



## Niet-specifieke klachten bij jongeren in Rotterdam-Rijnmond

Niet-specifieke klachten zijn veelvoorkomende ongemakken die langdurig kunnen aanhouden. Vaak wordt voor deze klachten geen duidelijke fysieke oorzaak gevonden. In dat geval wordt gesproken van aanhoudende lichamelijke klachten (ALK) [1]. Door bij te dragen aan zorggebruik en verzuim leiden deze klachten tot hoge (zorg)kosten [2]. Met behulp van de Corona Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen is in 2022 voor het eerst in kaart gebracht in welke mate niet-specifieke klachten voorkomen onder 16- t/m 25-jarigen uit de Rotterdam-Rijnmond regio. De uitkomsten hiervan presenteren we in deze feitenkaart. Daarnaast gaan we in op huisartsenbezoek in verband met deze klachten en de samenhang van deze klachten met mentale gezondheid, stress en leefstijl.

---

### Auteur

Sarah Boer, Onderzoek en Business Intelligence Gemeente Rotterdam, met dank aan  
Nathalie Koene-Smit  
Fotografie: Unknownuserpanama via Pixabay & Cottonbro Studio via Pexels

---

### Datum

20-9-2023

### Meer informatie

De cijfers in deze feitenkaart komen uit de Corona Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen 2022. Meer [cijfers](#) en [informatie over het onderzoek](#) vindt u op [gezondheidinkaart.nl](https://gezondheidinkaart.nl). Vragen over deze feitenkaart mailt u naar [Gezondheidsmonitor@rotterdam.nl](mailto:Gezondheidsmonitor@rotterdam.nl).

## Meest voorkomende klachten

De cijfers in deze feitenkaart gaan over alle jongeren die aangeven niet-specifieke klachten te ervaren. Een deel van deze klachten is mogelijk kortdurend of kent een specifieke fysieke oorzaak.

Ruim de helft (58%<sup>1</sup>) van de 16- t/m 25- jarigen in Rotterdam-Rijnmond geeft aan de afgelopen 4 weken (zeer) vaak moe te zijn geweest (tabel 1). Klachten die door deze jongeren vervolgens het meest gemeld worden zijn: prikkelbaarheid (40%), geheugen-/concentratieproblemen (39%) en slaapproblemen (36%). Van alle klachten waarvoor gevraagd is, komen hartkloppingen het minst vaak voor (12%).

De meeste klachten komen iets vaker voor bij jongeren in de regio dan bij jongeren in de rest van Nederland.

**Tabel 1 Niet-specifieke klachten bij 16- t/m 25-jarigen in de regio en de rest van Nederland (2022)**

Afgelopen 4 weken (zeer) vaak	Regio	NL
Moe	<b>58%</b>	53%
Prikkelbaar/geïrriteerd	<b>40%</b>	35%
Geheugen-/concentratieproblemen	<b>39%</b>	33%
Slaapproblemen	<b>36%</b>	31%
Hoofdpijn	30%	29%
Buik-/maagklachten	<b>25%</b>	23%
Hoesten/keelklachten	<b>24%</b>	21%
Duizelig/licht in het hoofd	22%	21%
Overgevoelig voor licht/geluid	<b>20%</b>	17%
Spier-/gewrichtsklachten	19%	18%
Hartkloppingen	<b>12%</b>	9%

Dikgedrukte percentages verschillen significant ( $p < 0,05$ ) van de percentages in de andere kolom

Vier op de vijf jongeren (81%) in de regio geven aan recentelijk last te hebben gehad van één of meer niet-specifieke klachten (tabel 2). Bij bijna een derde (30%) gaat het om 5 of meer klachten. Dit aandeel is iets groter dan in de rest van Nederland (26%).

**Tabel 2 Aantal niet specifieke klachten bij 16- t/m 25-jarigen in de regio en de rest van Nederland (2022)**

Afgelopen 4 weken (zeer) vaak	Regio	NL
0 klachten	<b>19%</b>	24%
1-4 klachten	51%	50%
≥ 5 klachten	<b>30%</b>	26%

Dikgedrukte percentages verschillen significant ( $p < 0,05$ ) van de percentages in de andere kolom

## Verschillen naar achtergrondkenmerken

### Sekse

Alle klachten komen meer voor onder vrouwen dan onder mannen. Het verschil is het grootst bij: buik/maagklachten, overgevoeligheid voor licht/geluid, hoofdpijn, duizeligheid en prikkelbaarheid. Bij deze klachten geven ongeveer twee keer zoveel vrouwen als mannen aan hier (zeer) vaak last van te hebben.

Ook geven vrouwen minder vaak aan geen klachten te hebben en vaker veel klachten (5 of meer) te hebben dan mannen (tabel 3).

Neurobiologische verschillen tussen mannen en vrouwen verklaren de gevonden verschillen in klachten mogelijk deels. Daarnaast zijn mannen vaak terughoudender in het uiten van lichamelijke klachten dan vrouwen [2].

<sup>1</sup> Het is mogelijk dat jongeren die problemen ervaren eerder geneigd zijn geweest de vragenlijst in te vullen en dat de gevonden percentages daardoor hoger zijn dan gemiddeld voor 16- t/m 25-jarigen in de bevolking.

Tabel 3 Aantal niet-specifieke klachten bij 16- t/m 25-jarigen in de regio naar geslacht (2022)

Afgelopen 4 weken (zeer) vaak	Man	Vrouw
0 klachten	27%	11%
1-4 klachten	54%	48%
≥ 5 klachten	19%	40%

Dikgedrukte percentages verschillen significant ( $p < 0,05$ ) van de percentages in de andere kolom

#### Opleiding

Jongeren met een hbo- of wo-opleiding geven over het algemeen minder vaak aan klachten te hebben dan jongeren op het voortgezet onderwijs of met een mbo-opleiding. Dit verschil is het duidelijkst zichtbaar bij slaapproblemen, prikkelbaarheid, duizeligheid en overgevoeligheid voor licht/geluid. Voor vermoeidheid en hoesten/keelklachten is dit verschil er niet.

Jongeren met een vo- of mbo-opleiding hebben ook vaker veel klachten (5 of meer) dan hun leeftijdgenoten met een hbo- of wo-opleiding (tabel 4).

Tabel 4 Aantal niet-specifieke klachten bij 16- t/m 25-jarigen in de regio naar opleiding (2022)

Afgelopen 4 weken (zeer) vaak	Vo	Mbo	Hbo	Wo
0 klachten	19%	17%	17%	24%
1-4 klachten	48%	47%	55%	53%
≥ 5 klachten	33%	36%	28%	24%

Dikgedrukte percentages verschillen significant ( $p < 0,05$ ) van het gemiddelde

#### Rondkomen

Jongeren die aangeven moeilijk te kunnen rondkomen, geven vaker aan klachten te hebben dan jongeren die goed kunnen rondkomen. Dit geldt voor alle klachten waarnaar is gevraagd, maar dit verschil is (bijna) twee keer zo groot bij hartkloppingen, buik/maagklachten, spier/gewrichtsklachten en duizeligheid.

Ook hebben jongeren die moeilijk kunnen rondkomen minder vaak geen klachten en vaker veel klachten (5 of meer) dan jongeren die geen moeite hebben met rondkomen (tabel 5).

Tabel 5 Aantal niet specifieke klachten bij 16- t/m 25-jarigen in de regio naar moeite met rondkomen (2022)

Afgelopen 4 weken (zeer) vaak	Kan goed rondkomen	Kan moeilijk rondkomen
0 klachten	24%	10%
1-4 klachten	53%	46%
≥ 5 klachten	23%	44%

Dikgedrukte percentages verschillen significant ( $p < 0,05$ ) van de percentages in de andere kolom

#### Seksuele oriëntatie

Met uitzondering van hoesten en keelklachten, geven niet-heteroseksuele jongeren vaker aan last te hebben van niet-specifieke klachten dan heteroseksuele jongeren. Het verschil is (bijna) twee keer zo groot bij overgevoeligheid voor licht/ geluid, duizeligheid, hartkloppingen en spier/gewrichtsklachten.

Niet-heteroseksuele jongeren hebben ook minder vaak geen klachten en vaker veel klachten (5 of meer) dan hun heteroseksuele leeftijdgenoten (tabel 6).

(Verwachte) afwijzing door anderen, internalisatie van negatieve opvattingen over geaardheid, het moeten geheimhouden van relaties en een gebrek aan steun komen vaker voor bij niet heteroseksuele jongeren. Dit geeft stress en verklaart mogelijk (een deel van) het verschil in klachten met heteroseksuele jongeren [3].

Tabel 6 Aantal niet-specifieke klachten bij 16- t/m 25-jarigen in de regio naar seksuele geaardheid (2022)

Afgelopen 4 weken (zeer) vaak	Hetero	LHBTQI
0 klachten	22%	11%
1-4 klachten	52%	46%
≥ 5 klachten	26%	43%

Dikgedrukte percentages verschillen significant ( $p < 0,05$ ) van de percentages in de andere kolom

#### Overige kenmerken

Er zijn geen opvallende verschillen gevonden naar leeftijd, migratieachtergrond, woonsituatie, en tussen jongeren die een opleiding volgen of werken.

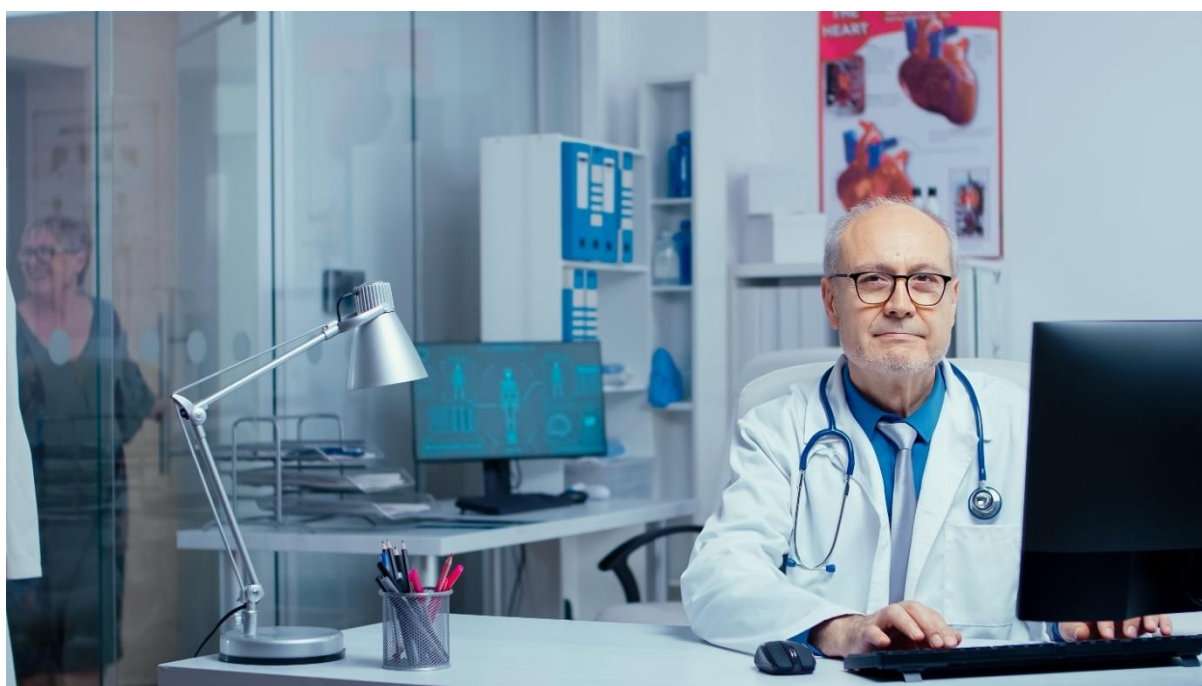
## Huisartsenbezoek voor klachten

Niet alle jongeren gaan met hun klacht(en) naar de huisarts. Of zij gaan hangt ook af van de aard van de klacht. Van de jongeren die in de 4 weken voorafgaand aan het onderzoek (zeer) vaak last hadden van hun buik of maag, bezocht 42% het afgelopen jaar de huisarts voor deze klacht (tabel 7). Voor slaapproblemen bezocht maar 20% van de jongeren die hier veel last van had de huisarts.

De kans dat jongeren met klachten de huisarts bezoeken verschilt niet noemenswaardig naar achtergrondkenmerken als: geslacht, leeftijd, opleiding- of migratieachtergrond, woonsituatie of moeite met rondkomen.

Tabel 7 Deel van de 16- t/m 25-jarigen in de regio dat de huisarts bezocht naar klacht (2022)

Afgelopen 4 weken (zeer) vaak	Huisarts < 12 mnd
Buik/maagklachten	42%
Hartkloppingen	36%
Spier/gewrichtsklachten	34%
Hoesten/keelklachten	26%
Duizelig/licht in het hoofd	26%
Moe	22%
Hoofdpijn	21%
Slaapproblemen	20%
Geheugen/concentratieproblemen	18%
Overgevoelig voor licht/ geluid	16%
Prikkelbaar/geïrriteerd	16%



## Relatie met gezondheidsindicatoren

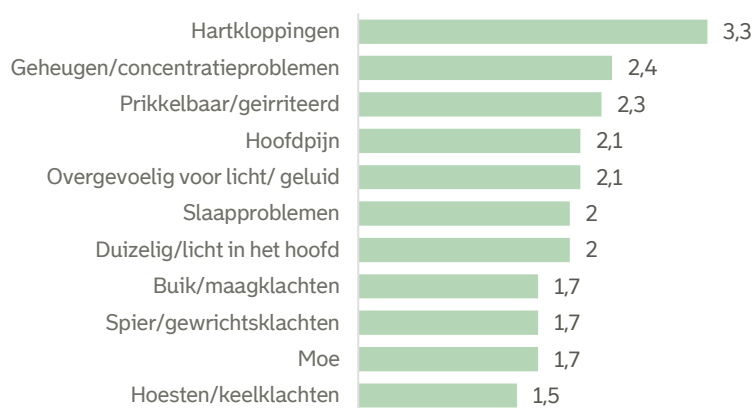
We hebben gekeken of het gebruik van middelen (roken, alcohol, drugs), psychische klachten, eenzaamheid, stress overgewicht, weinig bewegen en het hebben doorgemaakt van Covid, de kans op niet-specifieke klachten vergroot.

### Stress

Van al deze factoren hangt stress het sterkst samen met het hebben van klachten. Van stress is bekend dat het fysieke- en psychische klachten kan veroorzaken [4]. Andersom kan het hebben

van langdurige klachten ook stress geven. Figuur 1 geeft de sterkte van het verband aan tussen stress en klachten onder jongeren in de regio. De associatie is het sterkst met hartkloppingen. Jongeren die zich (zeer) vaak gestrest voelen hebben ruim drie keer zoveel kans (RR:3,3) om hartkloppingen te hebben als jongeren met weinig stress. Het hebben van stress vergroot de kans op alle niet-specifieke klachten, maar de relatie met klachten van de keel/hoesten, vermoeidheid of spier/ gewrichtsklachten is minder sterk.

Figuur 1 Relatieve kans (RR) op gezondheidsuitkomst bij het (zeer) vaak hebben van stress (< 4wk)



### Psychische klachten

Het hebben van ernstige psychische klachten hangt ook samen met het hebben van niet-specifieke klachten, maar in mindere mate dan stress. Psychische klachten vergroten de kans op hartkloppingen, duizeligheid/lichtheid in het hoofd en overgevoeligheid voor licht of geluid. Voor andere klachten is het risico niet of slechts heel licht verhoogd (RR:1-1,4).

### Eenzaamheid

Eenzaamheid hangt alleen samen met een verhoogd risico op slapeloosheid.

Middelengebruik, overgewicht en weinig bewegen  
Alleen zwaar drankgebruik<sup>2</sup> hangt samen met

een hogere kans op hoesten of keelklachten. Verder vergroot middelengebruik de kans op het hebben van niet-specifieke klachten niet noemenswaardig bij deze leeftijdsgroep. Dit geldt ook voor overgewicht en weinig bewegen.

### Covid

Omdat er slechts gegevens zijn van één meting is niet te bepalen of het voorkomen van niet-specifieke klachten is toegenomen na de Coronapandemie. Ondanks dat veel mensen langdurige klachten houden na het doormaken van een Covid infectie, valt op dat de jongeren die aangeven Covid te hebben gehad geen verhoogd risico hebben op de klachten waarnaar is gevraagd.

<sup>2</sup> Minstens 1 keer per week 6 (m) dan wel 4 (v) glazen alcoholhoudende drank of meer per dag



## Preventie van aanhoudende lichamelijke klachten

Niet-specifieke klachten hebben de potentie om chronisch te worden. Deze aanhoudende lichamelijke klachten (ALK) gaan ten koste van de ervaren kwaliteit van leven en leiden tot extra druk op de zorg. Geschat wordt dat zo'n 40% van de bezoeken aan de huisarts over klachten gaat waarvoor geen aanwijsbare oorzaak gevonden wordt. Het zorggebruik voor deze klachten kost jaarlijks ongeveer 3,6 miljard euro (zo'n 4,5% van het nationaal zorgbudget) [1,5]. Dit is nog afgezien van de kosten die gepaard gaan met verzuim als gevolg van deze klachten. Preventie loont financieel en maatschappelijk.

### Het beperken van stress

De sterke relatie tussen niet-specifieke klachten en stress pleit eens te meer voor de inzet van interventies die jongeren helpen om te gaan met stress, zoals [mentorlessen over stress](#) voor het voortgezet onderwijs [6].

Ruim de helft van de jongeren van 16- t/m 25-ervaart vaak of regelmatig stress. Vaak komt dit door de combinatie van dingen die zij (van zichzelf) moeten doen en gevoelde druk om te presteren op school of opleiding [7]. Het Nederlands Jeugdinstituut (NJI) doet [aanbevelingen](#) voor onderwijsprofessionals over wat zij, samen met ouders, kunnen doen om prestatiedruk voor jongeren te verminderen [8].

### Voorkomen van chronisch beloop

Een eerder bezoek aan de huisarts voor dezelfde klacht, klachttype (hoofdpijn, rugpijn), mannelijk geslacht, en het gelijktijdig bestaan van meerdere medische aandoeningen vergroten de kans dat klachten chronisch worden. Er zijn aanwijzingen dat de kwaliteit van arts-patiëntcommunicatie een rol kan spelen in het klachtenbeloop van de patiënt. De [GGZ-richtlijn voor somatisch onverklaarde klachten](#) adviseert artsen:

- Zowel de somatische als emotionele en cognitieve aspecten van de klacht met de patiënt te bespreken en stil te staan bij de door de patiënt ervaren invloed van de klacht op het functioneren.
- Met de patiënt tot een gedeelde visie te komen op het probleem en de patiënt te betrekken bij het bepalen van de meest geschikte aanpak, en de patiënt voldoende gelegenheid te geven om vragen te stellen en te reageren [2].



## Bronnen en verwijzingen

- [1] <https://www.psyq.nl/aanhoudende-lichamelijke-klachten>
- [2] <https://www.ggzstandaarden.nl/zorgstandaarden/somatisch-onvoldoende-verklaarde-lichamelijke-klachten-solk/over-solk/classificatie-dsm-5>
- [3] <https://www.scp.nl/binaries/scp/documenten/publicaties/2021/12/10/wat-maakt-het-verschil/Wat+maakt+het+verschil-2021.pdf>
- [4] <https://www.umcutrecht.nl/nl/ziekte/stress#:~:text=Ook%20kan%20je%20last%20krijgen,van%20kwaad%20tot%20erger%20gaan.>
- [5] <https://www.stichtingemovere.nl/>
- [6] <https://www.nji.nl/interventies/mentorlessen-over-stress>
- [7] <https://www.cbs.nl/nl-nl/longread/rapportages/2021/welzijn-en-stress-bij-jongeren-in-corona-tijd/3-stress>
- [8] <https://www.nji.nl/welbevinden/verminderen-van-prestatiedruk-in-het-onderwijs>
- [9] <https://www.ggzstandaarden.nl/richtlijnen/solk-en-somatoforme-stoornissen-richtlijn-2011/preventie/effectiviteit-van-geïndiceerde-preventie/de-invloed-van-arts-patientcommunicatie>

## Voor het meten van niet-specifieke klachten zijn de volgende vragen gebruikt:

Hoe vaak het je de afgelopen 4 weken last gehad van: (nooit, bijna nooit, soms, vaak, zeer vaak):

- Buik-/of maagklachten
- Hartkloppingen
- Hoofdpijn
- Duizeligheid of licht in het hoofd
- Overgevoeligheid voor licht of geluid
- Spier of gewrichtsklachten
- Hoesten of keelklachten
- Prikkelbaar of geïrriteerd zijn
- Geheugen of concentratieproblemen
- Slaapproblemen
- Vermoeidheid

Heb je in de laatste 12 maanden een huisarts bezocht voor: (eerder aangegeven klacht(en))

- Nee
- Ja, in de laatste 4 weken
- Ja, langer dan 4 weken geleden

Voor de andere vragen die voor deze feitenkaart zijn gebruikt zie de [vragenlijst](#).

## Hoe is de Gezondheidsmonitor uitgevoerd?

[Meer informatie over de Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen 2022](#)