

# Nieuwsbrief mei 2017

## Gezondheidsmonitor Kennemerland; inwoners voelen zich gezond en sporten meer dan landelijk



Ruim driekwart van de inwoners van Kennemerland ervaart zijn gezondheid als goed of zeer goed. Daarmee doet Kennemerland het goed in vergelijking met andere GGD-regio's. Ook heeft Kennemerland meer sportende inwoners dan landelijk. Daarentegen zijn er in onze regio meer ouderen die overmatig drinken. Dit en veel meer blijkt uit het grootschalige Gezondheidsmonitor onderzoek van GGD Kennemerland onder volwassenen (19 t/m 64 jaar) en ouderen (65 jaar en ouder). De resultaten leveren informatie voor gemeentelijk gezondheidsbeleid en bieden aanknopingspunten voor preventie.

### Landelijk onderzoek

Bijna 16.000 Kennemerlandse inwoners van 19 jaar en ouder vulden eind 2016 een vragenlijst in over hun gezondheid, welbevinden en leefstijl. Het onderzoek is gelijktijdig uitgevoerd door alle GGD'en in Nederland, net als in 2012. Door de gezamenlijke aanpak van GGD'en, het Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS) en het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM) kunnen cijfers van de GGD-regio's worden vergeleken met het landelijke gemiddelde.

### Kwaliteit van leven

Verreweg de meeste mensen (91%) geven aan voldoende regie over hun eigen leven te hebben. 1 op de 3 inwoners heeft één of meer langdurige ziekten. 41% van de mensen is matig of ernstig eenzaam, 9% is ernstig eenzaam. Ouderen zijn vaker eenzaam dan volwassenen (47% versus 39%), maar ernstige eenzaamheid komt bij beide leeftijdsgroepen even vaak voor. 6% van de inwoners heeft dit jaar suïcidale gedachten gehad. Ruim de helft van hen (57%) heeft hier met iemand over gesproken.

### Leefstijl

Wat betreft gunstige leefstijlfactoren wijst de Gezondheidsmonitor uit dat 65% van de inwoners aan de landelijke beweegnorm voldoet. Daarnaast sport 61% van de volwassenen en 40% van de ouderen in Kennemerland minstens één keer per week, landelijk is dat respectievelijk 56% en 35%.

Bijna de helft van de inwoners heeft matig of ernstig overgewicht. 13% heeft ernstig overgewicht, in 2012 was dat nog 11%. Van de mensen met overgewicht is 1 op de 3 zich daar niet van bewust. In Kennemerland zijn er meer ouderen die overmatig drinken dan landelijk: 26% versus 21%. Eén op de vijf inwoners rookt. Van alle Kennemerlandse inwoners woont 80% in een rookvrij huis.

## Moeite met rondkomen

18% van de inwoners van Kennemerland heeft enige of grote moeite om rond te komen van hun inkomen. Dit is lager dan vier jaar geleden, toen nog 23% moeilijk kon rondkomen. Volwassenen hebben vaker moeite met rondkomen dan ouderen (19% versus 13%).

## Meer resultaten

Meer resultaten, ook op gemeenteniveau, zijn te vinden op [www.gezondheidsatlaskennemerland.nl](http://www.gezondheidsatlaskennemerland.nl). Later dit jaar verschijnen daar tevens de resultaten van verdiepend onderzoek naar thema's als gewichtsvermindering, suïcide, fysieke omgeving en sociaal economische gezondheidsverschillen.

---

## Hoe vaak komen suïcidale gedachten voor en hoe groot is het taboe op depressie? Lees de factsheet



In de regio Kennemerland hebben 24.000 volwassenen suïcidale gedachten (19 jaar en ouder) en bijna de helft praat daar met niemand over. De afgelopen vijf jaar hebben 252 inwoners van regio Kennemerland zelf hun leven beëindigd. Dit zijn de schokkende cijfers waarmee op 18 mei in het stadhuis in Haarlem de aftrap werd gegeven door wethouder Jur Botter (welzijn, volksgezondheid) voor de proefaanpak van de bestrijding van suïcide.

Speciaal voor dit publieke evenement bracht de GGD een **factsheet Praten Helpt** uit voor alle partijen in het 'Suïcidepreventie Actienetwerk' over de omvang van suïcidale gedachten, het taboe op depressie en de weg naar hulp in regio Kennemerland. Het 'Suïcidepreventie Actienetwerk' bestaat naast de GGD uit de volgende partijen: zorg, onderwijs, gemeenten, politie, spoorsector,

UWV, (sport)verenigingen, kerken en andere partijen die de krachten bundelen in de strijd tegen suïcide.

Voor meer informatie over dit onderzoek kunt u contact opnemen met Saskia Méréle ([smerelle@ggdkennemerland.nl](mailto:smerelle@ggdkennemerland.nl)).

---

## Is overmatig gamen of sociale media gebruiken ongezond voor jongeren? Lees de publicatie

Regelmatig verschijnen berichten in de media over hoe schadelijk digitale technologie is voor de gezondheid van de jeugd. Het team epidemiologie van GGD Kennemerland heeft daarom uitgezocht welke gezondheidsproblemen jongeren hebben die overmatig gamen of sociale media gebruiken.

Hiervoor is samengewerkt met de afdeling klinische psychologie van de VU in Amsterdam en met het wetenschappelijk bureau verslavingsonderzoek IVO in Rotterdam. Om zoveel mogelijk gegevens te kunnen analyseren van de jeugdmonitor Emovo is tevens samengewerkt met GGD Hollands-Noorden: ruim 21.000 leerlingen zijn onderzocht.



De resultaten van dit onderzoek zijn gepubliceerd in een speciaal nummer van het wetenschappelijk tijdschrift *Clinical Neuropsychiatry* dat over problematisch internetgebruik gaat. Uit het artikel blijkt dat jongens vooral risico lopen op problematisch gamen en meisjes op problematisch gebruik van sociale media.

Verder laat het onderzoek zien dat problematisch gamen samengaat met psychische gezondheidsproblemen (vooral suïcidale gedachten en gedragsproblemen) en sedentair gedrag. Problematisch sociale mediagebruik hangt ook samen met psychische gezondheidsproblemen (vooral hyperactiviteit en gedragsproblemen) en sedentair gedrag. Er is geen verband gevonden met ingrijpende gebeurtenissen, voeding en middelengebruik zoals roken of alcohol.

### **Aanbevelingen voor de praktijk**

De epidemiologen adviseren om bij jongeren die problematisch gamen of sociale mediagebruiken aandacht te besteden aan hun psychische gezondheid en het bewegen bij deze groep te stimuleren. Het is niet zozeer dat deze digitale technologie de capaciteiten van kinderen aantast. Het is meer dat het schadelijk is wanneer dit gebruik andere activiteiten vervangt. Bijvoorbeeld het niet meer buiten spelen of met het niet meer met vrienden afspreken door het vele gamen.

### **Meer informatie**

Het wetenschappelijk artikel is te vinden in [de Gezondheidsatlas](#) van GGD Kennemerland.

---

### **Netwerkbijeenkomst 'Seksuele en reproductieve gezondheid vluchtelingen'**

Samen met het OndersteuningsTeam Asielzoekers en Vergunninghouders (OTAV/VNG) organiseert GGD Kennemerland de derde regionale netwerkbijeenkomst "Gezond en Veilig (ver)blijven vluchtelingen in Kennemerland' op donderdag 8 juni.

Dit platform beoogt het versterken van de samenwerking tussen (zorg)professionals, ambtenaren en beleidsmakers in de zorg voor vergunninghouders.



Asielzoekers en vluchtelingen lopen meer risico's en zijn extra kwetsbaar voor seksueel geweld, seksuele uitbuiting, ongewenste zwangerschap en soa/hiv dan andere groepen. Tevens blijkt dat zij oververtegenwoordigd zijn als het gaat om tienermoeders, abortus, moedersterfte en vrouwelijke genitale verminking. Dit alles vraagt om extra hulp en zorg voor deze groep, voor, tijdens en na de zwangerschap. Maar hoe pak je dit aan?

GGD Kennemerland nodigt u uit om hierover met elkaar in gesprek te gaan en de samenhang en samenwerking tussen partijen rond het thema seksualiteit en zwangerschap te versterken.

Het programma op 8 juni a.s. is als volgt:

**17.00 – 17.15 Opening door Dareen Hasan**

Dareen is een journaliste uit Syrië en woont nu in Haarlem. Zij schrijft voor kranten, heeft een blog en maakt documentaires over oa vrouwenrechten en seksualiteit in het midden oosten. Dareen zal de bijeenkomst openen met een actuele schets van vrouwenrechten in Syrië.

**17.15 – 18.00 Praten over relaties en (seksuele) gezondheid**

Milleke de Neef is onderzoekster bij de Rutgers. Afgelopen jaar deed zij onder andere onderzoek onder Syrische vluchtelingen in Nederland. Hoe praten mensen in Syrië over relaties en seksualiteit, hoe wordt daar voorlichting gegeven? Wat zijn de wensen en behoeften van Syrische mensen om hierover te praten? Milleke vertelt haar bevindingen uit dit onderzoek en reikt tools aan die je kunt gebruiken in gesprek met deze doelgroep.

**18.00 – 18.30 De praktijk in Nederland**

Dieuwke Ottens is verloskundige en consulent seksuele gezondheid in Haarlem. Zij deelt haar ervaringen met vrouwen van Syrische en Eritrese afkomst. Daarnaast heeft zij onlangs een groepsbijeenkomst voor Syrische vrouwen en één voor Eritrese vrouwen georganiseerd. Zij zal haar ervaringen hierover delen.

**18.30 – 19.00 Change Plus**

Binnen het project Change Plus van Federatie Somalische Associaties Nederland (FSAN) worden sleutelpersonen van Somalische en Eritrese afkomst getraind om thema's rond seksualiteit, anticonceptie en vrouwenbesnijdenis bespreekbaar te maken. Amy en Sara zijn sleutelpersonen in dit project. Zij vertellen hun ervaringen met huiskamergesprekken, een cursus die zij geven in Amsterdam en geven tips voor het organiseren van groepsbijeenkomsten.

**19.00 – 20.00 Aan tafel met**

Onder het genot van een heerlijke maaltijd van [de Wereldkeuken](#) wordt aan tafel verder gepraat. De sprekers zullen bij de verschillende tafels aansluiten, zodat vragen kunnen worden gesteld, tips kunnen worden gegeven en ervaringen kunnen worden uitgewisseld.

Mocht u zich vooraf willen inlezen op bovengenoemde onderwerpen vindt u veel informatie op de website van [Pharos](#) en [VNG](#).

Aanmelden kan via [inschrijving](#).