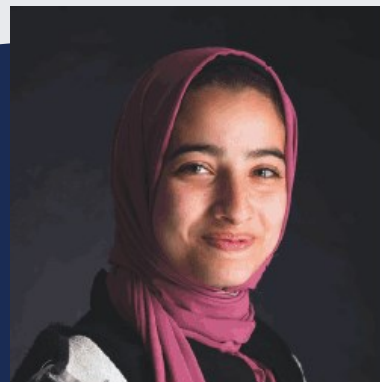


# Gezond in Arnhem

Corona Gezondheidsmonitor  
Volwassenen en Ouderen 2022



**Hoe gaat het  
met u?**



Gelderland-Midden

## Inleiding

Bij rampen en crises is het extra belangrijk om de gezondheidssituatie te volgen. De coronapandemie is daar een voorbeeld van. In het najaar van 2022 is er een extra meting uitgevoerd: de Corona Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2022. Deze meting is vier maanden na afschaffing van de laatste coronamaatregel uitgevoerd.

De Corona Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2022 is een extra editie van de reguliere Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen. Het 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 normaal gesproken elke vier jaar uit, samen met het RIVM, CBS en GGD GHOR Nederland. Dat doen zij in opdracht van de gemeenten. Gemeenten zijn verplicht iedere vier jaar de gezondheidssituatie van inwoners in kaart te brengen. Het laatste regulier uitgevoerde onderzoek was in 2020.

## Nog meer resultaten

Deze rapportage geeft de belangrijkste uitkomsten van het onderzoek op gemeenteniveau. Naast deze rapportage zijn er uitgebreide tabellenboeken beschikbaar. Hierin staan alle uitkomsten, uitgesplitst naar geslacht, leeftijd en opleiding. Waar mogelijk worden de uitkomsten van de gemeente ook vergeleken met de regiocijfers en de totaalcijfers van 2020 en 2016.

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.

### Afkortingen

GM      Gelderland-Midden

## Contact

Heeft u nog vragen over dit onderzoek? Neem dan contact op met het team onderzoek, informatie en advies via [onderzoek@vggm.nl](mailto:onderzoek@vggm.nl).

# Hoe gezond is Arnhem

---

De coronapandemie is voor veel inwoners van Arnhem een bijzondere periode geweest. De effecten zijn niet alleen merkbaar voor de lichamelijke gezondheid maar ook voor het mentale welzijn. 61% van de inwoners van de gemeente Arnhem maakte een heftige gebeurtenis mee die te maken had met de pandemie. Een deel van de inwoners had daar in het najaar van 2022 nog steeds last van. 4% van de inwoners ervaart gevolgen van de uitgestelde zorg, zoals (meer) klachten of stress. 7% van de inwoners is langer dan 3 maanden geleden besmet geweest met het coronavirus en heeft ten tijde van het invullen van de vragenlijst nog steeds klachten.

Gezondheid is niet gelijk verdeeld. We zien vaker gezondheidsproblemen bij mensen met een lage opleiding en ook bij mensen die een (zeer) laag inkomen hebben. Daarnaast zien we bij laagopgeleiden onder andere minder veerkracht, vaker risico op angst of depressie en vaker overgewicht.

Genoeg bewegen, matig alcoholgebruik, niet roken en het voorkomen van overgewicht zijn belangrijke elementen in de leefstijl die de fysieke en mentale gezondheid positief beïnvloeden. In Nederland heeft de helft van de volwassenen overgewicht. Ook in de gemeente Arnhem is het percentage inwoners met overgewicht hoog (46%). 14% van de inwoners heeft zeer ernstig overgewicht (obesitas).

Maar ook factoren buiten het gezondheidsdomein zijn van invloed op gezondheid. In de gemeente Arnhem zijn relatief veel mensen financieel kwetsbaar. Ruim een kwart van de respondenten heeft moeite met rondkomen en 11% heeft financiële problemen. Vergeleken met andere gemeenten wordt er vaker geluidhinder ervaren. Dit zijn factoren die negatief kunnen inwerken op gezondheid.

Sinds 2020 ervaren mensen hun gezondheid minder vaak als (zeer) goed, al voelt 71% van de inwoners in de gemeente zich in het najaar van 2022 vaak nog wel gelukkig. De meeste mensen komen er wel weer bovenop. Maar sommigen staan extra onder druk en hebben een steuntje in de rug nodig. Gemeente, GGD en andere partners hebben een belangrijke rol in het ondersteunen en bemoedigen van een gezonde leefstijl en het bevorderen van een gezonde fysieke en sociale leefomgeving. Gezondheidsachterstanden verkleinen en aandacht voor meer kwetsbare groepen zoals jeugd, jongvolwassenen en ouderen blijven belangrijke opgaven. Met het Nationaal Preventie Akkoord, het Integraal Zorgakkoord en het Gezond en Actief Leven Akkoord verbinden diverse partijen zich aan afspraken om de zorg en ondersteuning aan inwoners te verbeteren, bereikbaar en betaalbaar te houden. De GGD blijft gemeenten daarbij ondersteunen met monitoren, bevorderen en beschermen.



# Algemene kenmerken

## Huishoudsamenstelling



**5%**  
eenoudergezinnen

**31%**

huishoudens met  
thuiswonende kinderen



**69%**  
huishoudens zonder  
thuiswonende kinderen

**28%**

woont alleen



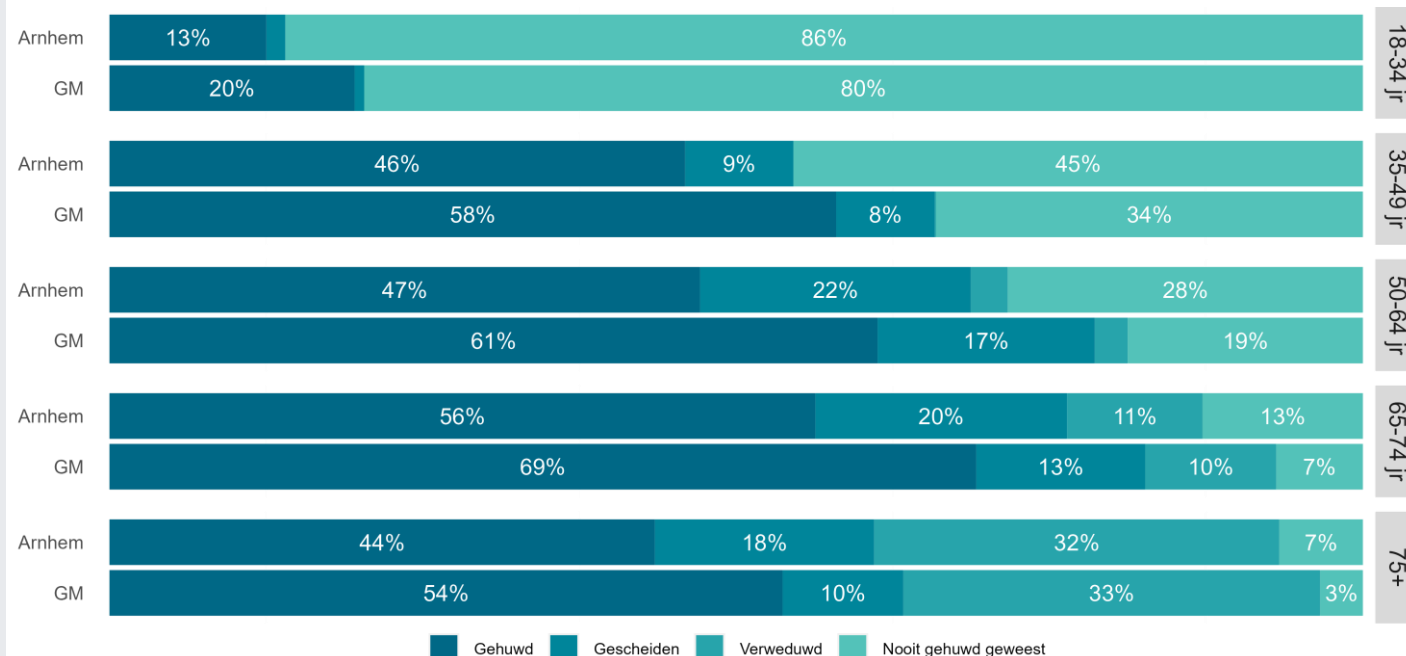
## Deelnemers en respons

In de gemeente Arnhem deden in totaal 2417 volwassenen mee aan de Corona Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2022.

Respons in aantallen en percentages

	Deelgenomen	Respons (%)
18-64 jaar	1150	26%
65 jaar of ouder	1267	46%

## Burgerlijke staat





# Sociaaleconomische positie



26%

heeft moeite met rondkomen

Arnhem 2020: 17%

GM 2022: 17%



37%

heeft geen €1000 voor onverwachte uitgave

Arnhem 2020: 29%

GM 2022: 26%



11%

heeft financiële problemen

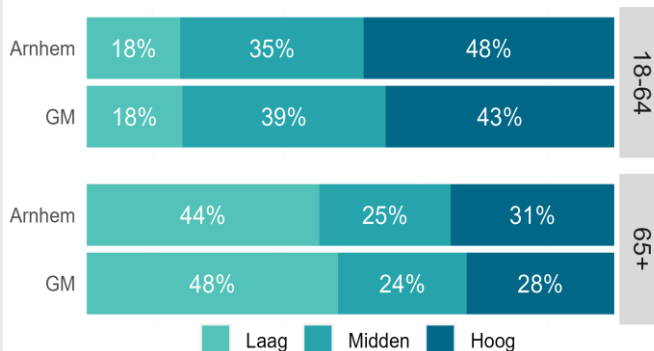
Arnhem 2020: 7%

GM 2022: 6%

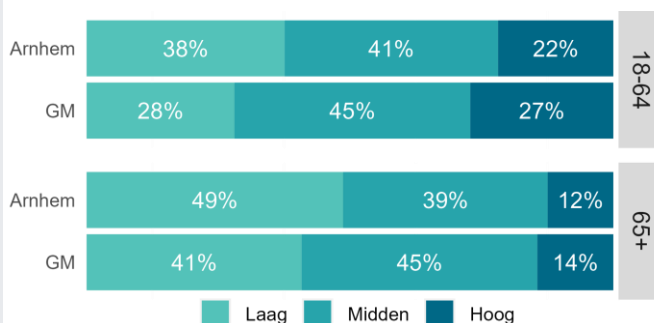
## Gezondheidsachterstanden

Mensen met een lage opleiding en een laag inkomen leven gemiddeld 6 jaar korter dan mensen met een hbo- of universitaire opleiding en een hoog inkomen. Ook leven zij gemiddeld 15 jaar in minder goede gezondheid. Om de gezondheid van de meest kwetsbare inwoners te verbeteren, is het van belang om achterstanden in de sociaal economische positie te verkleinen. Gezondheid wordt bepaald door een combinatie van persoonlijke kenmerken en omstandigheden waarin mensen geboren worden, opgroeien, wonen en werken. Het positief beïnvloeden van gezondheid ligt daarmee maar voor een klein deel in het volksgezondheidsdomein en grotendeels in andere beleidsdomeinen zoals onderwijs, werk en inkomen. (pharos.nl)

## Opleiding



## Inkomen



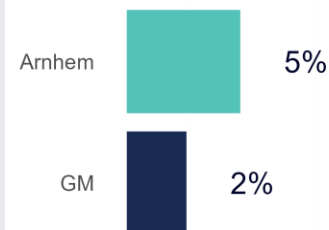
## Volledig arbeidsongeschikt

18-64 jaar



## Heeft een bijstandsuitkering

18-64 jaar





# Leefstijl

Het is belangrijk om overgewicht te voorkomen, veel te bewegen en gezond te eten. Daarnaast wordt aangeraden alcohol en tabak te laten staan. Weten wat goed is voor de gezondheid leidt niet altijd tot het juiste doen. Het helpt om de gezonde keuze, de makkelijke keuze te maken. Het is belangrijk om vanuit meerdere beleidsterreinen hiernaar te kijken.



## 21%

rookt tabaksproducten

Arnhem 2020: 21%

GM 2022: 16%



## 46%

drinkt geen of maximaal één glas alcohol per dag

Arnhem 2020: 43%

GM 2022: 44%

## Voeding

### Eet dagelijks groente



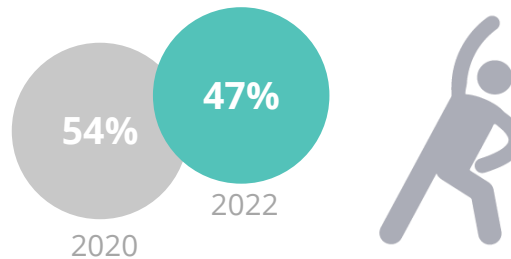
### Eet dagelijks fruit



### Eet dagelijks volkoren producten



## Bewegen

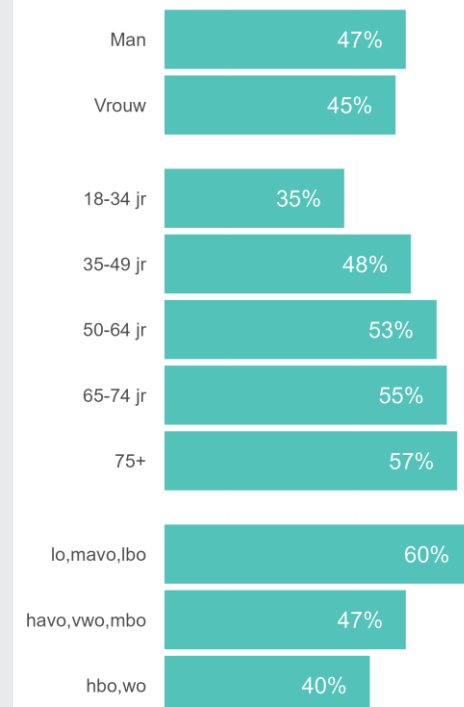


**voldoet aan de beweegrichtlijnen**  
van minstens 150 minuten per week matig intensieve inspanning en minstens tweemaal per week spier- en botversterkende activiteiten



In Arnhem is 30% van de volwassenen lid van een sportvereniging. In regio Gelderland-Midden is dat 31%.

## Overgewicht





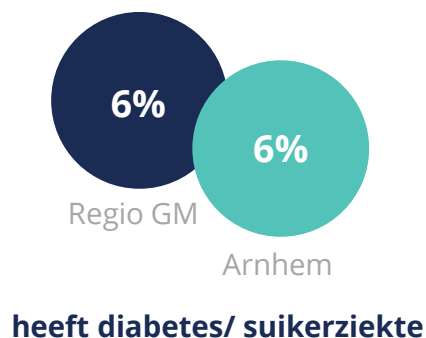
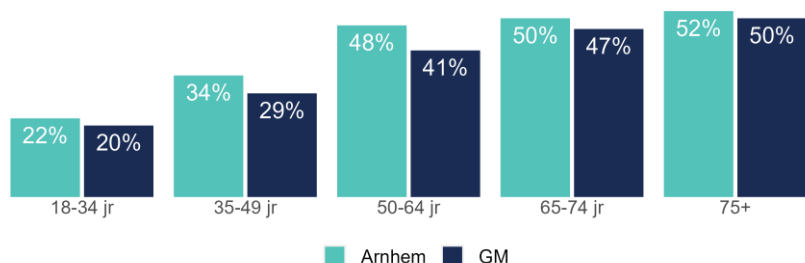


# Lichamelijke gezondheid

## Chronische aandoeningen

Voorbeelden van chronische ziekten zijn hart- en vaatziekten, diabetes, kanker, COPD en dementie/ Parkinson. Het percentage mensen met een chronische aandoening stijgt met de leeftijd.

### Eén of meer langdurige ziekten of aandoeningen (6 maanden of langer)



heeft diabetes/ suikerziekte

## Uitgestelde zorg

In Arnhem had 15% van de volwassenen tijdens de coronaperiode zorg nodig van bijvoorbeeld de huisarts of psycholoog, maar ontving die zorg niet of pas later. 5% van de inwoners heeft de zorg nog niet ontvangen, maar deze wel nodig.

4% 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.

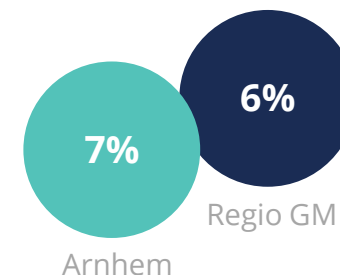
## Niet-specifieke klachten

Na ingrijpende gebeurtenissen kunnen mensen bepaalde gezondheidsklachten ontwikkelen die moeilijk te diagnosticeren zijn. 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) questionnaire om tot de onderstaande resultaten te komen.

In Arnhem rapporteerde 70% van de volwassenen zes of meer gezondheidsklachten in de laatste maand. 65% heeft chronisch last van klachten (langer dan zes maanden) en 59% heeft in het laatste jaar de huisarts bezocht voor deze klachten.

## Langdurige klachten na coronabesmetting

Long covid of post-COVID refereren aan 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.



**is langer dan 3 maanden geleden besmet geweest met het coronavirus en heeft nog last van klachten**



# Mentale gezondheid

## 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 echter leiden tot psychische klachten of een burn-out.

In de gemeente Arnhem ervaart 27% van de inwoners van 18 jaar en ouder (heel) veel stress op één of meerdere gebieden. 21% van de inwoners ervaart stress op twee of meer gebieden. In de regio is dit 16%.

Top 5 bronnen van stress in de gemeente:

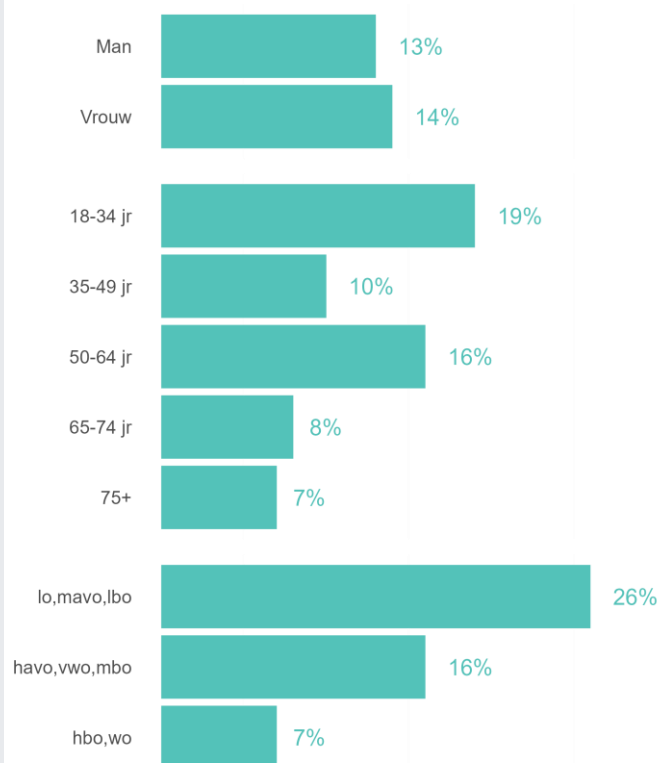
1. Werk (15%)
2. Gezondheid (13%)
3. Geldzaken (12%)
4. Familie of vrienden (9%)
5. Wonen (7%)



## Angststoornis of depressie

Voor screening op angst en depressie is gebruik gemaakt van de Kessler-10 vragenlijst. 14% van de inwoners van Arnhem heeft een hoog risico op een angststoornis of depressie. In Gelderland-Midden is dit 9%.

### Hoog risico op angst en depressie



## Suicidegedachten

Suicide is het opzettelijk een einde maken aan het eigen leven. Suicide wordt ook wel zelfdoding genoemd. In de laatste twaalf maanden heeft 14% van de inwoners van Arnhem een enkele keer of zelfs vaak, serieus nagedacht over suicide. In Gelderland-Midden is dit 12%. Ongeveer 1% denkt (heel) vaak serieus na over suicide.

## Heftige gebeurtenissen

In Arnhem maakte 70% van de volwassenen in de coronaperiode een heftige gebeurtenis mee. 32% van de inwoners heeft daar nog last van. 5% van de inwoners heeft er nog zoveel last van dat ze een verhoogd risico hebben op PTSS.

Een deel van de heftige gebeurtenissen die men meemaakte in de coronaperiode, had te maken met het virus en de maatregelen. 61% van de inwoners maakte een heftige coronagerelateerde gebeurtenis mee. 23% heeft daar nog last van. 3% van de inwoners heeft een verhoogd risico op PTSS door het meemaken van een heftige coronagerelateerde gebeurtenis.





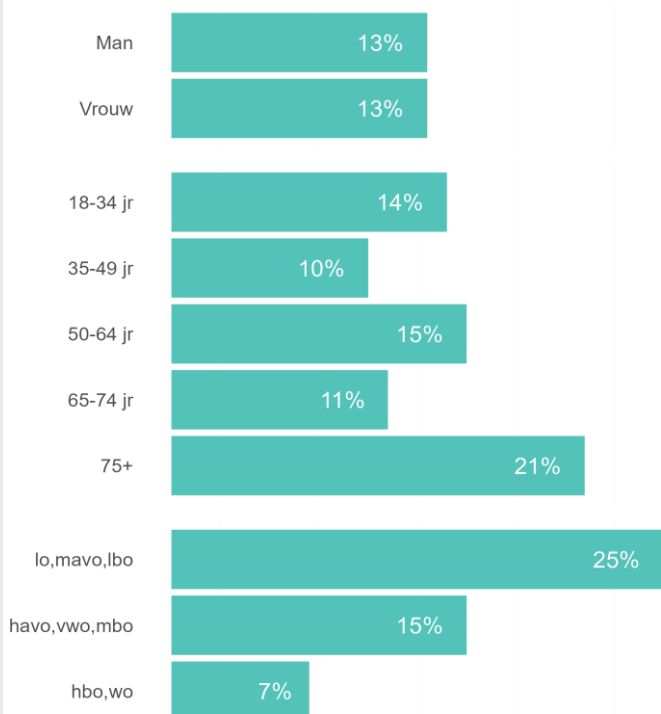
# Veerkracht

## Regie eigen leven

Regie over het eigen leven is belangrijk. Als mensen zelf in staat zijn om de keuzes over hun eigen leven te maken, verhoogt dit de kwaliteit van leven.

In Arnhem heeft 13% van de volwassenen onvoldoende regie over het eigen leven. In Gelderland-Midden is dat 12%.

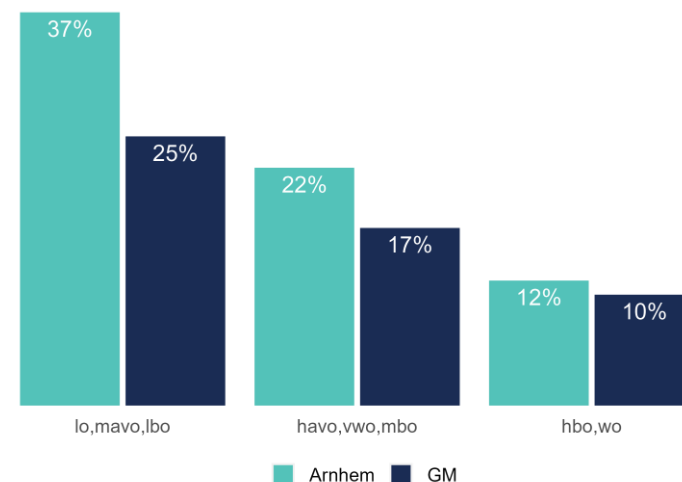
### Ervaart onvoldoende regie over eigen leven



## Veerkracht

Veerkracht laat zien hoe iemand zich aanpast aan de uitdagingen van het leven. Om dit te meten is gebruik gemaakt van de Brief Resilience Scale (BRS), 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.

### (Zeer) lage veerkracht



## Gevolgen coronaperiode

In de gemeente ervaren inwoners nog positieve en negatieve gevolgen van de coronaperiode.

### Top 3 **positieve** gevolgen:

1. Thuis werken of thuis onderwijs volgen (23%)
2. Betere balans tussen werk/studie en privé (18%)
3. Meer rust (17%)

### Top 3 **negatieve** gevolgen:

1. Minder contact met familie of vrienden (19%)
2. Beweegt minder (13%)
3. Zit minder goed in zijn/haar vel (12%)



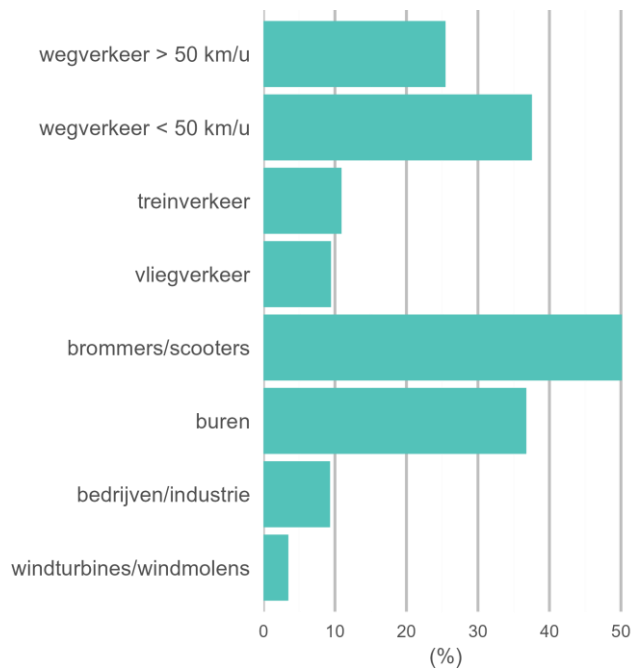
# Fysieke leefomgeving

## Geluidhinder

Geluidhinder kan een zeer negatief effect op de gezondheid hebben. De belangrijkste gezondheidseffecten zijn:

- (ernstige) hinder en slaapverstoring;
- negatieve invloed op het leervermogen;
- verhoogde bloeddruk en hart- en vaatziekten.

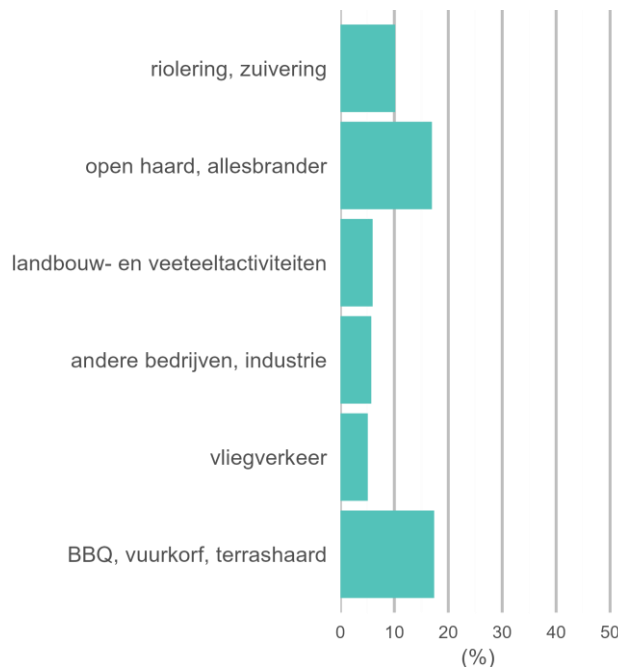
### Matige of ernstige geluidhinder



Kijk voor meer informatie over leefomgeving op de website [GGDleefomgeving.nl](https://www.ggdleefomgeving.nl).

## Geurhinder

### Matige of ernstige geurhinder



Geur speelt een rol in de kwaliteit van de leefomgeving. Als mensen geurhinder hebben leidt dat vaak tot ergernis en ook ongerustheid over de gezondheid. Dat kan weer leiden tot stress, hoofdpijn, misselijkheid, benauwdheid en slapeloosheid. Daarnaast kan geurhinder ongezond gedrag uitlokken, zoals minder ventileren.

## Woning



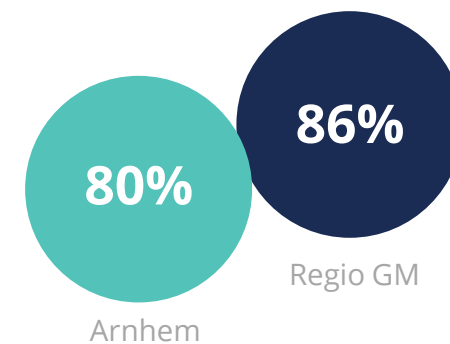
# 84%

is tevreden over de woning (rapportcijfer van 7 of hoger)

Arnhem 2020: 87%

GM 2022: 88%

## Woonomgeving



is tevreden over de woonomgeving (rapportcijfer van 7 of hoger)

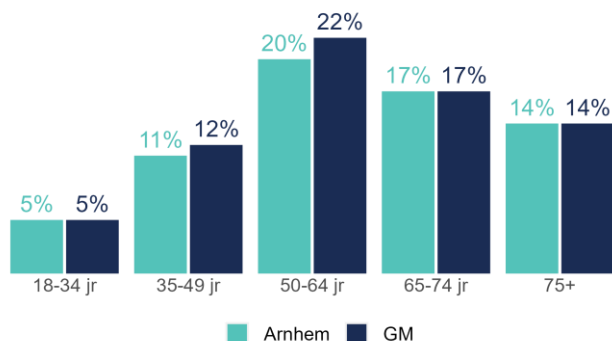


# Sociale leefomgeving

## Mantelzorg geven

Mantelzorg is de zorg die iemand geeft aan een bekende die voor langere tijd ziek, hulpbehoevend of gehandicapt is. Iemand is mantelzorger als de zorg minimaal die maanden duurt of als degene zorg biedt voor minimaal acht uur per week.

### Mantelzorger



**25%**  
van de mantelzorgers  
vindt het (zeer) zwaar  
of is overbelast

Arnhem 2020: 18%

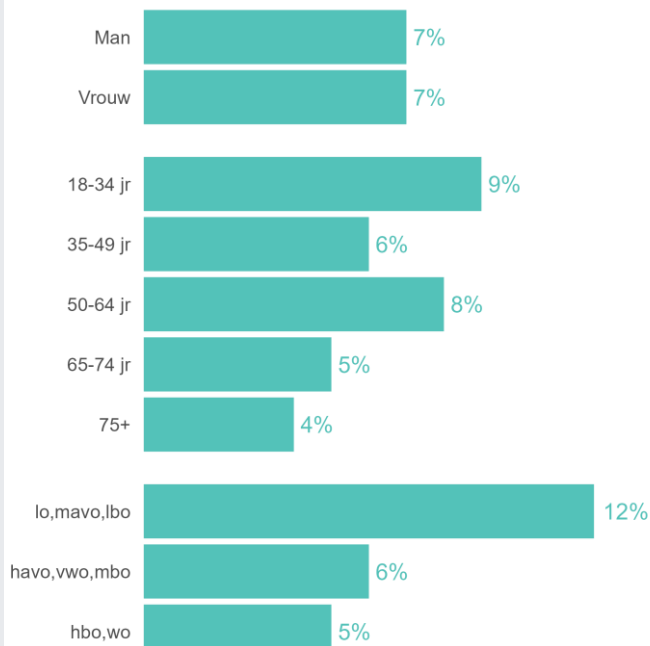
GM 2022: 20%

## 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 de gemeente Arnhem mist 7% emotionele steun. In Gelderland-Midden is dat 5%.

### Mist emotionele steun



**21%**

doet vrijwilligerswerk

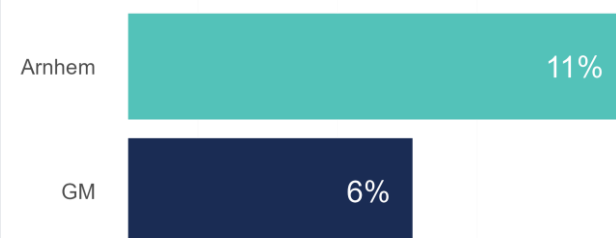
Arnhem 2020: 21%

GM 2022: 28%

## Sociale uitsluiting

Sociale uitsluiting is het onvermogen van mensen om volledig deel te nemen aan het maatschappelijk leven. Sociale uitsluiting is 'er niet bij horen'. Mensen die sociaal uitgesloten zijn, ervaren hun gezondheid minder vaak als goed en hebben vaker mentale problemen.

### Matig tot sterk sociaal uitgesloten





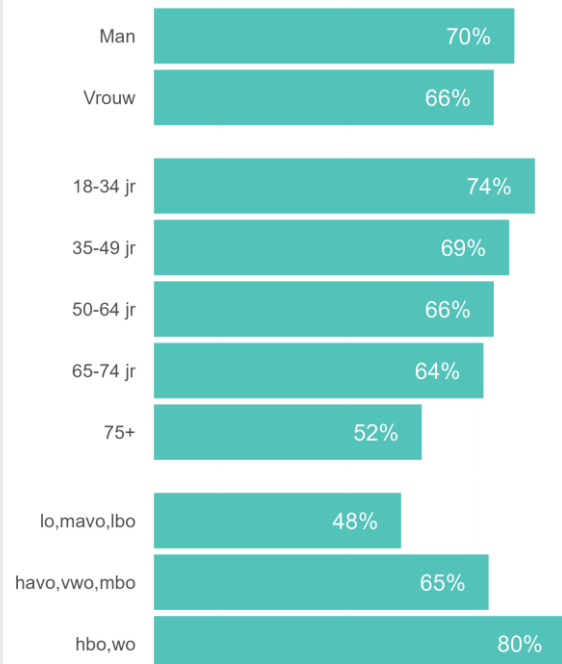
# Kwaliteit van leven

## Ervaren gezondheid

Gezondheid is meer dan de afwezigheid van lichamelijke klachten. Ervaren gezondheid geeft de mening over de eigen gezondheid weer. Het omvat daarmee alle aspecten van gezondheid.

In Arnhem ervaart 68% van de inwoners een (zeer) goed ervaren gezondheid. In Gelderland-Midden is dat 71%.

### (Zeer) goed ervaren gezondheid

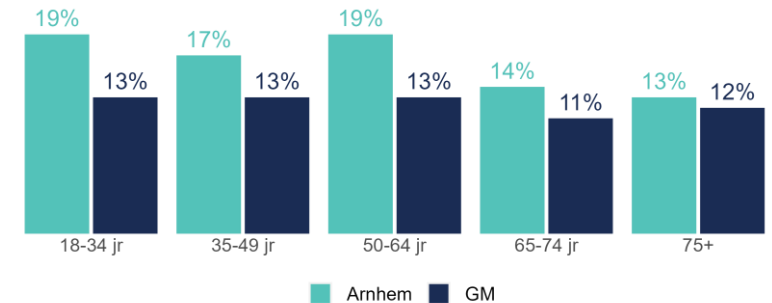


## Eenzaamheid

Eenzaamheid is het missen van een betekenisvolle band met anderen (emotionele eenzaamheid). Of iemand heeft minder contact met andere mensen dan diegene wil (sociale eenzaamheid). Iemand kan beide vormen van eenzaamheid ervaren.

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 GALA.

### (Zeer) ernstig eenzaam



## Geluk

Geluk is levensvoldoening en plezier hebben in het leven dat je leidt. Als iemand gelukkig is, heeft dat een positieve invloed op zijn/haar omgeving. Gezondheid is een van de belangrijkste voorspellers van geluk.

Van de inwoners van Arnhem met een (zeer) goed ervaren gezondheid is 83% gelukkig. Van de inwoners die hun gezondheid als (zeer) slecht ervaren is 29% gelukkig.



71%  
voelt zich gelukkig

GM 2022: 77%

**GGD Gelderland-Midden**  
is onderdeel van de Veiligheids- en Gezondheidsregio Gelderland-Midden



**GGD Gelderland-Midden**

Postbus 5364  
6802 EJ ARNHEM

T 0800 8446 000  
E [ggd@vggm.nl](mailto:ggd@vggm.nl)  
I [www.ggdgm.nl](http://www.ggdgm.nl)



**Gelderland-Midden**