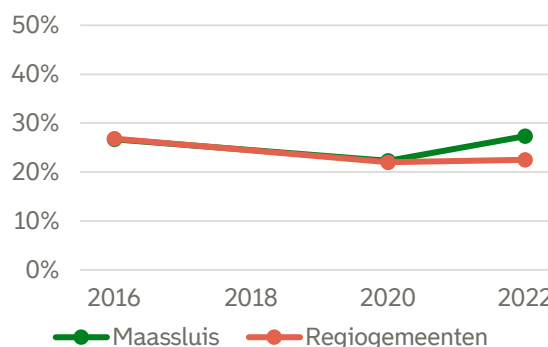
Figuur 9.2. Tamelijk zwaar belast tot overbelast als mantelzorger (18+) (% van de mantelzorgers)



## 9.3 Vrijwilligerswerk

**27%** van de inwoners van Maassluis doet vrijwilligerswerk. Dat is hoger dan in de regio (**23%**) en vergelijkbaar met Nederland (**25%**). Met name volwassenen tot 65 jaar doen vaker vrijwilligerswerk dan gemiddeld in de regio (**23%**). Het percentage vrijwilligers was in 2020 in de coronalockdown afgenomen, maar is in 2022 weer terug op het niveau van 2016. Met name volwassenen tot 65 jaar zijn vaker vrijwilligerswerk gaan doen (van **20%** in 2020 naar **27%** in 2022).

Figuur 9.3. Doet vrijwilligerswerk (18+)



# 10 Financiële situatie

## 10.1 Inkomen

De inflatie in 2022 was de hoogste sinds 1975. In 2022 waren consumentengoederen en diensten gemiddeld 10,2% duurder dan een jaar eerder (CBS). Hoewel de inflatie in de loop van het jaar verbreedde naar producten zoals voeding, droeg vooral de snelle prijsstijging van energie bij aan de hoge inflatie in 2022. Steeds meer mensen hebben moeite met rondkomen.

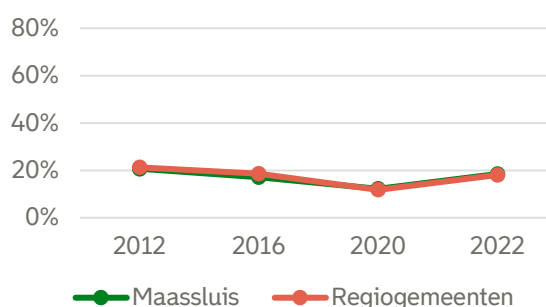
Het sociaal minimum is het minimale bedrag dat iemand volgens de overheid nodig heeft om in het levensonderhoud te voorzien. Op 1 januari 2022 was dit bedrag € 1.091 per maand voor alleenstaanden en € 1.560 per maand voor gehuwden (Rijksoverheid). Voor toeslagen en gemeentelijke regelingen wordt vaak een grens gehanteerd van bijvoorbeeld 120% van het sociaal minimum.

In Maassluis heeft **7%** van de inwoners van 18 jaar en ouder een inkomen tot 120% van het sociaal minimum. Dit is vergelijkbaar met de regio (**7%**) en in Nederland (**8%**).

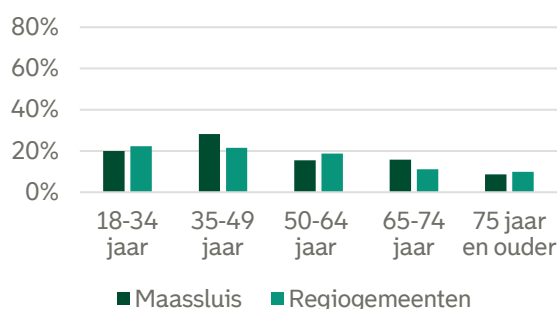
## 10.2 Moeite met rondkomen

Eén op de vijf (**19%**) inwoners van Maassluis heeft enige tot grote moeite met rondkomen. Dat is vergelijkbaar met de regio (**18%**) en Nederland (**19%**). Ten opzichte van 2020 is het percentage 65-plussers dat moeite heeft met rondkomen toegenomen (van **15%** in 2020 naar **21%** in 2022).

Figuur 10.1. Moeite met rondkomen (18+)



Figuur 10.2. Moeite met rondkomen



# 11 Wat valt op in Maassluis?

## Afname ervaren gezondheid in alle leeftijdsgroepen

Volwassenen oordelen minder positief over hun gezondheid dan in 2020. Vooral mensen die moeite hebben om financieel rond te komen, geven aan dat hun gezondheid is verslechterd. Volwassenen van 24 tot 65 jaar voelen zich vaker beperkt in hun dagelijks leven door hun gezondheid dan volwassenen in Nederland (32% versus 26%).

## Een deel van de inwoners van Maassluis ondervindt nog lichamelijke klachten door corona

8% van de inwoners in Maassluis is langer dan 3 maanden geleden besmet geweest met het coronavirus en geeft aan daar nu nog klachten van te hebben. 3% van de inwoners heeft een verhoogd risico op PTSS door het meemaken van een ingrijpende coronagerelateerde gebeurtenis.

## Meer obesitas onder volwassenen

Bijna zes op de tien inwoners van Maassluis is te zwaar en dit aandeel is hoger dan het gemiddelde in Nederland. Obesitas komt vaker voor dan gemiddeld in Nederland (20% versus 16%).

## Inwoners voldoen minder vaak aan beweegrichtlijn en sporten minder vaak

Vier op de tien inwoners in Maassluis (42%) voldoet aan de beweegrichtlijn en dat is lager dan het gemiddelde in Nederland. Inwoners van 24 jaar en ouder voldoen minder vaak aan de beweegrichtlijn dan gemiddeld in Nederland. De helft van de inwoners (49%) sport wekelijks. Dit is lager dan het landelijk gemiddelde (54%).

## Aandeel rokers stabiel en bijna de helft voldoet aan de richtlijn alcohol

Eén op de acht inwoners in Maassluis (13%) rookt, dit is vergelijkbaar met de regio (16%) en Nederland (16%). Ten opzichte van 2020 (17%) is het

aandeel rokers lager, maar dit verschil is niet significant.

Bijna de helft (46%) van de inwoners in Maassluis voldoet aan de richtlijn alcohol en drinkt niet meer dan 1 glas alcohol per dag. Volwassenen tot 65 jaar voldoen vaker aan de richtlijn dan gemiddeld in Nederland (44% versus 39%).

## Mentale gezondheid vergelijkbaar met regionaal en landelijk gemiddelde

In Maassluis is de mentale gezondheid vergelijkbaar met het regionale en landelijke gemiddelde. Enige uitzondering hierop is het aandeel 65-plussers met psychische klachten. Dit is hoger dan het landelijk gemiddeld. Ook het hebben van een hoog risico op een angststoornis of depressie is vergelijkbaar met het regionale en landelijke gemiddelde. Ten opzichte van 2020 is dit aandeel niet veranderd.

## Ervaren stress vergelijkbaar met regionaal en landelijk gemiddelde

Eén op de vijf inwoners (20%) ervaart (heel) veel stress op één of meer gebieden en één op de zes inwoners (16%) ervaart stress op twee of meer gebieden. Dit is vergelijkbaar met de regio en Nederland.

## Helft van de inwoners eenzaam

De helft (52%) van de inwoners van Maassluis voelt zich eenzaam, 15% voelt zich (zeer) sterk eenzaam. Dit is vergelijkbaar met de regio en Nederland. Ten opzichte van 2020 zien we in 2022 een toename van sociale eenzaamheid onder volwassenen tot 65 jaar (van 32% naar 39%), maar deze is net niet significant. Het aandeel volwassenen dat sociaal eenzaam is, is hoger dan gemiddeld in Nederland.

### **Aandeel overbelaste mantelzorgers hoger dan gemiddeld**

Eén op de zeven inwoners in Maassluis (14%) is mantelzorger. Dit is vergelijkbaar met de regio en de vorige meting in 2020. Het aandeel overbelaste mantelzorgers (24%) is hoger dan gemiddeld in de regio (18%) en Nederland (19%).

### **Inwoners doen iets minder vaak vrijwilligerswerk**

Een kwart van de inwoners doet aan vrijwilligerswerk (27%). Dit aandeel is hoger dan tijdens de coronalockdown in 2020 (22%), en gelijk aan de meting daarvoor in 2016. Met name het aandeel volwassenen tot 65 jaar is gestegen (van 20% naar 27%).

### **Toename in moeite met rondkomen bij ouderen**

Het aandeel inwoners dat moeite heeft met rondkomen is vergelijkbaar met de regio en Nederland. Ten opzichte van 2020 is het percentage 65-plussers dat moeite heeft met rondkomen toegenomen (van 15% in 2020 naar 21% in 2022).

# 12 Contact en bronverwijzing

## Vragen over onderzoek

Heeft u vragen over het onderzoek of hulp nodig bij de duiding van de cijfers?

Neem dan contact op met Team Onderzoek via [Gezondheidsmonitor@rotterdam.nl](mailto:Gezondheidsmonitor@rotterdam.nl).

## Vragen over lokaal gezondheidsbeleid

Heeft u vragen over hoe u de cijfers kunt gebruiken in het lokale gezondheidsbeleid?

Neem dan contact op met uw adviseur publieke gezondheid Kees Quak via [c.quak@Rotterdam.nl](mailto:c.quak@Rotterdam.nl).

## Bronvermelding

Het overnemen van gegevens uit deze publicatie is toegestaan met bronvermelding:

Corona Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2022, GGD'en, CBS en RIVM.

## Cijfers van alle gezondheidsmonitors op Gezondheid in kaart

Meer cijfers en publicaties over de gezondheid van de inwoners zijn te vinden op [www.gezondheidin-kaart.nl](http://www.gezondheidin-kaart.nl).

# Bijlage A Indicatoren GALA

Onderstaande indicatoren zijn relevant voor het Gezond en Actief Leven Akkoord [Brede-SPUK – Gezond en Actief Leven \(gezondactiefleven.nl\)](#). Vetgedrukte cijfers wijken significant af van het gemiddelde in Rotterdam. **Groen** gunstig tov regiogemeenten of Nederland. **Rood** ongunstig tov regiogemeenten of Nederland.

Indicator	Maassluis	Regiogemeenten	Nederland
<b>(Zeer) goede ervaren gezondheid</b>			
18-64 jaar	77%	71%	73%
65 jaar en ouder	65%	62%	61%
<b>Rookt</b>			
18-64 jaar	15%	18%	19%
65 jaar en ouder	10%	9%	9%
<b>Drinkt niet of maximaal 1 glas per dag</b>			
18-64 jaar	42%	47%	39%
65 jaar en ouder	54%	55%	52%
<b>Drinkt overmatig</b>			
18-64 jaar	5%	5%	7%
65 jaar en ouder	6%	7%	7%
<b>Matig overgewicht</b>			
18-64 jaar	40%	36%	33%
65 jaar en ouder	36%	41%	40%
<b>Ernstig overgewicht (obesitas)</b>			
18-64 jaar	12%	18%	15%
65 jaar en ouder	20%	19%	17%
<b>Geeft mantelzorg</b>			
18-64 jaar	12%	12%	13%
65 jaar en ouder	16%	15%	15%
<b>Hoog risico op angststoornis of depressie (K10)</b>			
18-64 jaar	7%	11%	11%
65 jaar en ouder	3%	4%	4%
<b>Lichte tot ernstige psychische klachten (MHI-5)</b>			
18-64 jaar	17%	23%	23%
65 jaar en ouder	14%	16%	14%
<b>Voldoet aan de beweegrichtlijn</b>			
18-64 jaar	48%	46%	50%
65 jaar en ouder	39%	35%	39%
<b>Sport wekelijks</b>			
18-64 jaar	63%	55%	59%
65 jaar en ouder	38%	34%	39%
<b>Is in het afgelopen jaar gevallen</b>			
65 jaar en ouder	38%	34%	-
<b>Is bang om te vallen</b>			
65 jaar en ouder	6%	6%	-





**GGD**  
Rotterdam-  
Rijnmond