



GGD
Amsterdam



Gezondheid en welbevinden in stadsdeel Centrum

Resultaten Amsterdamse Gezondheidsmonitor 2020

Deze rapportage brengt de gezondheid en het welbevinden van inwoners van 18 jaar en ouder uit stadsdeel Centrum in beeld. De gegevens zijn afkomstig uit de Amsterdamse Gezondheidsmonitor 2020.

Gezondheid en welbevinden in stadsdeel Centrum

Kernpunten

- Ruim acht op de tien inwoners van stadsdeel Centrum ervaren de eigen gezondheid als (zeer) goed. Dat is meer dan gemiddeld in Amsterdam.
- Overgewicht, obesitas en te weinig lichaamsbeweging komen in Centrum minder vaak voor dan stedelijk. Ook voelen minder inwoners uit Centrum zich eenzaam.
- Negatief: de cijfers voor alcohol- en drugsgebruik liggen in Centrum hoger dan stedelijk, vooral in Centrum-West.
- Inwoners van Centrum-Oost rapporteren minder psychische klachten en ervaren minder eenzaamheid dan stedelijk.
- Positieve trends in Centrum ten opzichte van 2016 zijn de daling van obesitas, roken, alcohol- en lachgasgebruik.
- Nog meer goed nieuws: in vergelijking met 2016 rapporteren minder 65-plussers een valongeval of beperkingen bij het uitvoeren van dagelijkse activiteiten.

Amsterdamse Gezondheidsmonitor 2020

De cijfers in deze factsheet zijn afkomstig uit de Amsterdamse Gezondheidsmonitor 2020 (AGM). Dit is de vierjaarlijkse gezondheidsenquête van de GGD Amsterdam onder zelfstandig wonende Amsterdammers van 18 jaar en ouder. De GGD en de gemeente gebruiken deze gegevens bij het opstellen van gemeentelijk gezondheidsbeleid.

De AGM 2020 bestond uit een enquête via post en internet. Er deden 10.204 Amsterdammers mee aan het onderzoek, van wie 952 inwoners uit stadsdeel Centrum (respons: 39%). De steekproef werd getrokken uit het bevolkingsregister. De gegevens zijn gewogen naar de bevolkingsopbouw. Verschillen tussen groepen en trends zijn statistisch getoetst en zijn statistisch significant als de kans op toeval kleiner is dan 5% ($p < 0,05$). In de tabel wordt dit met * aangegeven. Alleen statistisch significante verschillen worden in de tekst vermeld. Informatie over de samenstelling van de bevolking staat in tabel 1. Een overzicht van de cijfers van stadsdeel Centrum staat in tabel 2 van [hoofdstuk 7](#).

Effect coronacrisis

De Amsterdamse Gezondheidsmonitor 2020 is uitgevoerd in het najaar van 2020, tijdens de tweede coronagolf. In de enquête is gevraagd om aan te geven wat de invloed van de coronacrisis was op een groot aantal gezondheidsthema's. De uitkomsten laten zien dat de coronacrisis een ongunstige invloed had op het mentale en sociale welbevinden en het beweeggedrag van inwoners van Centrum. Bij jongvolwassenen is het negatieve effect van de coronacrisis op het mentale welbevinden het grootst. Positief: inwoners van stadsdeel Centrum geven aan dat zij minder alcohol en drugs gebruiken door de coronacrisis.

Inhoudsopgave

1	Gezondheid en aandoeningen	3
2	Functionele beperkingen	4
3	Mantelzorg	5
4	Mentale gezondheid	6
5	Genotmiddelen	7
6	Leefgewoonten	8
7	Cijfers stadsdeel Centrum	9

Tabel 1: Bevolking Centrum

Bevolking	Centrum	Amsterdam
Inwoners ¹	87.310	872.380
Van wie: 18+ jaar	78.575	724.808
Leeftijd¹	%	%
18-34 jaar	38	38
35-64 jaar	45	46
65 jaar of ouder	17	15
Herkomst (18+)	%	%
Nederlands	56	47
Niet-westers	16	34
Westers	28	20
Sociaaleconomische positie	%	%
Laagopgeleid ²	12	23
Huishoudens met laag inkomen ³	13	17
Werklozen ⁴	4	4

[1] Peildatum 1-1-2020. Bron: OIS [2] Aandeel laagopgeleide inwoners van 15 t/m 74 jaar (max. vmbo), 2018. Bron: CBS/bewerking OIS [3] Huishoudens met inkomen tot 120% van het wettelijk sociaal minimum, exclusief studentenhuishoudens en instituten, 2018. Bron: OIS [4] Werkloze beroepsbevolking 15 t/m 74 jaar, 2019 Bron: OIS

1

Gezondheid en aandoeningen

Hoe gezond voelen inwoners van Centrum zich? Hoeveel van hen hebben een langdurige ziekte of aandoening? Langdurige ziekten of aandoeningen kunnen mensen beperken in het dagelijks functioneren en kunnen leiden tot minder maatschappelijke participatie.

85% ervaart een (zeer) goede gezondheid; 65.000 inwoners

- De gezondheidsbeleving in Centrum is gunstiger dan gemiddeld in Amsterdam (79%). Centrum-Oost (88%) heeft het hoogste cijfer.
- 18- t/m 34-jarigen (92%) ervaren hun gezondheid vaker als (zeer) goed dan 35- t/m 64-jarigen (84%) en 65-plussers (73%).

Trend: onveranderd

Risicogroep (geen goede ervaren gezondheid): 65+

28% rapporteert een langdurige ziekte of aandoening; 21.000 inwoners

- Inwoners Centrum rapporteren even vaak een aandoening als gemiddeld in Amsterdam (29%).
- Met de leeftijd neemt de kans op een aandoening sterk toe: van 21% bij 18- t/m 34-jarigen tot 43% onder 65-plussers.

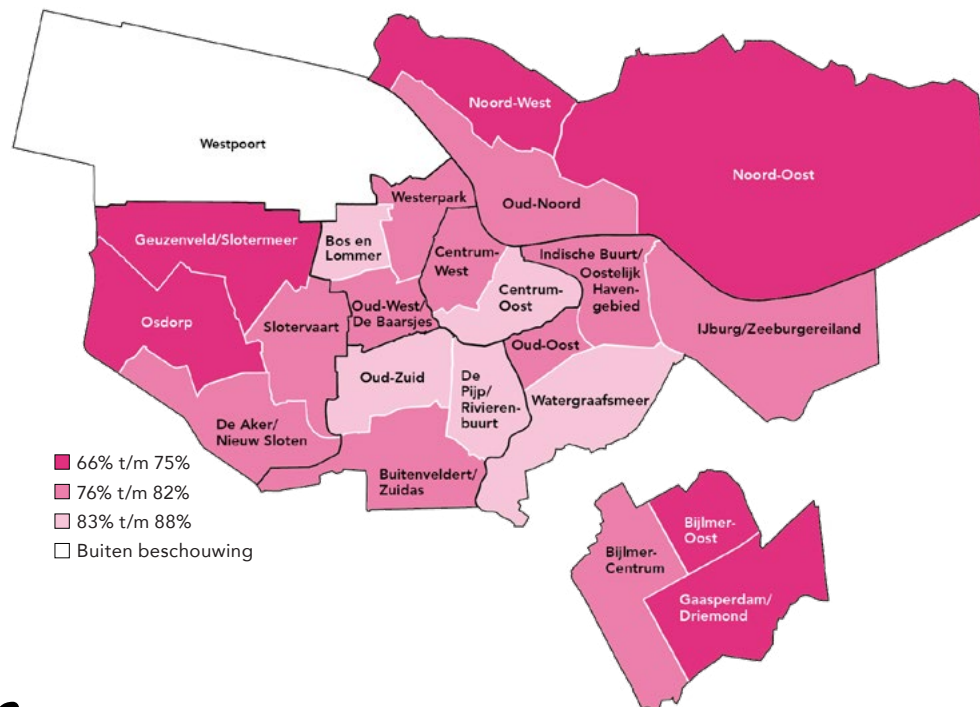
Trend: onveranderd

Risicogroep: 65+

! Stedelijke risicogroepen gezondheid en aandoeningen

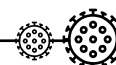
Een ongunstige gezondheidsbeleving en langdurige ziekten of aandoeningen komen in Amsterdam vaker voor bij vrouwen, 55-plussers, inwoners met een niet-westerse migratieachtergrond en gescheiden of verweduwd inwoners. Ook sociaaleconomisch kwetsbare inwoners vormen een risicogroep.

Figuur 1: Amsterdammers van 18 jaar of ouder met een (zeer) goede ervaren gezondheid naar gebied (%)



Invloed coronacrisis op gezondheid

Van de inwoners van stadsdeel Centrum geeft 16% aan dat hun algemene gezondheid is verslechterd door de coronacrisis. Bij 9% is de algemene gezondheid juist verbeterd. Ook in heel Amsterdam geven inwoners iets vaker een verslechtering (14%) dan een verbetering (10%) aan.



2

Functionele beperkingen en valongevallen bij 65-plussers

Hoeveel 65-plussers hebben te maken met problemen in het dagelijks functioneren, zoals moeite met traplopen, zich wassen of huishoudelijk werk? Hoeveel 65-plussers zijn in het afgelopen jaar gevallen? Functionele beperkingen en valongevallen leiden niet alleen tot zorggebruik, maar ook tot minder participatie en meer sociaal isolement.

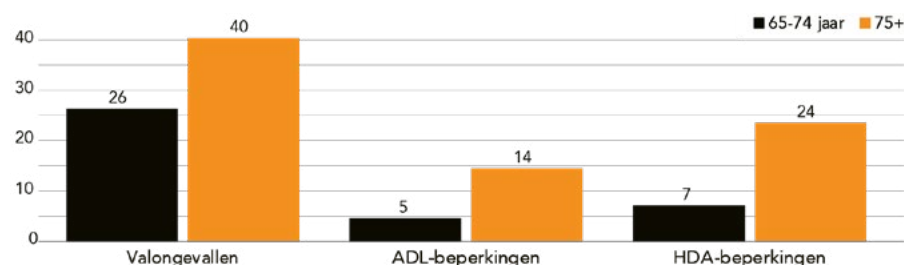
Ruim 4.000 65-plussers (31%) in laatste jaar 1 of meer keer gevallen

- Valongevallen komen bij 65-plussers uit Centrum even vaak voor als in heel Amsterdam.
- Het cijfer neemt toe met de leeftijd. Van de 75-plussers is 40% in het voorgaande jaar weleens gevallen.

Trend: daling ↓

Risicogroep: 75+

Figuur 2: Functionele beperkingen en valongevallen onder 65-plussers in Centrum (%)



- Beperkingen bij activiteiten van het dagelijks leven (ADL)
 - Persoonlijke verzorging: eten en drinken, opstaan en gaan zitten, aan- en uitkleden, zich wassen
 - Mobiliteit: traplopen, verplaatsen in en buitenshuis
- Beperkingen bij huishoudelijke dagelijkse activiteiten (HDA)
 - Boodschappen doen, koken, licht of zwaar huishoudelijk werk

1.000 65-plussers (8%) beperkingen bij activiteiten van het dagelijks leven (ADL)

- ADL-beperkingen komen in Centrum minder voor dan stedelijk (15%).
- Zowel Centrum-West (8%) en Centrum-Oost (7%) scoren lager dan gemiddeld in Amsterdam.
- ADL-beperkingen nemen toe met de leeftijd. Van de 75-plussers heeft 14% hiermee te maken.

Trend: daling

Risicogroep: 75+

1.600 ouderen (12%) moeite met huishoudelijke dagelijkse activiteiten (HDA)

- HDA-beperkingen komen in Centrum minder vaak voor dan stedelijk (21%).
- Laagste cijfer in Centrum-West (11%).
- HDA-beperkingen nemen toe met de leeftijd, van 7% onder 65- t/m 74-jarigen tot 24% onder 75-plussers.

Trend: onveranderd

Risicogroep: 75+



Stedelijke risicogroepen functionele beperkingen en valongevallen 65-plussers

Beperkingen in het dagelijks leven en valongevallen komen in Amsterdam vaker voor bij vrouwen, 75-plussers, inwoners met een niet-westerse migratieachtergrond en gescheiden of verweduwd inwoners. Ook sociaaleconomisch kwetsbare inwoners vormen een risicogroep.



3

Mantelzorg

Mantelzorg is de zorg die iemand verleent aan een bekende die voor langere tijd ziek, hulpbehoevend of gehandicapt is. We hanteren als definitie dat deze zorg minstens 8 uur per week gegeven wordt en/of minstens 3 maanden.

8.000 mantelzorgers (11%) in Centrum

- Inwoners uit Centrum geven ongeveer even vaak mantelzorg als inwoners uit de andere stadsdelen (9%).
- Vooral 55- t/m 64-jarigen uit Centrum verlenen mantelzorg (20%).
- 1.400 mantelzorgers (18%) in stadsdeel Centrum zijn zwaar- of overbelast. Dat komt overeen met het stedelijke cijfer (16%).
- 6% van de mantelzorgers in Amsterdam gebruikt het ondersteuningsaanbod.¹

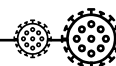
Trend: onveranderd

Risicogroep: 55-64 jaar



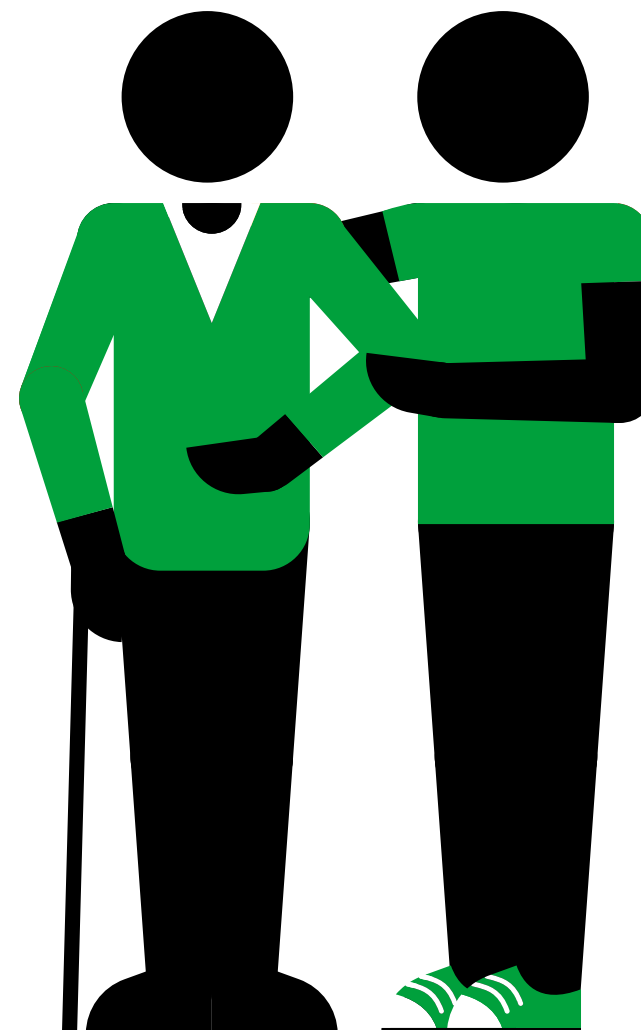
Stedelijke risicogroepen mantelzorg

In Amsterdam geven vrouwen, 45- t/m 74-jarigen en inwoners met een Nederlandse achtergrond relatief vaak mantelzorg. De belasting van mantelzorgers is hoger bij de groep die minimaal 8 uur per week zorg verleent en bij mantelzorgers die zorgen voor kind(eren).



Invloed coronacrisis en mantelzorg

Door de coronacrisis geeft 5% van de inwoners van Centrum meer mantelzorg. Daartegenover verleent 3% minder mantelzorg.



[1] Het aantal respondenten is te klein om een stadsdeeltijfer te kunnen laten zien.

4

Mentale gezondheid

Hoeveel inwoners van Centrum hebben te maken met psychische klachten, eenzaamheid of stress? Ervaren mensen controle over hun eigen leven en hoe veerkrachtig zijn zij? De gemeente heeft een verantwoordelijkheid in het ondersteunen van mensen met psychische problemen, gericht op het versterken van de eigen regie, zelfredzaamheid en het sociale netwerk.

8% ervaart ernstige psychische klachten; 6.000 inwoners

- Inwoners uit Centrum hebben vrijwel even vaak psychische klachten als gemiddeld in Amsterdam (9%).
- Het laagste cijfer vinden we in Centrum-Oost (5%).

Trend: onveranderd

11% is ernstig eenzaam; 8.000 inwoners

- Ernstige eenzaamheid komt vaker voor bij 18- t/m 34-jarigen (32%) dan bij 35- t/m 64-jarigen (20%) en 65-plussers (8%).
- In Centrum komt eenzaamheid minder vaak voor dan gemiddeld in Amsterdam (15%).
- Het laagste cijfer zien we in Centrum-Oost (10%).

Trend: onveranderd

Risicogroep: 18-34 jaar

5.500 inwoners (7%) heeft weinig regie eigen leven

- Een lage eigen regie komt in Centrum even vaak voor als gemiddeld in Amsterdam (10%).

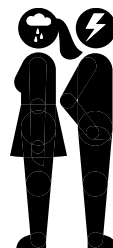
Trend: onveranderd

16.000 inwoners (22%) ervaren veel stress

De grootste bronnen van stress in Amsterdam zijn werk (62%), geldzaken (38%), gezondheid (33%) en familie (32%).

- Stress komt in Centrum even vaak voor als gemiddeld in Amsterdam (22%).
- 18- t/m 34-jarigen (32%) ervaren vaker stress dan 35- t/m 64-jarigen (20%) en 65-plussers (9%).

Risicogroep: 18-34 jaar



Stedelijke risicogroepen mentale gezondheid

Ernstige psychische klachten komen relatief vaak voor bij sociaaleconomisch kwetsbare inwoners en inwoners met een niet-westerse migratieachtergrond. Zij hebben, net als alleenwonenden, ook vaker te maken met ernstige eenzaamheid en een lage regie over hun leven. Opvallend: relatief veel 18- t/m 24-jarigen rapporteren ernstige psychische klachten en stress.

34.000 inwoners (49%) met hoge veerkracht

Veerkracht is het vermogen om met tegenslagen en moeilijke situaties om te gaan.

- Inwoners van Centrum beschikken even vaak over een hoge veerkracht als gemiddeld in Amsterdam (48%).



Mentaal welbevinden verslechterd door coronacrisis

Ruim een kwart van de inwoners van Centrum geeft aan zich eenzamer (29%) of depressiever (26%) te voelen door de coronacrisis. Dit geldt nog sterker voor 18- t/m 34-jarigen; van hen voelt 43% zich eenzamer en 38% voelt zich meer depressief. Een kleine groep inwoners ervaart een positieve invloed van de coronacrisis; zij voelen zich minder eenzaam (4%) of minder depressief (4%).

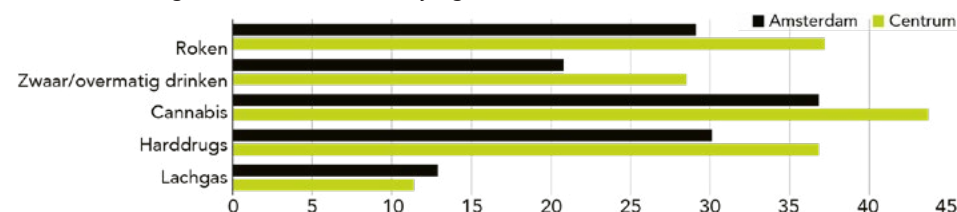
Welbevinden en genotmiddelen 18- t/m 27-jarigen

Bij het preventiebeleid op gebied van mentale gezondheid en genotmiddelengebruik staan jongvolwassenen centraal.

- Jongvolwassenen uit Centrum hebben ongeveer even vaak ernstige psychische klachten (12%) en ernstige eenzaamheid (15%) als stedelijk (beiden 13%).
- Jongvolwassenen uit Centrum roken (37%) en drinken (29%) vaker dan hun leeftijdsgenoten elders in de stad. Het gebruik van cannabis (44%), harddrugs (37%) en lachgas (11%) in het afgelopen jaar verschilt niet van het Amsterdamse cijfer.

Figuur 3:

Genotmiddelengebruik onder 18-t/m 27-jarige inwoners van Amsterdam en Centrum (%)¹



[1] Cijfers harddrugs, lachgas en cannabis betreffen gebruik in het afgelopen jaar

Genotmiddelen

Hoeveel inwoners van Centrum roken of gebruiken alcohol of drugs? Wat is de invloed van de coronacrisis op het genotmiddelengebruik? Wie kiest voor een gezonde leefstijl, rookt niet en drinkt geen of weinig alcohol. Voor drugs geldt: wie geen gezondheidsrisico's wil lopen, gebruikt niet.

17.000 rokers (23%) in Centrum

7.000 dagelijkse rokers (9%)

- Centrum telt evenveel rokers als gemiddeld in Amsterdam (22%).
- Mannen (27%) uit Centrum roken vaker dan vrouwen (19%).
- Het aandeel rokers is het hoogst onder 18- t/m 34-jarigen (33%).

Trend: daling ↓

Risicogroepen: man, 18-34 jaar

14% zware drinkers, 11.000 inwoners

12% overmatige drinkers, 9.000 inwoners

- Zowel zwaar als overmatig alcoholgebruik komt in Centrum vaker voor dan gemiddeld in Amsterdam (zwaar: 11%; overmatig: 7%). In Centrum-West vinden we de hoogste cijfers.
- 18- t/m 34-jarigen (19%) uit Centrum behoren vaker tot de zware drinkers dan 35-plussers (11%).

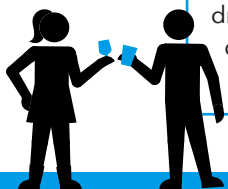
Trend: daling ↓

Risicogroepen: man, 18-34 jaar (zwaar drinken)

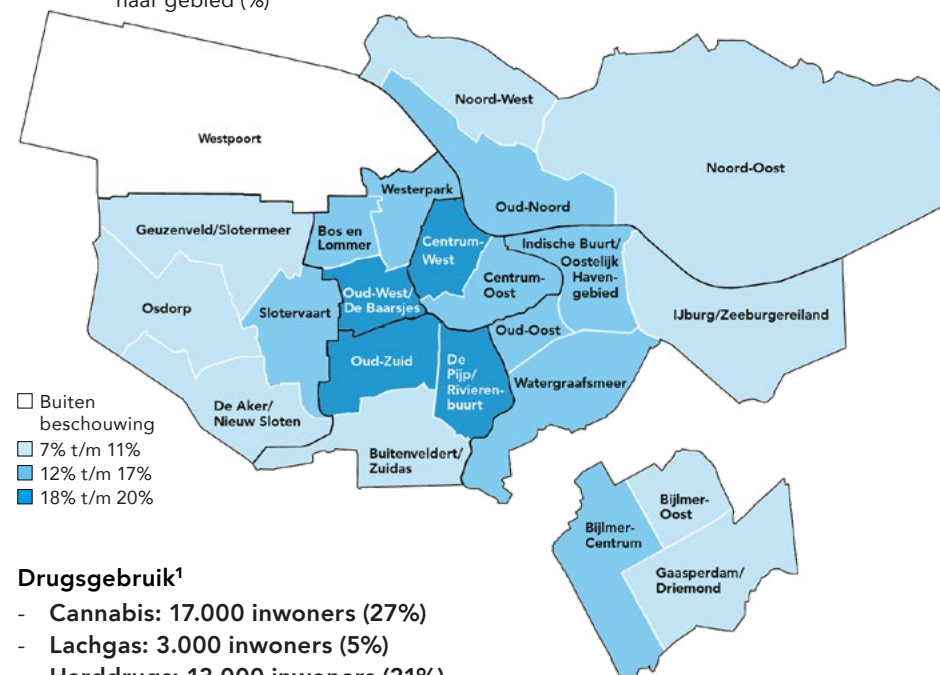


Stedelijke risicogroepen genotmiddelen

Voor roken, alcohol- en drugsgebruik vinden we in Amsterdam de hoogste cijfers onder jongvolwassenen, mannen en inwoners met een Nederlandse of westerse (migratie)achtergrond. Laag- en middelbaar opgeleiden roken meer dan gemiddeld. Middelbaar- en hoogopgeleiden drinken vaker te veel alcohol in vergelijking met laagopgeleiden. Het cannabisgebruik is onder middelbaar opgeleiden het hoogst en het harddrugsgebruik is het hoogst onder middelbaar- en hoogopgeleiden.



Figuur 4: Zwaar en/of overmatig alcoholgebruik onder Amsterdammers van 18 jaar en ouder naar gebied (%)



Drugsgebruik¹

- **Cannabis: 17.000 inwoners (27%)**
- **Lachgas: 3.000 inwoners (5%)**
- **Harddrugs: 13.000 inwoners (21%)**
- 18- t/m 64-jarigen uit Centrum gebruiken meer cannabis en harddrugs dan gemiddeld in Amsterdam (cannabis: 22%; harddrugs: 17%).
- Het hoogste cannabisgebruik vinden we in Centrum-West (30%) en het hoogste harddrugsgebruik in Centrum-Oost (24%).
- Vooral inwoners van 18 t/m 34 jaar gebruiken cannabis (41%) en harddrugs (31%).
- Mannen gebruiken meer cannabis (31%) dan vrouwen (23%).

Trend cannabis/harddrugs: onveranderd Trend lachgas: daling ↓

Risicogroepen: man (cannabis), 18-34 jaar



Alcohol- en drugsgebruik tijdens de coronacrisis

Door de coronacrisis is 22% minder gaan drinken, 15% drinkt juist meer alcohol. Meer dan een kwart van de rokers (27%) rookt meer en 21% minder. Van de 18- t/m 64-jarigen uit Centrum die weleens drugs gebruiken, gaf 37% aan dat minder te doen door de crisis, 7% gebruikte meer drugs.

[1] Gebruik in het afgelopen jaar onder inwoners van 18 t/m 64 jaar

6

Leefgewoonten

Hoeveel inwoners van Centrum hebben overgewicht? Hoe staat het met de beweeg- en sportgewoonten? Overgewicht verhoogt het risico op chronische aandoeningen. Voldoende bewegen draagt bij aan een gezond gewicht en heeft een positief effect op de lichamelijke en psychische gezondheid

21.000 inwoners (28%) met overgewicht (BMI ≥ 25 kg/m²)

3.000 inwoners (4%) met obesitas (BMI ≥ 30 kg/m²)

- Overgewicht (incl. obesitas) komt in Centrum minder vaak voor dan gemiddeld in Amsterdam (39%). Dat geldt ook voor obesitas (stedelijk: 11%).
- Overgewicht komt vaker voor bij mannen (34%) dan bij vrouwen (21%).
- Overgewicht en obesitas nemen toe naarmate de leeftijd hoger is. Meer dan 30% van de 35-plussers is te zwaar.

Trend: daling ↓ (obesitas)

Risicogroepen: man, 35+

De Gezondheidsraad adviseert:

- Beweeg ≥ 150 minuten/week matig intensief, zoals wandelen en fietsen, verspreid over diverse dagen
- Doe ≥ 2 keer/week spier- en botversterkende activiteiten, voor ouderen gecombineerd met balansoefeningen

65% beweegt voldoende; 47.000 inwoners

65% sport wekelijks; 47.000 inwoners

- Inwoners uit Centrum bewegen en sporten meer dan gemiddeld in Amsterdam (46%; 45%).
- Lichamelijke activiteit neemt af naarmate inwoners ouder worden. Minder dan de helft van 65-plussers beweegt voldoende (47%) en sport wekelijks (46%).

Trend: onveranderd

Risicogroep: 65+

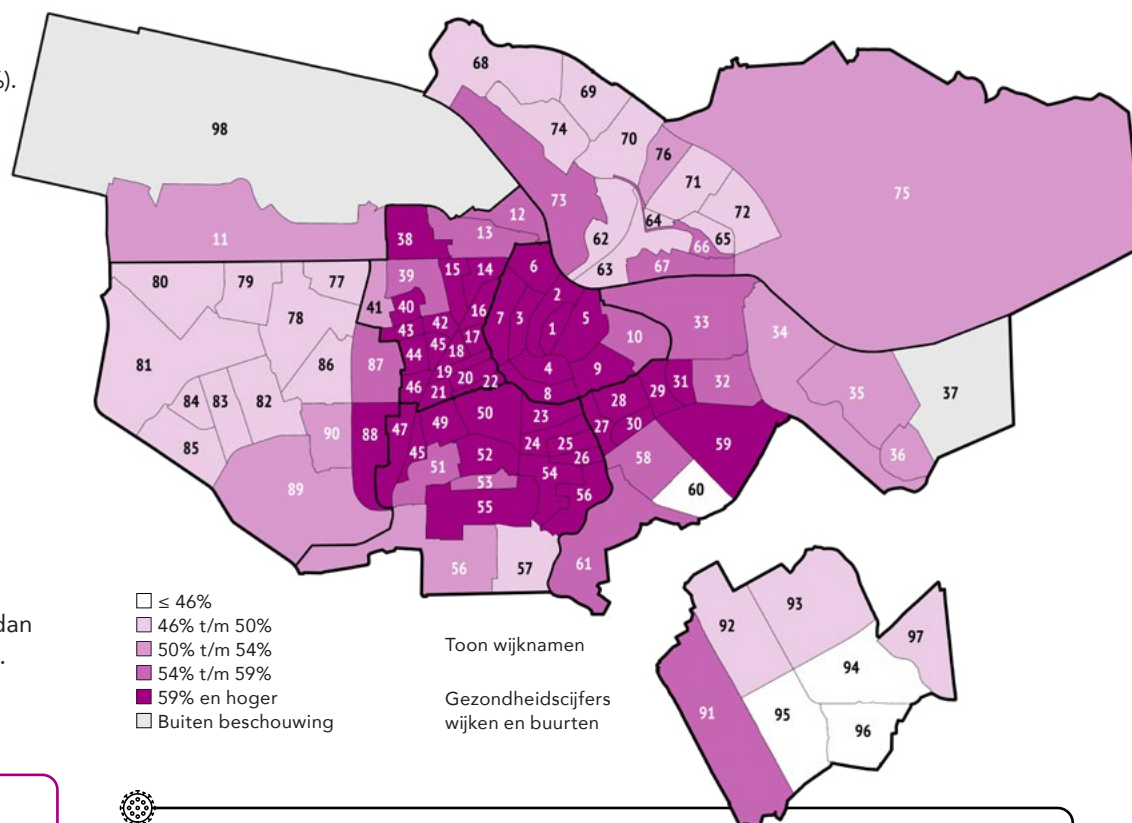


Stedelijke risicogroepen overgewicht en onvoldoende bewegen

Overgewicht (incl. obesitas) en te weinig lichaamsbeweging komt in Amsterdam vaker voor naarmate de leeftijd stijgt. Ook inwoners met een niet-westerse migratieachtergrond en sociaaleconomisch kwetsbare inwoners vormen een risicogroep. Vrouwen bewegen en sporten minder dan mannen en rapporteren vaker obesitas. Matig overgewicht zien we juist meer bij mannen.



Figuur 5: Amsterdammers van 18 jaar of ouder met voldoende lichaamsbeweging naar wijk (%)



Minder bewegen door corona

Coronamaatregelen van de overheid hadden grote invloed op het beweeg- en sportgedrag. Zo waren sportlocaties en zwembaden lange tijd niet of beperkt geopend. In Centrum beweegt en sport 38% minder door de coronacrisis. Opvallend: 22% is juist meer gaan bewegen of sporten.

7

Cijfers stadsdeel Centrum

Tabel 2: Gezondheid en welbevinden onder inwoners van 18 jaar en ouder in stadsdeel Centrum (%)

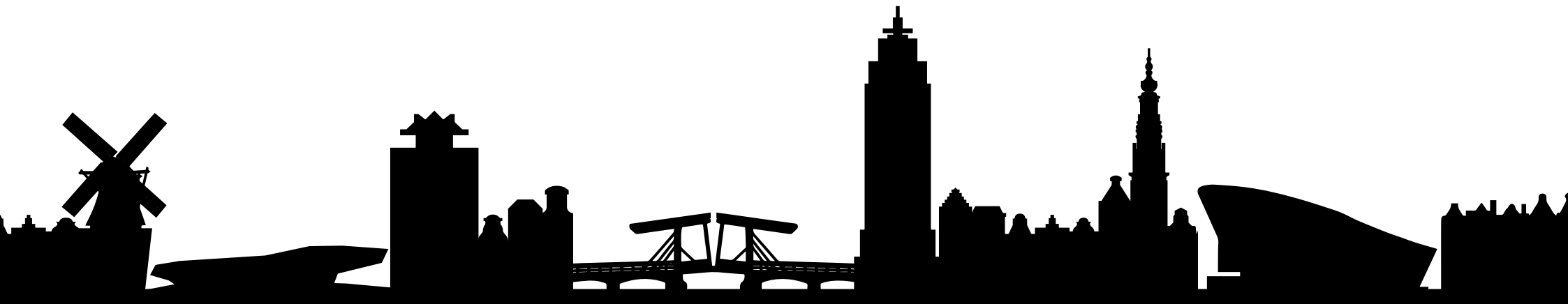
	Amsterdam		Geslacht		Leeftijd			Gebied		Trend		
		Centrum	Man	Vrouw	18-34	35-64	65+	Centrum-West	Centrum-Oost	2016 ¹	2020	
1. Gezondheid en aandoeningen												
Gezondheidsbeleving (zeer) goed	79	85	83	87	92	84	73 *	82	88	83	85	
Langdurige ziekte of aandoening	29	28	30	27	21	28	43 *	28	28	26	28	
2. Functionele beperkingen en valongevallen												
Valongeval (65+)	33	31	28	33	-	-	31	28	33	43	31	↓
≥ 1 ADL-beperking (65+)	15	8	6	9	-	-	8	8	7	12	8	↓
≥ 1 HDA-beperking (65+)	21	12	10	14	-	-	12	11	14	13	12	
3. Mantelzorg												
Mantelzorger	9	11	12	9	3	16	13 *	12	10	10	11	
4. Mentale gezondheid												
Ernstige psychische klachten	9	8	10	6	9	8	4	10	5	6	8	
Ernstig eenzaam	15	11	12	10	14	9	8	12	10	8	11	
Weinig regie eigen leven	10	7	8	7	#	9	9	7	8	6	7	
(Heel) veel stress	22	22	21	23	32	20	8 *	25	19	-	22	
Hoge veerkracht	48	49	51	48	48	50	51	45	54	-	49	
5. Genotmiddelen												
Roken	22	23	27	19 *	33	18	15 *	21	25	30	23	↓
Zware drinker	11	14	15	14	19	11	11 *	15	14	21	14	↓
Overmatige drinker	7	12	12	12	13	9	16	11	13	16	12	↓
Cannabis ²	22	27	31	23 *	41	15	- *	30	24	30	27	
Harddrugs ²	17	21	24	19	31	12	- *	19	24	25	21	
Lachgas ²	5	5	5	4	8	#	- *	4	5	13	5	↓
6. Leefgewoonten												
Overgewicht (inclusief obesitas) ³	39	28	34	21 *	14	34	40 *	26	29	29	28	
Obesitas ³	11	4	4	4	#	5	8 *	4	5	7	4	↓
Beweegt voldoende	57	65	66	64	73	66	47 *	63	68	69	65	
Sport wekelijks	59	65	65	66	73	67	46 *	62	69	63	65	

*Significant verschil (p<0,05) - Geen gegevens ● Ongunstiger dan stedelijk cijfer ● Gunstiger dan stedelijk cijfer

[1] Cijfers 2016 betreffen inwoners van 19 jaar en ouder [2] Gebruik in het afgelopen jaar onder inwoners van 18 t/m 64 jaar [3] Overgewicht: BMI ≥ 25 kg/m²; obesitas: BMI >30 kg/m²

Meer lezen?

- ggd.amsterdam.nl/agm
- ggdgezondheidinbeeld.nl
- amsterdam.ggdgezondheidinbeeld.nl/opdekaart
- rivm.nl/media/smap



Colofon

Gezondheid en welbevinden in stadsdeel Centrum | Resultaten Amsterdamse Gezondheidsmonitor 2020

Redactie Henriëtte Dijkshoorn
Marijn Julius

Telefoon 020 - 5555 495
E-mail gezondleven@ggd.amsterdam.nl
Website ggd.amsterdam.nl

Vormgeving Vorm de Stad - Suzanne Serton
Fotografie Fotobank Amsterdam - Edwin van Eis

GGD Amsterdam, januari 2022