



Gezondheid en welbevinden van 65+'ers in Aalsmeer

Tabellenboek Gezondheidsmonitor volwassenen en ouderen 2020



auteurs: Marijn Julius, Henriëtte Dijkshoorn, Claudia Verhagen

fotografie: Joyce Goverde, Sanne Couprie

e-mail: gezondleven@ggd.amsterdam.nl

www.ggd.amsterdam.nl

www.ggdgezondheidinbeeld.nl

Inhoud

1 Gezondheidsmonitor volwassenen en ouderen	3
2 Gezondheid en aandoeningen	5
3 Functionele beperkingen.....	6
4 Mantelzorg	8
5 Mentale gezondheid	9
6 Genotmiddelen	10
7 Leefgewoonten	11
8 Wijken.....	13

1 Gezondheidsmonitor volwassenen en ouderen

In dit tabellenboek vindt u cijfers over de gezondheid en welbevinden van inwoners van 65 jaar en ouder uit Aalsmeer. De gegevens zijn afkomstig uit de Gezondheidsmonitor volwassenen en ouderen 2020. Dit is de vierjaarlijkse gezondheidsenquête van de GGD Amsterdam onder zelfstandig wonende inwoners van 18 jaar en ouder in de regio Amstelland (Aalsmeer, Amstelveen, Diemen, Ouder-Amstel en Uithoorn). De monitor helpt de gemeenten bij het opstellen van het lokale volksgezondheidsbeleid.

Opzet onderzoek

De Gezondheidsmonitor 2020 bestond uit een enquête via post en internet. Er deden 572 zelfstandig wonende inwoners van 65 jaar en ouder uit Aalsmeer mee aan het onderzoek (respons: 55%). De steekproef voor het onderzoek werd getrokken uit het bevolkingsregister. Alle GGD-en voerden de Gezondheidsmonitor 2020 hetzelfde uit. Daardoor zijn er voor veel thema's nationale cijfers beschikbaar. De Gezondheidsmonitor 2020 is uitgevoerd in het najaar van 2020, tijdens de tweede coronagolf.

Uitvoering van de berekeningen

De resultaten van Aalsmeer zijn middels statistische toetsen vergeleken met regionale en landelijke cijfers. Ook zijn de resultaten tussen groepen vergeleken en zijn er trends berekend. Verschillen zijn statistisch significant als de kans op toeval kleiner is dan 5% ($p < 0,05$). In de tabellen wordt dit met * aangegeven. Door de gegevens te wegen naar demografische kenmerken zijn de resultaten representatief voor de bevolking van Aalsmeer. Informatie over de samenstelling van de bevolking van 65 jaar of ouder staat in tabel 1.

Leeswijzer

In dit tabellenboek staan cijfers over de gezondheidssituatie over de bevolking van 65 jaar of ouder naar achtergrondkenmerken, trendcijfers, wijkcijfers en een vergelijking met regionale en landelijke cijfers. Een duiding van de cijfers en een beschrijving van de impact van de coronacrisis op de gezondheid en het welbevinden van inwoners van Aalsmeer vindt u in de rapportage "Gezondheid en welbevinden in Aalsmeer; Resultaten Gezondheidsmonitor volwassenen en ouderen 2020" op <https://www.ggd.amsterdam.nl/amstelland-gm>. Meer cijfers staan op www.ggdgezondheidinbeeld.nl



Gezondheid en welbevinden van 65+'ers in Aalsmeer

Tabel 1: Demografie bevolking Aalsmeer 65 jaar of ouder

	aantal
totaal aantal inwoners ¹	31.859
van wie 65 jaar of ouder	5.912 (19%)
leeftijd	
65-74 jaar	54%
75-84 jaar	34%
85 jaar of ouder	12%
herkomst¹	
Nederlands	91%
westerse migratieachtergrond	2%
niet-westerse migratieachtergrond	7%
huishoudsamenstelling¹	
alleenwonend	27%
sociaaleconomische positie	
huishoudens met laag inkomen ²	2%
laagopgeleid ³	25%
wijk¹	
	aantal
Aalsmeer(wijk)	3.110
Kudelstraat & Kalslagen	1.505
Oosteinde	1.300

¹peildatum 1-1-2020; bron: CBS²huishoudens met inkomen tot 120% van het Wettelijk Sociaal Minimum, excl. instituten, 2018. Bron: CBS.³maximaal VMBO. Bron: GGD Amsterdam, Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2020.

2 Gezondheid en aandoeningen

Hoe gezond voelen 65-plussers zich? Hoeveel van hen hebben een langdurige ziekte of aandoening of zijn in het afgelopen jaar gevallen? Langdurige ziekten of aandoeningen kunnen mensen beperken in het dagelijks functioneren en kunnen leiden tot minder maatschappelijke participatie.

71% ervaart eigen gezondheid als (zeer) goed

- Trend: onveranderd (2016: 65%)
- Aalsmeer gunstiger dan regio (67%); geen verschil met NL (67%)
- Risicogroepen (geen goede ervaren gezondheid): 85+, alleenwonend

40% langdurige ziekte of aandoening

- Trend: gunstig (2016: 48%)
- Aalsmeer gunstiger dan NL (47%); geen verschil met regio (42%)
- Risicogroepen: 85+, middelbaar opgeleid

32% valongeval in het afgelopen jaar

- Trend: onveranderd (2016: 29%)
- Geen verschil met regio (34%)
- Risicogroepen: vrouw, 75+, alleenwonend

Tabel 2: Gezondheid, aandoeningen en valongevallen onder inwoners van Aalsmeer van 65 jaar of ouder (%)

	65+	Geslacht		Leeftijd			Opleidingsniveau ¹			Alleenwonend		Trend		Regio ²	NL ³				
		M	V	65-74	75-84	85+	L	M	H	Ja	Nee	2016	2020						
Gezondheid en aandoeningen																			
gezondheidsbeleving (zeer) goed	71	72	70	77	70	45	*	70	73	81	60	76	*	65	71	67	*	67	
langdurige ziekte of aandoening	40	42	39	38	38	62	*	35	51	38	*	42	40	48	40	*	42	47	*
≥ 1 valongeval ⁴	32	25	40	*	26	37	52	*	35	30	27	43	28	*	29	32	34	-	

*significant verschil ($p < 0,05$); - geen gegevens; ¹L: max. vmbo, M: mbo, havo, vwo; H: hbo, wo; ²*significant verschil ($p < 0,05$) t.o.v. rest van de regio; ³*significant verschil ($p < 0,05$) t.o.v. rest van Nederland; ⁴in het afgelopen jaar



3 Functionele beperkingen

Hoeveel 65-plussers hebben te maken met problemen in het dagelijks functioneren, zoals moeite met traplopen, zich wassen of huishoudelijke werk? Functioneringsproblemen leiden niet alleen tot zorggebruik, maar ook tot minder participatie en meer sociaal isolement.

Lichamelijke beperkingen

- Horen: grote moeite of kan geen gesprek volgen met 1 andere persoon en/of in een groep van 3 of meer personen, evt. met gehoorapparaat
- Zien: grote moeite of kan geen kleine letters in de krant lezen en/of op een afstand van 4 meter het gezicht van iemand herkennen, evt. met bril of contactlenzen
- Bewegen: grote moeite of kan geen een voorwerp van 5 kg 10 meter te dragen en/of bukken en iets van de grond pakken óf 400 meter lopen zonder stilstaan, evt. met stok

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

20% beperkingen bij horen, zien of bewegen

- Trend: onveranderd (2016: 22%)
- Aalsmeer gunstiger dan NL (26%); geen verschil met de regio (23%)
- Risicogroepen: 85+, alleenwonend

10% beperkingen bij activiteiten van het dagelijks leven

- Trend: onveranderd (2016: 10%)
- Geen verschil met regio (11%)
- Risicogroepen: 85+, alleenwonend

14% beperkingen bij huishoudelijke dagelijkse activiteiten

- Trend: gunstig (2016: 20%)
- Geen verschil met regio (19%)
- Risicogroepen: 85+, alleenwonend

7% problemen bij vervoer

- Geen verschil met regio (7%)
- Risicogroepen: 85+, alleenwonend



Gezondheid en welbevinden van 65+'ers in Aalsmeer

Tabel 3: Beperkingen in dagelijks functioneren onder inwoners van Aalsmeer van 65 jaar of ouder (%)

	65+	Geslacht		Leeftijd			Opleidingsniveau ¹			Alleenwonend		Trend		Regio ²	NL ³					
		M	V	65-74	75-84	85+	L	M	H	Ja	Nee	2016	2020							
Beperkingen in dagelijks functioneren																				
≥ 1 beperking horen, zien, bewegen	20	19	21		14	19	57	*	21	17	14	34	14	*	22	20	23	26	*	
beperking bij horen	6	8	3	*	4	5	18	*	5	6	5	6	5		6	6	6		7	
beperking bij zien	3	4	2		2	4	#		3	#	#	4	3		5	3	6	*	7	*
beperking bij bewegen	14	10	19	*	9	13	55	*	15	10	11	28	9	*	17	14	18	*	20	*
≥ 1 ADL-beperking ⁴	10	8	12		4	10	37	*	8	9	10	18	7	*	10	10	11		-	
persoonlijke verzorging	5	6	4		#	6	22	*	3	#	#	9	2	*	6	5	4		-	
Mobiliteit	10	8	12		5	10	36	*	8	9	9	18	6	*	9	10	11		-	
problemen bij vervoer ⁵	7	5	8		2	6	34	*	5	5	6	13	4	*	-	7	7		-	
≥ 1 HDA-beperking ⁶	14	16	13		6	15	55	*	12	15	14	23	11	*	20	14	*	19	*	-

*significant verschil (p<0,05); - geen gegevens; # aantal te klein om te presenteren; ¹L: max. vmbo, M: mbo, havo, vwo; H: hbo, wo; ²*significant verschil (p<0,05) t.o.v. rest van de regio; ³*significant verschil (p<0,05) t.o.v. rest van Nederland; ⁴ADL: activiteiten van het dagelijks leven; ⁵grote moeite of hulp nodig bij verplaatsen met eigen of openbaar vervoer; ⁶HDA: huishoudelijke dagelijkse activiteiten

4 Mantelzorg

Hoeveel mantelzorgers van 65 jaar of ouder telt Aalsmeer? 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.

12% is mantelzorger

- Trend: onveranderd (2016: 14%)
- Geen verschil met NL (15%) of regio (12%)
- Risicogroepen (mantelzorg verlenen): samenwonend

Tabel 4: Mantelzorg onder inwoners van Aalsmeer van 65 jaar of ouder (%)

	65+		Leeftijd			Opleidingsniveau ¹			Alleenwonend		Trend		Regio ²	NL ³		
	M	V	65-74	75-84	85+	L	M	H	Ja	Nee	2016	2020				
Mantelzorger	12	12	12	14	9	#	12	16	9	5	15	*	14	12	12	15

*significant verschil ($p < 0,05$); # aantal te klein om te presenteren; ¹L: max. vmbo, M: mbo, havo, vwo; H: hbo, wo; ²*significant verschil ($p < 0,05$) t.o.v. rest van de regio;

³*significant verschil ($p < 0,05$) t.o.v. rest van Nederland



5 Mentale gezondheid

Hoeveel 65-plussers hebben te maken met psychische klachten, eenzaamheid of stress? Ervaren mensen controle over hun eigen leven en hoe veerkrachtig zijn mensen? De gemeente heeft een verantwoordelijkheid in het ondersteunen van mensen met psychische problemen. Deze ondersteuning is gericht op het versterken van de eigen regie, zelfredzaamheid en het sociale netwerk.

3% ernstige psychische klachten

- Trend: onveranderd (2016: 3%)
- Geen verschil met NL (4%) of regio (3%)

8% ernstig eenzaam

- Trend: onveranderd (2016: 7%)
- Geen verschil met NL (10%) of regio (11%)

5% (heel) veel stress

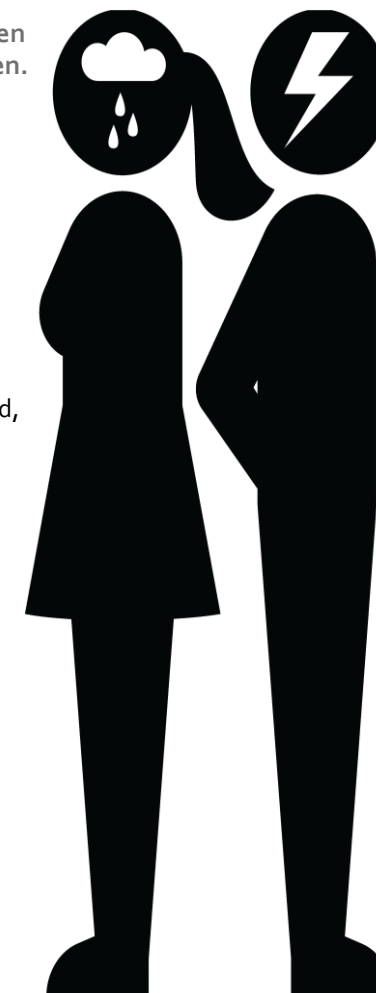
- Geen verschil met NL of regio (7%)
- Risicogroepen: vrouw

11% weinig regie over eigen leven

- Trend: onveranderd (2016: 15%)
- Geen verschil met NL (14%) of regio (13%)
- Risicogroepen: 85+, alleenwonend

54% hoge veerkracht

- Geen verschil met de regio (52%)
- Risicogroepen (geen hoge veerkracht): vrouw, laagopgeleid, alleenwonend



Tabel 5: Mentale gezondheid onder inwoners van Aalsmeer van 65 jaar of ouder (%)

	65+		Geslacht			Leeftijd			Opleidingsniveau ¹			Alleenwonend		Trend		Regio ²		NL ³				
	M	V	M	V	*	65-74	75-84	85+	L	M	H	Ja	Nee	2016	2020	*						
Psychische klachten																						
Matig	29	24	33	*	24	30	51	*	32	30	17	*	35	26	*	35	29	*	32	35	*	
Ernstig	3	#	4		4	#	#		3	#	#		#	2		3	3		3		4	
Eenzaamheid																						
Matig	34	37	31		31	38	39		36	33	32		46	29	*	37	34		39	*	39	*
Ernstig	8	8	9		8	7	16		10	8	#		12	7		7	8		11		10	
Stress, regie en veerkracht																						
(Heel) veel stress	5	3	7	*	6	#	#		4	5	6		5	5		-	5		7		7	
Weinig regie eigen leven	11	9	13		10	10	26	*	14	7	6		16	9	*	15	11		13		14	
Hoge veerkracht	54	61	47	*	56	53	40		45	60	67	*	45	57	*	-	54		52		-	

*significant verschil (p<0,05); - geen gegevens; # aantal te klein om te presenteren; ¹L: max. vmbo, M: mbo, havo, vwo; H: hbo, wo; ²*significant verschil (p<0,05) t.o.v. rest van de regio;

³*significant verschil (p<0,05) t.o.v. rest van Nederland

6 Genotmiddelen

Hoeveel inwoners van 65 jaar of ouder uit Aalsmeer roken of gebruiken alcohol? Welke trends zien we? Wie kiest voor een gezonde leefstijl, rookt niet en drinkt geen of weinig alcohol.

7% rookt

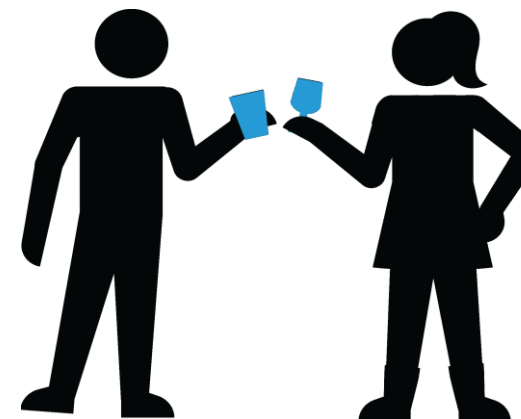
- Trend: onveranderd (2016: 10%)
- Geen verschil met NL (10%) of regio (9%)

9% drinkt overmatig en/of zwaar

- Trend: onveranderd (2016: 13%)
- Geen verschil met NL (10%) of regio (11%)

Zware drinker: minstens 1 dag per week 6 of meer (m) of 4 of meer (v) glazen alcohol

Overmatige drinker: gemiddeld meer dan 21 (m) of 14 (v) glazen alcohol per week



Tabel 6: Roken en alcoholgebruik onder inwoners van Aalsmeer van 65 jaar of ouder (%)

	65+	Geslacht		Leeftijd			Opleidingsniveau ¹			Alleenwonend		Trend		Regio ²	NL ³
		M	V	65-74	75-84	85+	L	M	H	Ja	Nee	2016	2020		
Roken	7	9	5	9	7	#	7	8	9	7	8	10	7	9	10
Zwaar en/of overmatig drinken	9	10	8	10	10	#	10	7	8	9	9	13	9	11	10

¹significant verschil (p<0,05); # aantal te klein om te presenteren; ²L: max. vmbo, M: mbo, havo, vwo; H: hbo, wo; ²*significant verschil (p<0,05) t.o.v. rest van de regio; ³*significant verschil (p<0,05) t.o.v. rest van Nederland

7 Leefgewoonten

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

Beweegrichtlijnen Gezondheidsraad:

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

52% heeft overgewicht (incl. obesitas), 12% obesitas

- Trend: onveranderd (2016: overgewicht 57%, obesitas 15%)
- Overgewicht: Aalsmeer gunstiger dan NL (59%), geen verschil met regio (55%)
- Obesitas: Aalsmeer gunstiger dan dan NL (17%) en regio (16%)
- Risicogroepen: vrouw (obesitas), samenwonend (overgewicht)

39% beweegt voldoende, 45% sport wekelijks

- Trend: onveranderd (bewegen); gunstig (sporten; 2016: 38%)
- Bewegen: geen verschil met NL (38%), gunstiger dan regio (33%)
- Sporten: Aalsmeer gunstiger dan NL (34%) en regio (40%)
- Risicogroepen (te weinig bewegen/sporten): 75+, laag-of middelbaar opgeleid (bewegen), alleenwonend (bewegen)

Voeding, eet op vijf of meer dagen per week:

88% groente

82% fruit

95% warme maaltijd

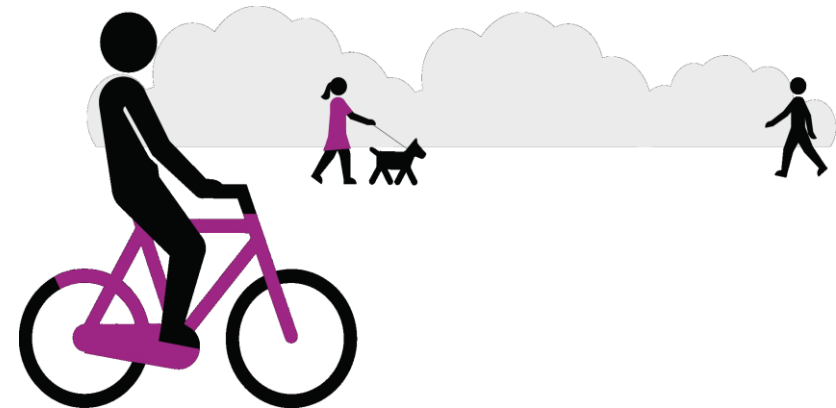
95% ontbijt

Geen verschil met regio

Trends:

- onveranderd (groente, warme maaltijd, ontbijt)
- fruit gunstig (2016: 74%)

Risicogroepen: man (fruit), alleenwonend (groente, warme maaltijd), samenwonend (fruit)



Gezondheid en welbevinden van 65+'ers in Aalsmeer

Tabel 7: Overgewicht, bewegen en voeding onder inwoners van Aalsmeer van 65 jaar of ouder (%)

	65+		Geslacht		Leeftijd			Opleidingsniveau ¹			Alleenwonend		Trend		Regio	²	NL	³			
	M	V	65-74	75-84	85+	L	M	H	Ja	Nee	2016	2020									
Overgewicht en obesitas																					
Overgewicht (incl. obesitas)	52	55	49	51	57	44	55	51	47	44	56	*	57	52	55		59	*			
Obesitas	12	9	15	*	11	14	#	16	10	8	14	11		15	12	16	*	17	*		
Bewegen en sporten																					
Beweegt voldoende	39	43	36	48	35	#	*	35	40	57	*	31	43	*	38	39	33	*	38		
Sport wekelijks	45	42	47	51	40	28	*	43	47	54		42	46		38	45	*	40	*	34	*
Voeding; 5 of meer dagen per week:																					
groente	88	85	90	86	92	84	86	89	91	82	90	*	-	-	88		-				
fruit	82	76	87	*	79	87	83	83	78	86	88	80	*	74	82	*	82		-		
warme maaltijd	95	97	94	95	97	91	95	96	96	90	98	*	92	95	94		-				
ontbijt	95	95	94	94	96	96	93	95	97	95	94		97	95	93		-				

*significant verschil (p<0,05); - geen gegevens; # aantal te klein om te presenteren; ¹L: max. vmbo, M: mbo, havo, vwo; H: hbo, wo; ²*significant verschil (p<0,05) t.o.v. rest van de regio³*significant verschil (p<0,05) t.o.v. rest van Nederland



8 Wijken

Aalsmeer Aalsmeer(wijk) Kudelstraat & Kalslagen Oosteinde

	Aalsmeer	Aalsmeer(wijk)	Kudelstraat & Kalslagen	Oosteinde
Gezondheid en aandoeningen				
gezondheidsbeleving (zeer) goed	71	69	75	72
langdurige ziekte of aandoening	40	42	38	39
≥ 1 valongeval (afg. jaar)	32	38	29	25
Beperkingen in dagelijks functioneren				
≥ 1 beperking horen, zien, bewegen	20	24	16	17
≥ 1 ADL-beperking	10	13	8	6
Problemen vervoer	7	8	6	4
≥ 1 HDA-beperking	14	16	13	12
Mentale gezondheid				
Ernstige psychische klachten	3	4	#	#
Ernstige eenzaamheid	8	9	9	7
(Heel) veel stress	5	8	4	#
Weinig regie eigen leven	11	13	10	9
Hoge veerkracht	54	49	55	61
Zorg en hulp				
Mantelzorger	12	13	12	10
Genotmiddelen				
Roken	7	8	5	8
Zwaar en/of overmatig drinken	9	10	7	9
Leefgewoonten				
Overgewicht (incl. obesitas)	52	47	57	58
Obesitas	12	9	15	15
Beweegt voldoende	39	42	37	37
Sport wekelijks	45	49	45	37
≥ 5 dg/week groente	88	89	87	87
≥ 5 dg/week fruit	82	82	81	83
≥ 5 dg/week warme maaltijd	95	95	94	97
≥ 5 dg/week ontbijt	95	95	93	95

rood: ongunstiger dan gemeentelijk cijfer; groen: gunstiger dan gemeentelijk cijfer

aantal te klein om te presenteren