

# De Corona Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2022

Hoe gaat het met de volwassenen in Ridderkerk?



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



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.



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.

## Colofon

Gemeente Rotterdam, afdeling Onderzoek en Business Intelligence (OBI)

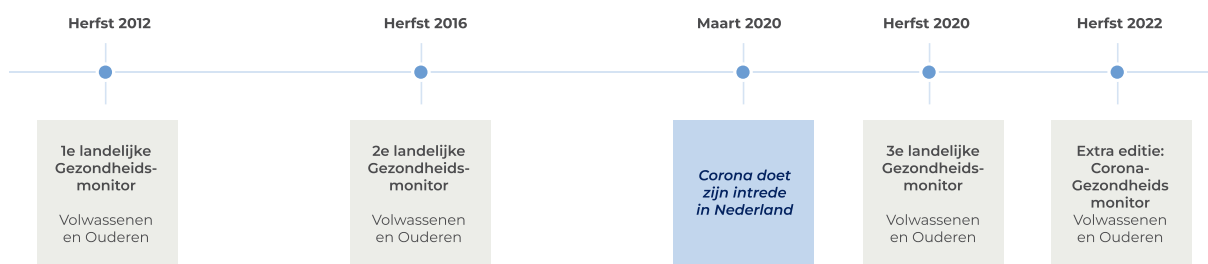
**Datum:** 20 juni 2023  
**Projectnummer:** 4030  
**Vragen:** [Gezondheidsmonitor@Rotterdam.nl](mailto:Gezondheidsmonitor@Rotterdam.nl)  
**Meer informatie:** [www.gezondheidinkaart.nl](http://www.gezondheidinkaart.nl)



**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 Ridderkerk?	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 Ridderkerk. Per thema wordt beschreven hoe de situatie in 2022 was in Ridderkerk. 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 Ridderkerk deden 676 mensen mee. Dit is een respons van 32% en dat is 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 Ridderkerk. 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 – 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.

## Waarvoor wordt de gemeente vergeleken?

In dit rapport wordt de gemeente vergeleken met het landelijk gemiddelde en 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

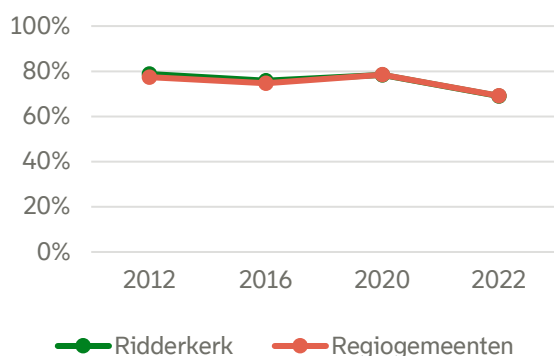
## 2 Algemene Gezondheid

### 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.

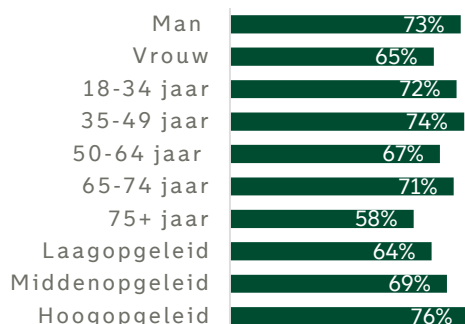
In Ridderkerk ervaart **69%** van de inwoners van 18 jaar en ouder de eigen gezondheid als (zeer) goed. Dat is vergelijkbaar met de regio (**69%**) en Nederland (**70%**). De ervaren gezondheid is gedaald ten opzichte van 2020. Vooral bij 18- t/m 64-jarigen daalde het eigen oordeel over de gezondheid van **84%** in 2020 naar **71%** in 2022.

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



Mannen, 18- t/m 34-jarigen en hoogopgeleiden ervaren hun gezondheid het vaakst als (zeer) goed.

Figuur 2.2. Ervaart de gezondheid als (zeer) goed

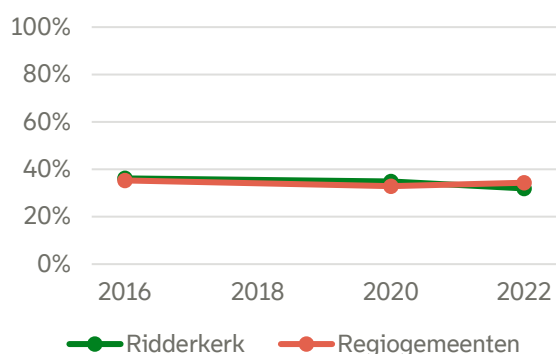


### 2.2 Langdurige ziekten en aandoeningen

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. Voorkomen van ziekten en aandoeningen is van belang voor een goede kwaliteit van leven en het verminderen van het zorggebruik.

Het percentage met een langdurige ziekte of aandoening is vergelijkbaar met dat van 2020.

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 Ridderkerk is **32%** (ernstig) beperkt in het dagelijks leven vanwege problemen met hun gezondheid. Dat is vergelijkbaar met de regio (**31%**) en Nederland (**30%**).



# 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.

**93%** van de inwoners rapporteert één of meer gezondheidsklachten in de laatste maand. **65%** heeft chronisch last van klachten (langer dan zes maanden) en **61%** heeft in het laatste jaar de huisarts bezocht voor deze klachten.

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

- Vermoeidheid (**26%**)
- Klachten aan been/heup/knie/voet (**23%**)
- Rugklachten (**23%**)

## 3.2 Langdurige klachten na coronabesmetting

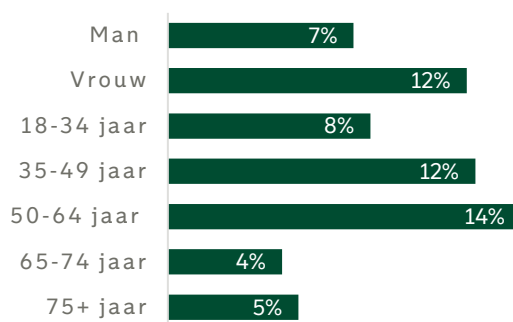
Long covid of post-COVID zijn langdurige klachten nadat iemand besmet is geweest met het SARS CoV-2 virus ('coronavirus'). Als deze klachten minimaal drie maanden aanhouden, dan is er sprake van post-COVID. De klachten die mensen rapporteren zijn heel divers en gaan vaak gepaard met vermoeidheid en concentratie-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

In Ridderkerk heeft **13%** van de inwoners van 18 jaar en ouder nog last van klachten ten gevolge van een besmetting met het coronavirus. **9%** van de inwoners van 18 jaar en ouder heeft nog last

van langdurige klachten (meer dan drie maanden) na een coronabesmetting. Dit wijkt niet af van de regio (**7%**), maar is hoger dan gemiddeld in Nederland (**6%**). Vooral bij 18- t/m 64-jarigen is het aandeel met langdurige klachten hoger dan bij hun leeftijdsgenoten in Nederland (**11%** versus **7%**).

Met name inwoners van 50 t/m 64 jaar rapporteren deze langdurige klachten het vaakst. Vrouwen rapporteren vaker langdurige klachten dan mannen.

Figuur 3.1. Is meer dan 3 maanden geleden besmet met het coronavirus en heeft langdurige klachten



## 3.3 Positieve en negatieve gevolgen

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

Top 3 **Positieve** gevolgen:

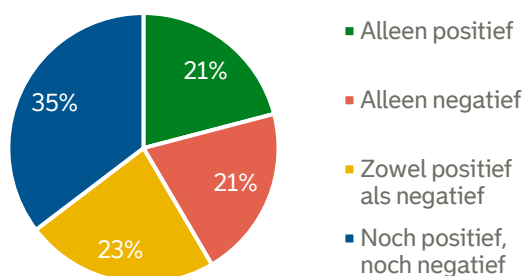
1. Meer rust (**15%**)
2. Ik beweeg meer (**15%**)
3. Thuiswerken of thuisonderwijs volgen (**14%**)

Top 3 **Negatieve** gevolgen:

1. Minder contact met familie of vrienden (**13%**)
2. Zorgen om baan of inkomen (**8%**)
3. Ik beweeg minder (**8%**)



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. 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 van deze zorg moet nog worden ingehaald.

Een deel van de ingrijpende gebeurtenissen die men meemaakte in de coronaperiode, had te maken met het virus en de maatregelen. **59%** van de inwoners maakte een ingrijpende coronagerelateerde gebeurtenis mee. Eén op de vijf (**21%**) heeft daar nog last van, vooral van het meemaken van:

1. Angst voor zichzelf of naaste om corona te krijgen (**13%**)
2. Het in het ziekenhuis hebben gelegen van een naaste door corona (**6%**)
3. Door de coronamaatregelen geen afscheid kunnen nemen van iemand die is overleden (**6%**)

**2%** van de inwoners heeft een verhoogd risico op PTSS door het meemaken van een ingrijpende coronagerelateerde gebeurtenis.

### 3.5 Uitgestelde zorg

**9%** van de inwoners had tijdens de coronaperiode zorg nodig van bijvoorbeeld de huisarts of psycholoog, maar ontving die zorg niet of pas later.

**1%** van de inwoners heeft de zorg nog niet ontvangen, maar heeft deze wel nodig. Dat is gelijk aan de regio (**3%**) en gelijk aan Nederland (**3%**).

**3%** 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 gelijk aan de regio (**3%**) en Nederland (**3%**).





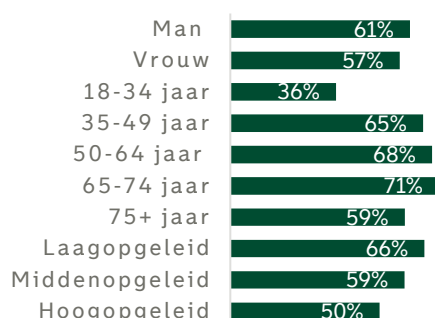
# 4 Overgewicht, bewegen en sporten

## 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 daalt naar 38% in 2040. 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. Deze richtlijn geeft aan hoeveel beweging nodig is voor een goede gezondheid.

In Ridderkerk heeft **59%** van de inwoners van 18 jaar en ouder overgewicht; **43%** matig overgewicht en **16%** obesitas. Het aandeel met overgewicht is vergelijkbaar met de regio (**55%**) en hoger dan het Nederlands gemiddelde (**50%**). Overgewicht komt zowel bij 18- t/m 64-jarigen (**57%**) als bij 65-plussers (**65%**) vaker voor dan bij leeftijdsgenoten in Nederland (**48%** en **57%**). Het betreft voornamelijk een hoger aandeel met matig overgewicht. Het aandeel inwoners met obesitas is voor beide leeftijdsgroepen vergelijkbaar met het Nederlands gemiddelde.

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

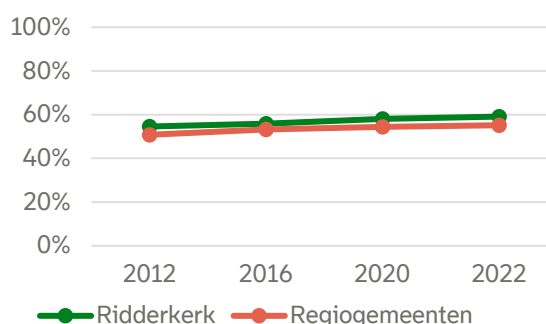


### Nederlandse Beweegrichtlijn

- 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 het meest voor bij inwoners van 35 tot 75 jaar en bij laagopgeleiden. Het percentage inwoners met overgewicht en obesitas is ten opzichte van 2020 vergelijkbaar.

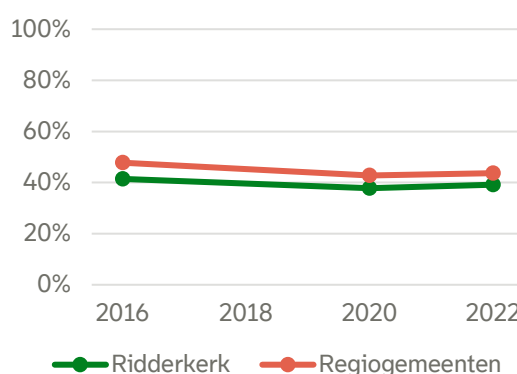
Figuur 4.2. Heeft overgewicht (BMI  $\geq 25$ ) 18+



## 4.2 Bewegen en sporten

Bijna vier op de tien (**39%**) inwoners voldoet aan de Nederlandse Beweegrichtlijn. Dit is minder dan in de regio (**44%**) en Nederland (**47%**). Zowel 18-t/m 64-jarigen (**43%**) als 65-plussers (**31%**) voldoen in Ridderkerk minder vaak aan de norm dan gemiddeld in Nederland (**50%** en **39%**). Het percentage inwoners dat voldoende beweegt, is ten opzichte van 2020 vergelijkbaar.

Figuur 4.3. Voldoet aan de beweegrichtlijn 18+



Van de inwoners (18+) sport **45%** minstens één keer per week. Dat is minder dan in de regio (**50%**) en Nederland (**54%**). In Ridderkerk sporten 18-t/m 64-jarigen (**51%**) minder vaak dan hun leeftijdsgenoten in Nederland (**59%**). Dit geldt ook voor 65-plussers (**31%** versus **39%**).

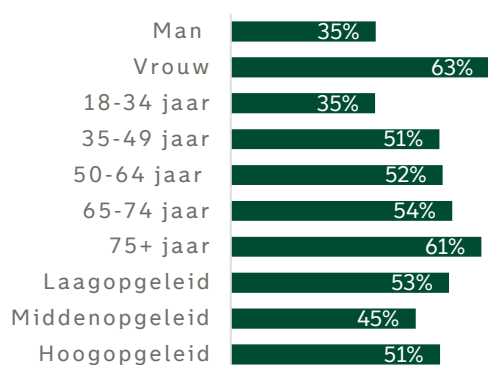
# 5 Alcoholgebruik en roken

## 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. De helft (**50%**) van de inwoners van 18 jaar en ouder drinkt niet meer dan één glas alcohol per dag en voldoet hiermee aan de huidige richtlijn. Dit is hoger dan gemiddeld in Nederland (**42%**). Inwoners van 18 t/m 64 jaar voldoen vaker aan de richtlijn dan hun leeftijdsgenoten in Nederland (**46%** versus **39%**). Ook voldoen 65-plussers vaker aan de richtlijn dan gemiddeld in Nederland (**58%** versus **52%**). Vrouwen voldoen vaker aan de richtlijn (**63%**) dan mannen en vaker dan vrouwen gemiddeld in Nederland (**52%**).

Figuur 5.1. Drinkt niet of maximaal 1 glas per dag

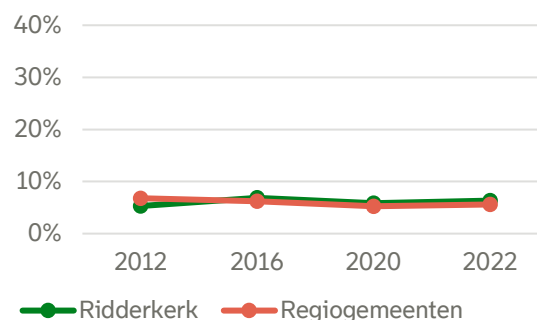


Overmatig drinken: meer dan 14 glazen alcohol per week voor vrouwen en 21 glazen alcohol voor mannen.

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

In Ridderkerk is **6%** van de inwoners een 'overmatige drinker' en **6%** een 'zware drinker'. Inwoners van 18- t/m 64 jaar (**12%**) zijn minder vaak een zware drinker in vergelijking met Nederland (**10%**).

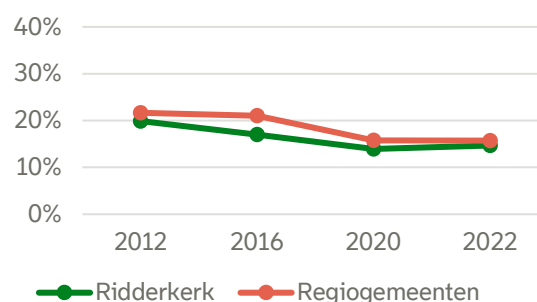
Figuur 5.2. Overmatige drinker 18+



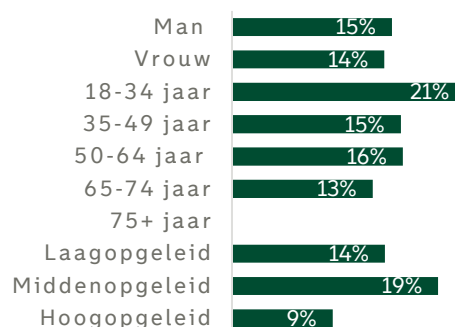
## 5.2 Roken

**15%** van de inwoners van de gemeente rookt tabak. Dit is vergelijkbaar met het aandeel in 2020. Het aandeel rokers verschilt niet van de regio (**16%**) en Nederland (**17%**). Inwoners van 18 t/m 34 jaar roken het vaakst en hoogopgeleiden het minst vaak.

Figuur 5.3. Rokers 18+



Figuur 5.4. Rokers



# 6 Mentale gezondheid

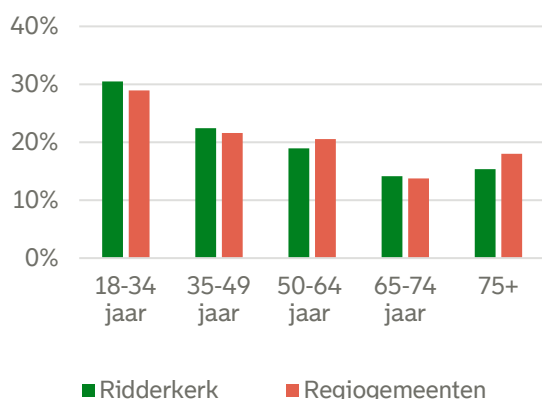
## 6.1 Aandacht voor mentale gezondheid

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 ingegaan op enkele specifieke aspecten hiervan.

## 6.2 Psychische klachten

Psychische klachten zijn gemeten met de Mental Health Inventory 5 (MHI-5). In Ridderkerk heeft één op de vijf (**21%**) inwoners van 18 jaar en ouder psychische klachten ervaren in de laatste vier weken. Dit is gelijk aan de regio (**21%**) en Nederland (**21%**). Vooral volwassenen tot 35 jaar hebben psychische klachten (**30%**). Vrouwen hebben vaker psychische klachten dan mannen (**26%** versus **16%**).

Figuur 6.1. Heeft psychische klachten

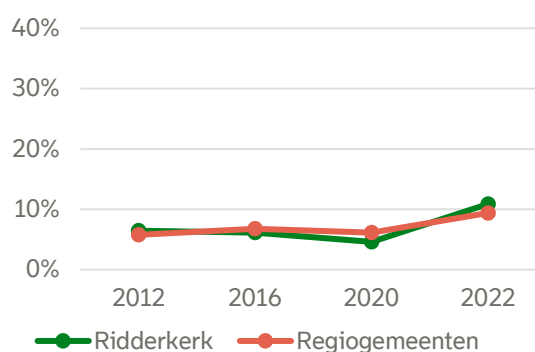


## 6.3 Angst en depressie

Voor screening op angst en depressie is gebruik gemaakt van de Kessler-10 vragenlijst. Eén op tien (**11%**) inwoners van Ridderkerk heeft de laatste

vier weken een hoog risico op een angststoornis of depressie. Dit is gelijk aan de regio (**9%**) en Nederland (**10%**). Het aandeel nam tussen 2020 en 2022 toe, vooral door een stijging bij de 18- t/m 64-jarigen (van **5%** naar **13%**).

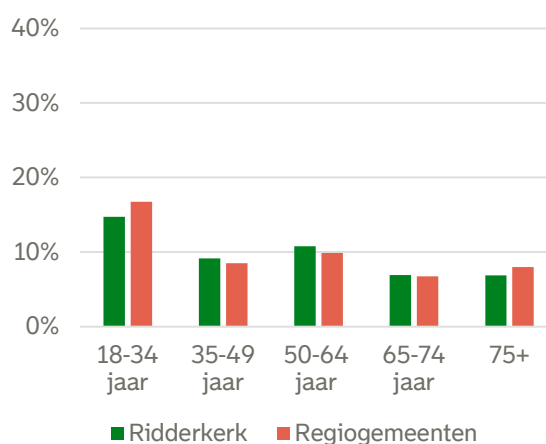
Figuur 6.2. Heeft een hoog risico op een depressie of angststoornis 18+



## 6.4 Suïcidegedachten

In de laatste twaalf maanden heeft **10%** van de inwoners van Ridderkerk een enkele keer of zelfs vaak, serieus nagedacht over suïcide. Vrouwen hebben vaker suïcidegedachten dan mannen. Bij 18- t/m 34-jarigen 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







# 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.

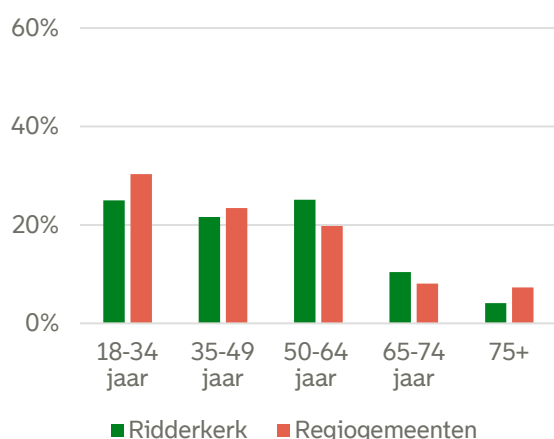
In Ridderkerk ervaart **19%** van de inwoners van 18 jaar en ouder (heel) veel stress op één of meerdere gebieden. **15%** van de inwoners ervaart stress op twee of meer gebieden. Dit is vergelijkbaar met de regio (**16%**) en Nederland (**16%**).

Top 5 bronnen van stress in Ridderkerk:

1. Werk (**9%**)
3. Gezondheid (**8%**)
2. Geldzaken (**7%**)
5. Familie of vrienden (**6%**)
4. Relatie (**6%**)

Volwassenen vanaf 65 jaar ervaren minder vaak stress.

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



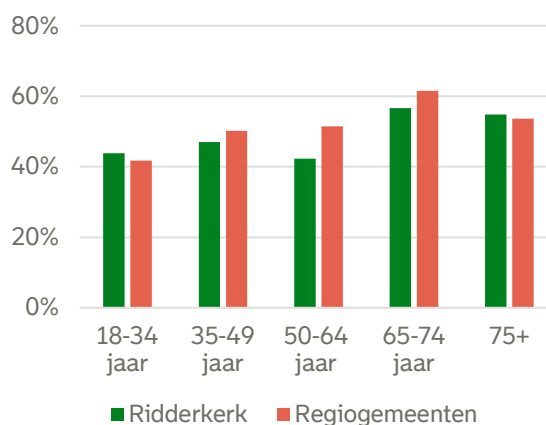
## 7.2 Veerkracht

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.

**17%** van de inwoners heeft een lage veerkracht. Dat is gelijk aan de regio (**17%**) en Nederland (**17%**). Bijna de helft (**48%**) heeft een hoge veerkracht. Ook dit is vergelijkbaar met de regio (**51%**) en Nederland (**50%**). Een hoge veerkracht komt vaker voor bij inwoners van 65 t/m 74 jaar.

**Figuur 7.2.** (Zeer) hoge veerkracht





# 8 Eenzaamheid en emotionele steun

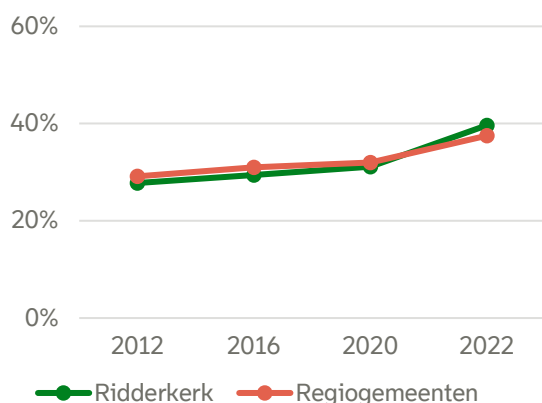
## 8.1 Eenzaamheid

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

Eenzaamheid komt veel voor. In Ridderkerk voelt **52%** van de inwoners van 18 jaar en ouder zich matig tot (zeer) sterk eenzaam. Dat is vergelijkbaar met de regio (**51%**) en Nederland (**49%**). Eén op de vijf (**20%**) 18- t/m 64-jarigen van Ridderkerk voelt zich (zeer) ernstig eenzaam en dit is hoger dan gemiddeld in Nederland (**15%**). Daarnaast nam dit aandeel ten opzichte van de voorgaande meting fors toe van **11%** maar **20%**.

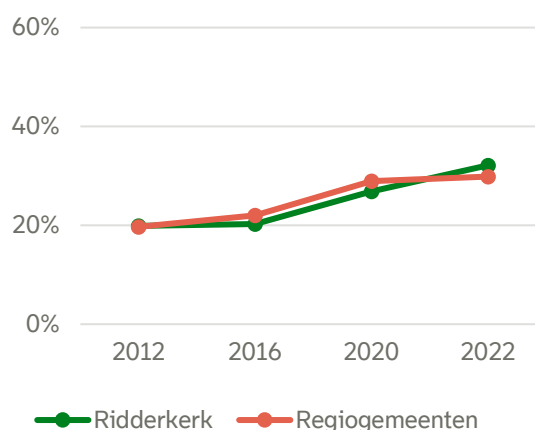
Binnen eenzaamheid wordt onderscheid gemaakt tussen sociale en emotionele eenzaamheid. Sociale eenzaamheid betreft onvoldoende contacten met andere personen in de naaste omgeving. Emotionele eenzaamheid gaat over het gemis van een intieme band. **40%** is sociaal eenzaam en **32%** is emotioneel eenzaam. In Ridderkerk is sociale eenzaamheid net als in de regio tussen 2020 en 2022 toegenomen. Vooral onder inwoners van 18 t/m 64 jaar nam sociale eenzaamheid toe van **35%** in 2020 tot **45%** in 2022.

Figuur 8.1. Sociaal eenzaam 18+



Ook nam emotionele eenzaamheid bij inwoners van 18 t/m 64 jaar tussen 2020 (**26%**) en 2022 (**35%**).

Figuur 8.2. Emotioneel eenzaam 18+

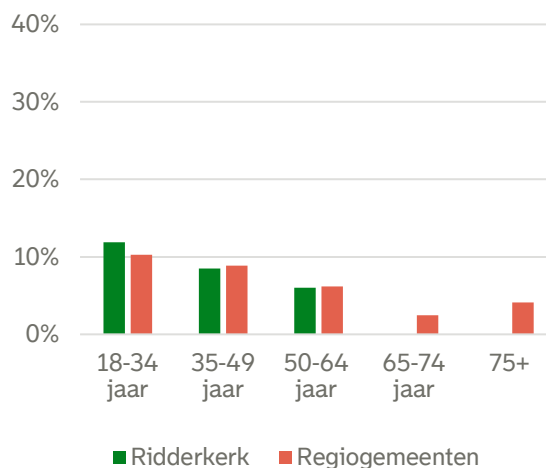


## 8.2 Emotionele steun

Bij emotionele steun gaat het 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 Ridderkerk mist **7%** emotionele steun. Dat is gelijk aan de regio (**7%**) en Nederland (**6%**). Inwoners van 18 t/m 34 jaar missen het vaakst emotionele steun.

Figuur 8.3. Mist emotionele steun



# 9 Mantelzorg en vrijwilligerswerk

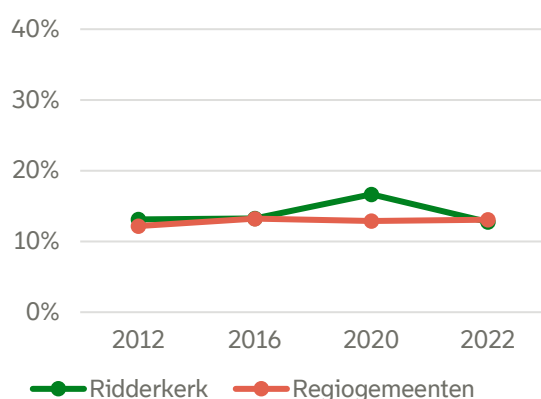
## 9.1 Mantelzorg geven

In het Gezond en 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 bestaat onder andere uit het doen van het huishouden, wassen en aankleden, gezelschap houden, vervoer en het regelen van geldzaken.

In Ridderkerk is **13%** 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 mantelzorger. Het percentage mantelzorgers in Ridderkerk is ten opzichte van 2020 iets lager, maar dit is geen significant verschil.

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

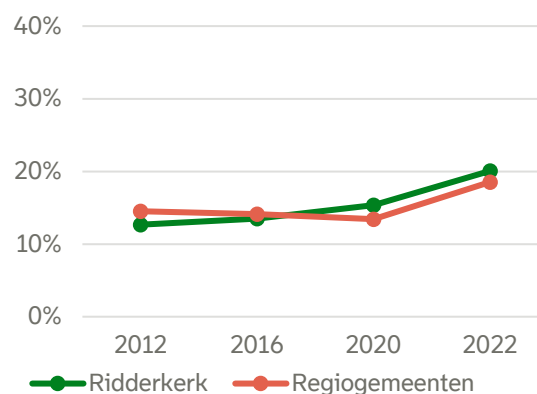


## 9.2 Zwaar belaste mantelzorger

Intensief en langdurig zorgen kan als zwaar worden ervaren. Van de mantelzorgers in Ridderkerk voelt **20%** zich zwaar tot overbelast. Dit is gelijk aan de regio (**18%**) en Nederland (**19%**). Het

aandeel mantelzorgers dat overbelast is, is in de regio toegenomen. Ook voor Ridderkerk is er een stijging ten opzichte van voorgaande meting van **15%** in 2020 naar **20%** in 2022, maar dit is geen significant verschil.

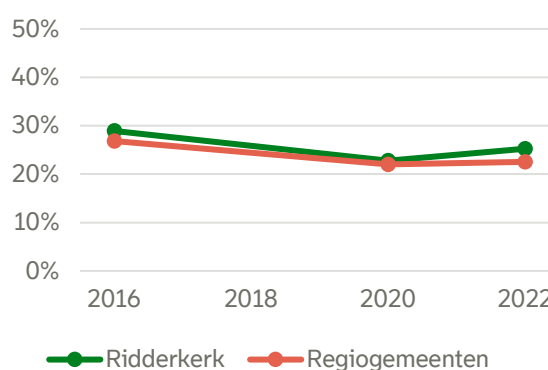
Figuur 9.2. Tamelijk zwaar belast tot overbelast als mantelzorger 18+ (% van de mantelzorgers)



## 9.3 Vrijwilligerswerk

Een kwart van de inwoners (**25%**) van Ridderkerk doet vrijwilligerswerk. Dat is vergelijkbaar met de regio (**23%**) en met Nederland (**25%**). Het percentage vrijwilligers is in 2022 vergelijkbaar met het aandeel in 2020.

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.

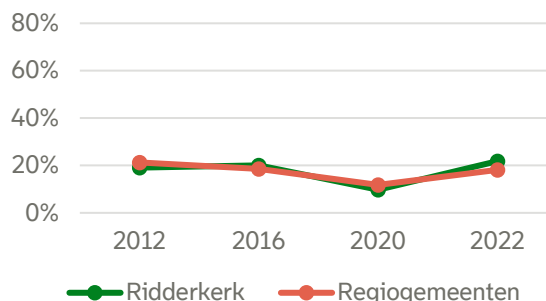
Het sociaal minimum is het minimale bedrag dat iemand volgens de overheid nodig heeft om in het levensonderhoud te voorzien. Op 1 januari 2022 was dit bedrag € 1.091 per maand voor alleenstaanden en € 1.560 per maand voor gehuwden (Rijksoverheid). Voor toeslagen en gemeentelijke regelingen wordt vaak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

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

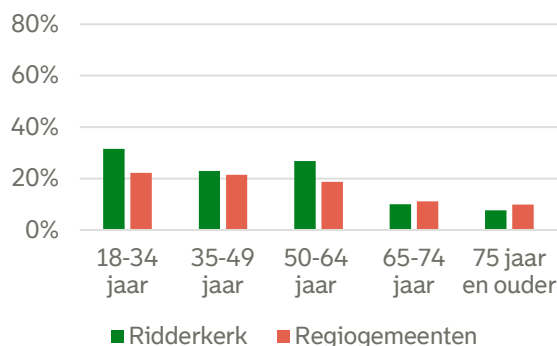
## 10.2 Moeite met rondkomen

Ruim één op de vijf (**22%**) inwoners van Ridderkerk heeft enige tot grote moeite met rondkomen. Dat is vergelijkbaar met de regio (**18%**) en Nederland (**19%**). Inwoners van 18 t/m 64 jaar (**27%**) geven vaker dan hun leeftijdsgenoten in de regio (**21%**) en Nederland (**21%**) aan moeite te hebben met rondkomen. Ten opzichte van 2020 (**10%**) is het percentage 18- t/m 64-jarigen dat moeite heeft met rondkomen fors gestegen.

Figuur 10.1. Moeite met rondkomen 18+



Figuur 10.2. Moeite met rondkomen



# 11 Wat valt op in Ridderkerk?

## Afname ervaren gezondheid

Net als in de regio en Nederland oordelen volwassenen minder positief over hun gezondheid dan in 2020. Vooral bij 18- t/m 64-jarigen daalde het eigen oordeel over de gezondheid van **84%** in 2020 naar **71%** in 2022. De ervaren gezondheid van 65-plussers is vergelijkbaar met 2020. Vooral mensen die moeite hebben om financieel rond te komen, geven aan dat hun gezondheid is verslechterd.

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

Bijna één op de tien inwoners is langer dan 3 maanden geleden besmet geweest met het coronavirus en geeft aan daar nu nog klachten van te hebben. Inwoners van 18 t/m 64 jaar hebben vaker dan hun leeftijdsgenoten in Nederland deze langdurige klachten (11% versus 7%). Twee procent heeft een verhoogd risico op PTSS door het meemaken van een ingrijpende corona gerelateerde gebeurtenis.

## Overgewicht en obesitas stabiel

Bijna zes op de tien (59%) van de volwassenen in Ridderkerk is te zwaar en dit is hoger dan gemiddeld in Nederland (50%). Dit geldt zowel voor volwassenen van 18 t/m 64 jaar als voor 65-plussers. Het is vooral het aandeel met matig overgewicht dat hoger is. Het aandeel inwoners met obesitas verschilt niet. Daarnaast is het aandeel mensen met overgewicht en het aandeel met obesitas vergelijkbaar met de voorgaande meting.

## Volwassenen bewegen en sporten minder vaak

In Ridderkerk sporten volwassenen minder vaak dan gemiddeld in Nederland. Daarnaast voldoen zij minder vaak aan de beweegnorm.

## Vrouwen voldoen vaker aan richtlijn voor alcohol

In Ridderkerk voldoen inwoners en met name vrouwen vaker aan de richtlijn voor alcoholgebruik dan in Nederland. Ongeveer één op de zeven (15%) inwoners rookt tabak, dit is vergelijkbaar met de regio en Nederland.

## Hoog risico op angststoornis en depressie toegenomen bij 18- t/m 64-jarigen

In Ridderkerk is de mentale gezondheid vergelijkbaar met het gemiddelde in Nederland. Eén op de vijf heeft lichte tot ernstige psychische klachten (21%) en 3% heeft ernstige psychische klachten. Eén op de tien volwassenen heeft een hoog risico op een angststoornis of depressie. Dit aandeel nam tussen 2020 en 2022 toe, vooral door een stijging bij de 18- t/m 64-jarigen (van 5% naar 13%).

## Stijging van eenzaamheid bij 18- t/m 64-jarigen

Eenzaamheid komt in Ridderkerk net als in de regio en Nederland veel voor. Ernstige eenzaamheid nam bij 18- t/m 64-jarigen in Ridderkerk toe van 11% in 2020 tot 20% in 2022. Het aandeel is hoger dan bij hun leeftijdsgenoten in Nederland (15%).

## Vrijwilligerswerk stabiel

In Ridderkerk is het aandeel dat vrijwilligerswerk vergelijkbaar met de regio en Nederland. Het aandeel is vergelijkbaar met dat tijdens de coronalockdown in 2020. Het aandeel overbelaste mantelzorgers lijkt toe te nemen. In Ridderkerk is er ook een toename zichtbaar, maar het is niet een significant verschil.

### **Groep 18- t/m 64-jarigen met moeite met rondkomen stijgt**

Het aandeel inwoners van 18 t/m 64 jaar dat moeite heeft met rondkomen (27%) is hoger in vergelijking met de regio en Nederland (beiden 21%). Zij hebben vaker dan bij de voorgaande meting (10%) moeite met rondkomen.

# 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 Actief Leven Akkoord [Brede-SPUK – Gezond en Actief Leven \(gezondactiefleven.nl\)](#). Vetgedrukte cijfers wijken significant af van het gemiddelde in Ridderkerk. **Groen** gunstig t.o.v. de regiogemeenten of Nederland. **Rood** ongunstig t.o.v. de regiogemeenten of Nederland.

Indicator	Ridderkerk	Regiogemeenten	Nederland
<b>(Zeer) goede ervaren gezondheid</b>			
18-64 jaar	71%	71%	73%
65 jaar en ouder	65%	62%	61%
<b>Rookt</b>			
18-64 jaar	17%	18%	19%
65 jaar en ouder	8%	9%	9%
<b>Drinkt niet of maximaal 1 glas per dag</b>			
18-64 jaar	46%	47%	39%
65 jaar en ouder	58%	55%	52%
<b>Drinkt overmatig</b>			
18-64 jaar	6%	5%	7%
65 jaar en ouder	7%	7%	7%
<b>Matig overgewicht</b>			
18-64 jaar	42%	36%	33%
65 jaar en ouder	47%	41%	40%
<b>Ernstig overgewicht (obesitas)</b>			
18-64 jaar	15%	18%	15%
65 jaar en ouder	18%	19%	17%
<b>Geeft mantelzorg</b>			
18-64 jaar	12%	12%	13%
65 jaar en ouder	14%	15%	15%
<b>Hoog risico op angststoornis of depressie (K10)</b>			
18-64 jaar	13%	11%	11%
65 jaar en ouder	5%	4%	4%
<b>Lichte tot ernstige psychische klachten (MHI-5)</b>			
18-64 jaar	24%	23%	23%
65 jaar en ouder	15%	16%	14%
<b>Voldoet aan de beweegnorm</b>			
18-64 jaar	43%	46%	50%
65 jaar en ouder	31%	35%	39%
<b>Sport wekelijks</b>			
18-64 jaar	51%	55%	59%
65 jaar en ouder	31%	34%	39%
<b>Is in het afgelopen jaar gevallen</b>			
65 jaar en ouder	29%	34%	-
<b>Is bang om te vallen</b>			
65 jaar en ouder	7%	6%	-





**GGD**  
Rotterdam-  
Rijnmond