



Gezondheid en welbevinden van 65+'ers in Amstelveen

Tabellenboek Gezondheidsmonitor volwassenen en ouderen 2020



auteurs: Marijn Julius, Henriëtte Dijkshoorn, Claudia Verhagen

fotografie: Henk van Leeuwen, 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 of ouder uit Amstelveen. 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 of 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 1.023 zelfstandig wonende inwoners van 65 jaar of ouder uit Amstelveen mee aan het onderzoek (respons: 56%). 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 Amstelveen zijn middels statistische toetsen vergeleken met 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 Amstelveen. 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 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 Amstelveen vindt u in de rapportage "Gezondheid en welbevinden in Amstelveen; 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 Amstelveen

Tabel 1: Demografie bevolking Amstelveen 65 jaar of ouder

	aantal
totaal aantal inwoners ¹	91.675
van wie 65 jaar of ouder	17.616 (19%)
leeftijd	
65-74 jaar	51%
75-84 jaar	33%
85 jaar of ouder	16%
herkomst¹	
Nederlands	78%
westerse migratieachtergrond	16%
niet-westerse migratieachtergrond	6%
huishoudsamenstelling¹	
alleenwonend	38%
sociaaleconomische positie	
huishoudens met laag inkomen ²	4%
laagopgeleid ³	17%
wijk¹	aantal
Amstelveen-Noordwest	4.305
Amstelveen-Noordoost	2.430
Keizer Karelpark/Groenelaan	5.055
Waardhuizen/Middenhoven	2.990
Amstelveen-Zuidwest	2.855

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.

66% ervaart eigen gezondheid als (zeer) goed

- Trend: onveranderd (2016: 65%)
- Geen verschil met NL of regio (67%)
- Risicogroepen (geen goede ervaren gezondheid): 85+, alleenwonend

41% langdurige ziekte of aandoening

- Trend: gunstig (2016: 49%)
- Amstelveen gunstiger dan NL (47%); geen verschil met regio (42%)

34% valongeval in het afgelopen jaar

- Trend: onveranderd (2016: 33%)
- Geen verschil met de regio (34%)
- Risicogroepen: vrouw, 75+, alleenwonend

Tabel 2: Gezondheid, aandoeningen en valongevallen onder inwoners van Amstelveen 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	66	70	64	74	62	47	*	65	63	72	57	72	*	65	66	67	67		
langdurige ziekte of aandoening	41	45	39	40	42	46		39	42	43	42	41		49	41	*	42	47	*
≥ 1 valongeval ⁴	34	24	41	*	25	41	50	*	35	31	34	45	27	*	33	34	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**23% beperkingen bij horen, zien of bewegen**

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

11% beperkingen bij activiteiten van het dagelijks leven

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

20% beperkingen bij huishoudelijke dagelijkse activiteiten

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

7% problemen bij vervoer

- Geen verschil met regio (7%)
- Risicogroepen: vrouw, 85+, laag- of middelbaar opgeleid, alleenwonend



Gezondheid en welbevinden van 65+'ers in Amstelveen

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

	65+	Geslacht			Leeftijd				Opleidingsniveau ¹				Alleenwonend			Trend					
		M	V		65-74	75-84	85+		L	M	H		Ja	Nee		2016	2020	Regio	²	NL	³
Beperkingen in dagelijks functioneren																					
≥ 1 beperking horen, zien, bewegen	23	17	27	*	14	26	50	*	30	20	16	*	31	18	*	22	23	23	26	*	
beperking bij horen	5	6	5		2	6	16	*	7	6	4		7	5		6	5	6	7		
beperking bij zien	7	5	8		4	6	18	*	10	6	4	*	9	5		6	7	6	7		
beperking bij bewegen	18	11	23	*	9	20	46	*	22	16	13	*	27	13	*	17	18	18	20		
≥ 1 ADL-beperking ⁴	11	8	13		5	13	31	*	12	11	9		17	7	*	11	11	11	-		
persoonlijke verzorging	5	4	5		2	3	18	*	5	6	4		7	3	*	5	5	4	-		
mobiliteit	10	8	12		5	12	30	*	12	11	8		16	7	*	11	10	11	-		
problemen bij vervoer ⁵	7	4	9	*	2	8	27	*	10	8	4	*	12	5	*	-	-	7	-		
≥ 1 HDA-beperking ⁶	20	17	22		7	27	53	*	26	17	15	*	27	15	*	19	20	19	-		

*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; 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 Amstelveen? 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.

13% is mantelzorger

- Trend: onveranderd (2016: 14%)
- Geen verschil met NL (15%) of de regio (12%)
- Risicogroepen (mantelzorg verlenen): 65-84 jaar, samenwonend

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

Tabel 4: Mantelzorg onder invloed van Amsterdam van 2013 naar 2020 (%)																	
	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			
Mantelzorger	13	12	14	15	13	6	*	12	11	17	7	17	*	14	13	12	15

*significant verschil ($p < 0,05$); 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.

2% ernstige psychische klachten

- Trend: onveranderd (2016: 4%)
- Amstelveen gunstiger dan NL (4%); geen verschil met regio (3%)

11% ernstig eenzaam

- Trend: onveranderd (2016: 9%)
- Geen verschil met NL (10%) of regio (11%)
- Risicogroepen: alleenwonend

7% (heel) veel stress

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

13% weinig regie over eigen leven

- Trend: onveranderd (2016: 12%)
- Geen verschil met NL (14%) of regio (13%)
- Risicogroepen: 85+, alleenwonend

51% hoge veerkracht

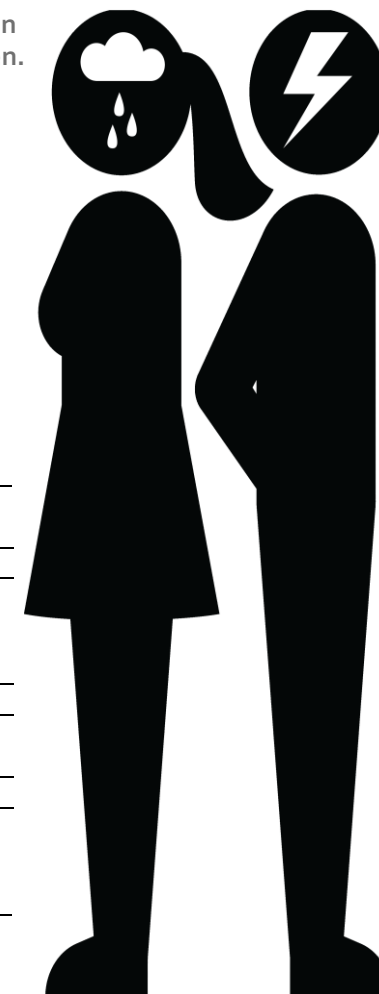
- Geen verschil met regio (52%)
- Risicogroepen (geen hoge veerkracht): vrouw

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

	65+				Leeftijd			Opleidingsniveau ¹			Alleenwonend		Trend		Regio	²	NL	³		
	Geslacht				65-74	75-84	85+	L	M	H	Ja	Nee	2016	2020						
Psychische klachten																				
Matige psychische klachten	34	24	42	*	29	36	53	*	37	34	31	41	30	*	35	34	32	*	35	
Ernstige psychische klachten	2	3	2		3	2	#		2	3	2	3	2		4	2	3		4	*
Eenzaamheid																				
Matig eenzaam	39	41	37		37	39	48		39	36	41	47	34	*	40	39	39		39	
Ernstig eenzaam	11	10	12		9	13	16		11	14	10	17	8	*	9	11	11		10	
Stress, regie en veerkracht																				
(Heel) veel stress	7	4	10	*	9	6	6		7	9	8	8	7		-	-	7		7	
Weinig regie eigen leven	13	11	14		9	13	26	*	14	15	10	16	10	*	12	13	13		14	
Hoge veerkracht	51	58	46	*	52	52	43		47	53	55	47	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 Amstelveen roken of gebruiken alcohol? Welke trends zien we? Wie kiest voor een gezonde leefstijl, rookt niet en drinkt geen of weinig alcohol.

9% rookt

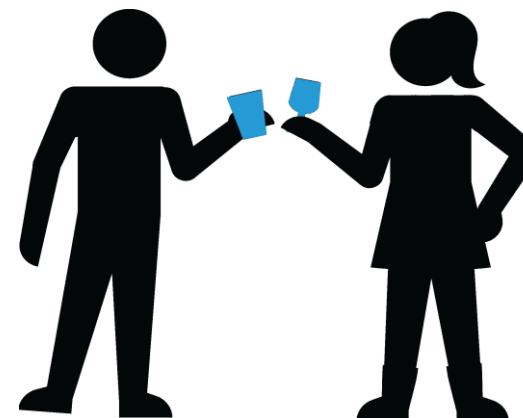
- Trend: onveranderd (2016: 11%)
- Geen verschil met NL (10%) of regio (9%)
- Risicogroepen: 65-74 jaar

11% drinkt overmatig en/of zwaar

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

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 Amstelveen 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		
Roken	9	10	9		13	6	4 *	9	12	8	10	10	11	9	9	10
Zwaar en/of overmatig drinken	11	14	9	*	12	9	8	9	10	10	11	11	13	11	11	10

*significant verschil (p<0,05); 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

7 Leefgewoonten

Hoeveel oudere inwoners van Amstelveen 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 ≥ 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

55% heeft overgewicht (incl. obesitas), 16% obesitas

- Trend: overgewicht onveranderd (2016: 55%); stijging obesitas (2016: 12%)
- Overgewicht: Amstelveen gunstiger dan NL (59%), geen verschil met regio (55%)
- Obesitas: geen verschil met NL (17%) of regio (16%)
- Risicogroepen (overgewicht): man, 65-84 jaar, laag- of middelbaar opgeleid, samenwonend

30% beweegt voldoende, 39% sport wekelijks

- Trends: onveranderd bewegen (2016: 34%), sporten (2016: 39%)
- Bewegen: Amstelveen ongunstiger dan NL (38%) en regio (33%)
- Sporten: Amstelveen gunstiger dan NL (34%), geen verschil met regio (40%)
- Risicogroepen (te weinig bewegen/sporten): vrouw (bewegen), 75+, laag- of middelbaar opgeleid, alleenwonend

Voeding, eet op vijf of meer dagen per week:

88% groente

82% fruit

93% warme maaltijd

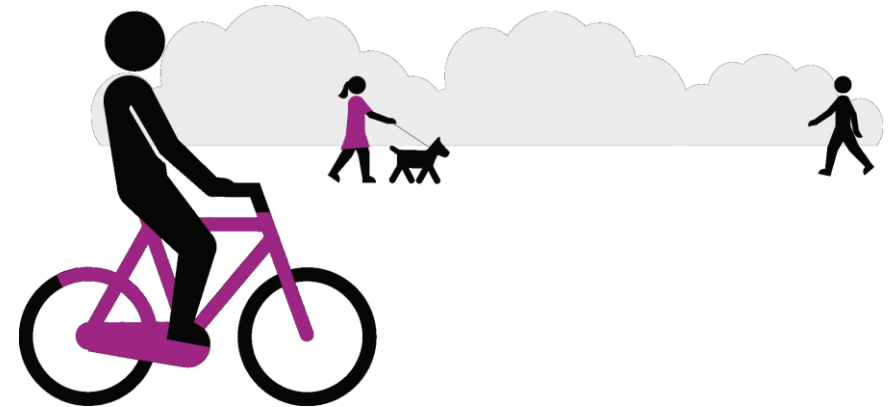
93% ontbijt

Geen verschil met regio

Trends:

- onveranderd (groente, warme maaltijd, ontbijt)
- fruit gunstig (2016: 78%)

Risicogroepen: man (groente, fruit), laag- of middelbaar opgeleid (groente, fruit), alleenwonend (warme maaltijden)



Gezondheid en welbevinden van 65+'ers in Amstelveen

Tabel 7: Overgewicht, bewegen en voeding onder inwoners van Amstelveen 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)	55	60	51	*	56	57	43	*	56	61	47	*	50	58	*	55	55		55	59
Obesitas	16	14	17		16	19	7	*	16	17	12		13	17		12	16	*	16	17
Bewegen en sporten																				
Beweegt voldoende	30	38	25	*	38	25	12	*	22	32	40	*	23	36	*	34	30		33	38
Sport wekelijks	39	40	38		47	33	20	*	32	38	50	*	33	42	*	39	39		40	34
Voeding; 5 of meer dagen per week:																				
groente	88	84	90	*	87	88	88		85	86	93	*	86	89		-	-		88	-
fruit	82	78	85	*	80	86	81		81	78	89	*	83	81		78	82	*	82	-
warme maaltijd	93	95	92		94	93	91		93	93	95		90	96	*	92	93		94	-
ontbijt	93	92	93		91	95	94		95	92	91		92	93		94	93		93	-

*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



2 juni 2022

8 Wijken

	Amstelveen	Noord-West	Noord-Oost	Keizer Karelpark/ Groenelaan	Waardhuizen/ Middenhoven	Zuid-West
Gezondheid en aandoeningen						
gezondheidsbeleving (zeer) goed	66	68	68	61	68	69
langdurige ziekte of aandoening	41	39	43	42	43	40
≥ 1 valongeval (afg. jaar)	34	34	38	35	32	31
Beperkingen in dagelijks functioneren						
≥ 1 beperking horen, zien, bewegen	23	19	21	31	19	21
≥ 1 ADL-beperking	11	14	10	13	7	8
Problemen vervoer	7	7	9	10	4	6
≥ 1 HDA-beperking	20	20	23	23	14	18
Mentale gezondheid						
Ernstige psychische klachten	2	#	#	#	3	3
Ernstige eenzaamheid	11	9	13	12	7	16
(Heel) veel stress	7	7	9	7	7	8
Weinig regie eigen leven	13	12	11	14	13	12
Hoge veerkracht	51	53	51	49	56	46
Zorg en hulp						
Mantelzorger	13	13	15	12	11	17
Genotmiddelen						
Roken	9	9	14	9	6	9
Zwaar en/of overmatig drinken	11	13	10	12	7	10
Leefgewoonten						
Overgewicht (incl. obesitas)	55	54	53	53	57	57
Obesitas	16	18	16	15	15	14
Beweegt voldoende	30	37	28	25	31	33
Sport wekelijks	39	41	37	36	38	44
≥ 5 dg/week groente	88	87	88	88	90	88
≥ 5 dg/week fruit	82	82	79	86	80	80
≥ 5 dg/week warme maaltijd	93	91	93	94	95	95
≥ 5 dg/week ontbijt	93	92	91	93	94	92

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

aantal te klein om te presenteren