



GGD Amsterdam



Sinds maart 2020 heeft de Nederlandse overheid diverse maatregelen getroffen om de corona-epidemie te beheersen. Om beter te begrijpen hoe mensen denken over de afgekondigde maatregelen, wat hun drijfveren zijn om zich hier aan te houden en wat de impact op mensen is, voeren het RIVM en GGD GHOR Nederland in samenwerking met de GGD'en een groot onderzoek uit. Het onderzoek gaat over het gedrag van mensen, wat vindt men van de gedragsmaatregelen van de overheid en hoe het fysiek, mentaal en sociaal met hen gaat in dit coronatijdperk.

Onderzoek gedragsmaatregelen corona en welbevinden Amsterdam

Resultaten panelonderzoek meting 3
RIVM-gedragsunit en GGD'en mei 2020

In 't kort

- ✓ Geen handen schudden is nog steeds de best toegepaste maatregel.
- ✓ 1,5 meter afstand houden wordt door anderen minder nageleefd en vindt men zelf van alle maatregelen het moeilijkst toe te passen.
- ✓ Bijna alle Amsterdamse deelnemers zijn bereid om in thuisisolatie te gaan als zijzelf of een huisgenoot positief getest worden op covid-19. Deze bereidheid is veel lager na contact met een positief getest persoon buiten het eigen huishouden. Ook wil het merendeel van de Amsterdamse deelnemers zich laten vaccineren als die mogelijkheid er is.
- ✓ De maatregelen hebben nog steeds ongunstige psychosociale gevolgen voor mensen, maar klachten als angst, somberheid en stress nemen wel sterk af.
- ✓ Amsterdammers zijn, net als begin mei, minder tevreden over de kwaliteit van hun sociale contacten dan in april, maar het cijfer voor eenzaamheid daalt gestaag.
- ✓ Gunstig is de trend in sport en bewegen. Eind mei geeft 46% van de Amsterdammers aan dat zij minder sporten en bewegen dan voor de coronamaatregelen tegen 58% in april.
- ✓ Ruim een kwart van de rokers rookt meer sinds het ingaan van de coronamaatregelen, één op vijf rookt juist minder.
- ✓ De uitkomsten zijn niet zomaar te vertalen naar de totale bevolking van Amsterdam, ze geven wel een indicatie. In het panel zijn jongeren, laag- en middelbaar opgeleiden en inwoners van niet-Nederlandse herkomst ondervertegenwoordigd.

Hoe is het onderzoek uitgevoerd?

In april 2020 startten het RIVM en de GGD'en een panelonderzoek naar de gedragsmaatregelen rondom de corona-uitbraak, zie www.rivm.nl/onderzoek/gedrag/onderzoek-gedragsmaatregelen-en-welbevinden. Een uitnodiging om een online vragenlijst in te vullen werd verstuurd aan GGD-, gemeente- en regiopanelen. Ook is de vragenlijst uitgezet via sociale media. In Amsterdam is het Stadspanel van OIS benaderd tussen 20 en 24 april. Begin mei was de 2^e meting. De 3^e meting vond tussen 27 mei en 1 juni plaats. Er deden 2.769 Amsterdammers van 16 jaar en ouder mee aan de 3 metingen, in heel Nederland vulden circa 43.000 mensen de vragenlijst in. Er zijn onder de Amsterdamse deelnemers vrijwel evenveel vrouwen als in de bevolking, maar aanzienlijk minder 16- t/m 24-jarigen. Ook deden er minder mensen mee die niet geboren zijn in Nederland en meer mensen met een hoog opleidingsniveau. Van de deelnemers woont 40% alleen en heeft 16% thuiswonende kinderen tot 18 jaar. Bijna de helft (45%) heeft betaald werk met een dienstverband en 17% is ZZP'er, 31% is met pensioen en 4% is werkzoekend. De opbouw van het landelijke panel is vergelijkbaar met dat van Amsterdam.

Opbouw panel en bevolking (%)	panel Amsterdam	panel Nederland	bevolking Amsterdam
vrouwen	52	62	51
16 t/m 24 jaar	1	2	14
25 t/m 69 jaar	79	80	76
70+	20	18	10
niet in Nederland geboren	9	4	33
hoogopgeleid	78	59	-

De resultaten in deze rapportage zijn gebaseerd op de deelnemers die aan alle drie metingen hebben meegedaan. Deze panelstudie wordt tot juli 2020 elke twee tot drie weken herhaald. De GGD Amsterdam zal de uitkomsten voor Amsterdam na iedere meting publiceren.

Gedragmaatregelen

Sinds half maart gelden in ons land diverse gedragsregels om het aantal contacten met anderen te verminderen. De regels moeten er bij helpen dat tijdens contacten met anderen het coronavirus niet wordt overgedragen. Als mensen denken dat de gedragsregels helpen om besmettingen van zichzelf of anderen met het coronavirus te voorkómen kan dit hun motivatie versterken. Hierover zijn verschillende vragen gesteld in het panelonderzoek.

Geen handen schudden nog steeds best toegepaste maatregel

Net als in meting 1 geven bijna alle deelnemers in meting 3 aan dat zij geen handen schudden. Hoewel iets minder vaak dan bij de 1^e meting, houdt een grote meerderheid zich nog steeds aan de regel om niet meer dan 3 mensen op bezoek te krijgen en niet op bezoek te gaan bij ouderen en bij mensen met een kwetsbare gezondheid (tabel 1). Circa 65% van de deelnemers, zowel landelijk als in Amsterdam, gebruiken papieren zakdoekjes en zo'n 60% houdt voldoende afstand in een groep van 4 of meer. De cijfers zijn voor beide maatregelen lager dan in de 1^e meting. Ten opzichte van de landelijke deelnemers houden Amsterdamse deelnemers zich vaker aan de drie maatregelen ten aanzien van bezoek.

Tabel 1: Opvolgen adviezen (%)

	A'dam meting 1	A'dam meting 2	A'dam meting 3	NL meting 1	NL meting 2	NL meting 3
regelmatig handen wassen	30	31	34	40	38	41
nauwkeurig handen wassen ¹	49	48	48	51	49	49
gebruik papieren zakdoekjes	75	64	64	74	67	67
hoesten/niezen in de elleboog	65	67	69	71	71	72
geen handen schudden	100	99	99	100	99	99
afstand houden in groep van 4 of meer	66	61	57	71	66	62
niet meer dan 3 mensen op bezoek	98	96	95	97	93	91
niet op bezoek bij 70-plussers ²	83	84	82	82	82	77
niet op bezoek bij kwetsbare mensen	90	88	87	89	85	82

¹minimaal 20 seconden

²betreft alleen bezoek door personen die niet de vaste aangewezen bezoeker zijn van iemand van 70 jaar of ouder

Gewoonte handen te wassen verandert nauwelijks

Het toepassen van het advies om handen te wassen is nauwelijks veranderd sinds april. Net als in de 1^e meting heeft het overgrote deel van de Nederlandse en ook Amsterdamse deelnemers de gewoonte om de handen te wassen na een toiletbezoek, na thuiskomst en als er op bezoek wordt gegaan. Vergelijken met de landelijke deelnemers wassen Amsterdammers na thuiskomst en bij bezoeken van iemand de handen iets vaker. Bij handen wassen voor het eten, voor het naar buiten gaan en met name na het snuiten van de neus ligt het Amsterdamse percentage lager dan landelijk (tabel 2).

Tabel 2: Handen wassen (%)

Vaak tot altijd handen wassen ¹	A'dam meting 1	A'dam meting 2	A'dam meting 3	NL meting 1	NL meting 2	NL meting 3
voordat u naar buiten ging	31	31	33	39	38	38
als u weer thuis kwam	84	85	85	82	81	80
als u bij iemand op bezoek ging	74	75	73	75	71	69
voordat u ging eten	57	57	60	68	67	69
na toiletbezoek	89	89	89	93	93	93
na het snuiten van uw neus	49	51	54	61	63	64

¹berekend over de personen voor wie het van toepassing is

1,5 meter door anderen minder nageleefd

Zowel landelijk als in Amsterdam ervaren deelnemers bij de 3^e meting veel vaker dat mensen dichterbij komen dan 1,5 meter. Een overgrote meerderheid geeft aan dat dit met name bij het doen van boodschappen aan de orde is. Bij bezoek aan vrienden en familie is het percentage Amsterdamse deelnemers dat aangeeft dat mensen te dichtbij komen meer dan verdubbeld ten opzichte van de 1^e meting (41% naar 89%). In bijna alle situaties geven Amsterdamse deelnemers ten opzichte van landelijke deelnemers vaker aan dat mensen dichterbij komen dan 1,5 meter, alleen bij buitenshuis werken is dit minder vaak dan landelijk (tabel 3).

Tabel 3: Afstandsregel (%)

Mensen kwamen (heel) vaak dichterbij dan 1,5 meter de laatste keer in de afgelopen week dat u:	A'dam meting 1	A'dam meting 2	A'dam meting 3	NL meting 1	NL meting 2	NL meting 3
buitenshuis ging werken	53	61	67	63	68	73
boodschappen ging doen	77	86	89	73	82	86
vrienden of familie bezocht	41	56	89	39	51	62
de hond uitliet of met de kinderen ging buitenspelen	33	34	40	22	26	30
frisse neus halen, buiten sporten	43	48	53	29	35	40
voor iemand ging zorgen	36	46	53	33	41	50
naar de dokter of apotheek ging	9	20	24	12	15	18
bezoek thuis heeft ontvangen	37	51	56	34	44	53

Helft deelnemers eens met mondkapjes in OV

Mondkapjes zijn vanaf 1 juni verplicht in het openbaar vervoer. Bijna de helft (48%) van de deelnemende Amsterdammers staat achter deze maatregel. Echter, een kwart van de Amsterdammers is het niet eens met het dragen van mondkapjes in het openbaar vervoer, en nog eens een kwart is neutraal. De meerderheid van de Amsterdamse deelnemers heeft bij meting 3 (eind mei 2020) een mondkapje in huis. Meer dan de helft heeft een eenvoudig exemplaar, bijna een kwart heeft een zelfgemaakt mondkapje en slechts 8% geeft aan een mondkapje te hebben dat voor de zorg geschikt is (tabel 4).

Tabel 4: Aanschaf mondkapje(%)

Bent u in het bezit van mondkapjes?	A'dam meting 2 ^{1,2}	A'dam meting 3 ²
nee, en ik ben ook niet van plan ze aan te schaffen	22	9
nee, maar ik ga ze wel kopen	34	10
nee, maar ik ga ze wel zelf maken of laten maken	19	4
nee, want ik weet nog niet of ik ze nodig ga hebben	-	9
ja, ik heb mondkapjes die zelfgemaakt zijn	11	23
ja, ik heb eenvoudige mondkapjes, niet geschikt voor de zorg	22	53
ja, ik heb mondkapjes van goede kwaliteit zoals gebruikt in de zorg	7	8

¹niet nagevraagd in meting 1

²meerdere antwoorden mogelijk, dus totaal > 100%

Ruime meerderheid vindt dat adviezen helpen

Een ruime meerderheid van de deelnemers uit Amsterdam vindt dat de adviezen van de overheid helpen om de verdere verspreiding van het coronavirus tegen te gaan. Thuis blijven als huisgenoten last hebben van verkoudheid met koorts (94%) en geen handen schudden (93%) worden door het Amsterdamse panel als het meest effectief gezien. De minste effectiviteit verwacht men van de maatregelen om één of twee vaste bezoekers (mantelzorgers) van zelfstandig wonende ouderen te hebben (53%) en zo min mogelijk bezoek te ontvangen (65%). Dit komt overeen met het landelijke beeld. Eén uitzondering: Amsterdammers vinden de maatregel om alleen noodzakelijke reizen naar het buitenland te maken minder vaak effectief dan panelleden uit de rest van Nederland. Wat blijkt verder? De verwachte effectiviteit van 1,5 meter afstand houden, zo min mogelijk bezoek ontvangen en alleen naar het buitenland reizen als dat noodzakelijk is, is lager dan in meting 1 (tabel 5).

Tabel 5: Effectiviteit van de adviezen (%)

Adviezen helpen (heel) veel tegen verspreiding coronavirus	A'dam meting 1	A'dam meting 2	A'dam meting 3	NL meting 1	NL meting 2	NL meting 3
zo seconden handen wassen	80	82	79	80	82	80
hoesten/niesen in de elleboog	74	78	77	76	81	82
gebruik papieren zakdoekjes	77	80	79	80	83	82
geen handen schudden	89	65	93	91	95	93
1,5 meter afstand houden	86	87	76	86	87	78
thuisblijven bij verkoudheid	90	93	90	85	94	91
zo min mogelijk bezoek ontvangen	80	72	65	80	74	66
alleen noodzakelijk buitenland	84	79	70	88	83	76
werk zoveel mogelijk thuis	-	91	87	-	90	84
vermijd drukte	-	95	92	-	95	92
bezoek geen kwetsbare mensen	-	83	75	-	87	78
bezoek zelfstandig wonende 70+ met één of twee vaste personen	-	65	53	-	68	56
alleen OV als niet anders kan	-	-	84	-	-	87
bij verkoudheid huisgenoten: blijf thuis, geen bezoek	-	-	94	-	-	94

-: niet nagevraagd

1,5 metermaatregel moeilijkst toe te passen

In meting 3 vindt bijna driekwart (73%) van de Amsterdamse deelnemers één of meer maatregelen moeilijk (tabel 6). De maatregel om '1,5 meter afstand te houden' (39%) wordt aanzienlijk lastiger ervaren dan de andere maatregelen. Wat blijkt verder? In meting 3 vinden meer Amsterdammers de maatregelen moeilijk dan in meting 1. In vergelijking met landelijke cijfers vindt men in Amsterdam sommige maatregelen lastiger, zoals 1,5 meter afstand houden, alleen noodzakelijke reizen naar het buitenland maken en alleen gebruik maken van het openbaar vervoer als het niet anders kan. Mensen die niet tot de risicogroep behoren (70-plussers en 25 t/m 69-jarigen met gezondheidsproblemen, zie kader), hebben meer moeite met de maatregelen. Zo vinden 25-t/m 69-jarigen zonder gezondheidsproblemen (45%) het moeilijker zich aan de 1,5 meter maatregel te houden dan 25- t/m 69-jarigen met gezondheidsproblemen (35%) en 70-plussers (28%). En 28% van de 70-plussers zonder gezondheidsproblemen ('vitale ouderen') vindt het lastig om niet op bezoek te gaan bij andere ouderen als zij niet de vaste bezoeker/mantelzorgers zijn. Vitale ouderen hebben meer moeite met deze maatregel dan gemiddeld.

10% van de Amsterdamse deelnemers heeft zelf covid-19 gehad of iemand in het gezin of huishouden. Dat cijfer ligt even hoog als landelijk. Van de deelnemers behoort 26% tot de risicogroep op een ernstig beloop van covid-19, vanwege gezondheidsproblemen, zoals diabetes, astma of hartaandoeningen. Nog eens 13% behoort vanwege zijn of haar leeftijd (70+) tot de risicogroep.

Tabel 6: Moeilijkheid van de adviezen (%)

(heel) moeilijk	A'dam meting 1	A'dam meting 2	A'dam meting 3	NL meting 1	NL meting 2	NL meting 3
20 seconden handen wassen	9	21	19	8	20	20
hoesten/niesen in de elleboog	7	14	11	7	10	9
gebruik papieren zakdoekjes	9	12	12	6	9	9
zoveel mogelijk thuis blijven	32	31	-	27	25	-
1,5 meter afstand houden	25	35	39	23	28	33
geen handen schudden	4	2	3	5	3	4
zo min mogelijk bezoek ontvangen	16	17	18	17	18	20
zoveel mogelijk thuis werken	-	12	13	-	17	16
drukke vermijden	-	15	15	-	10	11
bij verkoudheid thuis blijven	-	12	13	-	11	14
niet op bezoek bij 70+, als u niet de vaste bezoeker bent	-	19	21	-	21	22
bezoek geen kwetsbare mensen	-	13	16	-	16	17
alleen noodzakelijk buitenland	-	16	18	-	10	11
alleen OV als niet anders kan	-	2	10	-	3	5
bij verkoudheid huisgenoten: blijf thuis, geen bezoek	-	17	5	-	18	8

:- niet nagevraagd

Minderheid denkt besmet te kunnen raken

Eén op 12 deelnemers (8%) uit Amsterdam vindt het (zeer) waarschijnlijk om zelf besmet te raken met het coronavirus (tabel 7). Dat is lager dan in meting 1, maar komt overeen met het landelijk cijfer. Ruim de helft van de deelnemers vindt het ernstig als zij zelf besmet zouden raken. Vier op tien deelnemers

achten het zeer waarschijnlijk het virus aan anderen door te geven als ze besmet zouden zijn. Landelijk ligt dit op 49%. Mogelijk heeft dit verschil te maken met het hoge aandeel alleenwonenden in Amsterdam; zij schatten de kans kleiner in dat ze iemand anders besmetten. Bijna iedereen (90%) zou het (heel) erg vinden het virus door te geven aan iemand anders.

Tabel 7: Kans en ernst besmetting (%)

inschatting (zeer) waarschijnlijk	A'dam	A'dam	A'dam	NL	NL	NL
	meting 1	meting 2	meting 3	meting 1	meting 2	meting 3
zelf besmet raken	13	12	8	16	13	11
anderen besmetten	40	41	40	52	49	49
ernst (heel) erg						
zelf besmet raken	51	50	52	52	52	54
anderen besmetten	90	91	90	91	93	92

Draagvlak voor adviezen hoog

Net als in meting 1 is er veel draagvlak voor de huidige maatregelen, zowel in Amsterdam als landelijk. Variërend per maatregel staat 56% tot 95% van de deelnemers in Amsterdam erachter (tabel 8). Het meeste draagvlak is er voor handen wassen en geen handen schudden. Het minste draagvlak is er voor het beperkte bezoek aan ouderen. Ook als de maatregelen langer zouden gaan duren, blijft het draagvlak over het algemeen hoog. Echter, de adviezen 'bezoek zelfstandig wonende 70+ met één of twee vaste personen' en 'ontvang zo min mogelijk bezoek' zijn voor velen op de langere termijn lastig vol te houden. Zo'n 35-40% staat achter deze maatregelen als ze nog een half jaar zouden duren. Het draagvlak voor alle maatregelen daalt op de langere termijn met uitzondering van handen wassen, hoesten/niezen in de elleboog en het gebruik van papieren zakdoekjes. De Amsterdamse cijfers komen hierin overeen met de landelijke cijfers.

Tabel 8: Draagvlak voor maatregelen, nu en in komende tijd (%)

(helemaal) eens	tot 1 juni		nog 6 weken		nog 6 maanden	
	Neder-land	Amster-dam	Neder-land	Amster-dam	Neder-land	Amster-dam
20 seconden handen wassen	93	95	93	94	90	91
hoesten/niesen in de elleboog	95	94	95	94	93	92
gebruik papieren zakdoekjes	91	90	91	91	89	88
geen handen schudden	92	95	91	94	85	87
1,5 meter afstand houden	88	90	82	83	68	67
thuisblijven bij verkoudheid	88	89	85	86	76	77
zo min mogelijk bezoek						
ontvangen	71	75	58	60	42	40
alleen noodzakelijk buitenland	82	83	73	72	59	51
werk zoveel mogelijk thuis	76	81	72	76	59	59
vermijd drukte	94	94	89	89	77	76
bezoek geen kwetsbare mensen	75	76	69	68	56	55
bezoek zelfstandig wonende 70+ met één of twee vaste personen	58	56	52	49	39	36
alleen OV als niet anders kan	86	86	81	77	67	61
bij verkoudheid huisgenoten: blijf thuis, geen bezoek	91	91	89	90	82	82

Hoge bereidheid tot thuisisolatie

Bijna alle Amsterdamse deelnemers zijn bereid om in thuisisolatie (2 weken thuisblijven) te gaan als zijzelf of een huisgenoot positief getest worden. Na contact met een positief getest persoon buiten het eigen huishouden is de bereidheid tot thuisisolatie een stuk lager. Ook wil het merendeel van de Amsterdamse deelnemers zich laten vaccineren als die mogelijkheid er is. Ongeveer een kwart (23%) wil eerst weten of ze al corona hebben gehad. De bereidheid om zich te laten vaccineren is in Amsterdam hoger dan in de rest van Nederland. De testbereidheid onder Amsterdammers is vergelijkbaar met het landelijke cijfer: ruim twee derde (70%) zou zich laten testen bij klachten. Opvallend: bij mensen met verkoudheidsklachten is de testbereidheid veel lager (tabel 9). Veelgenoemde reden is dat ze hun klachten niet toeschrijven aan corona.

Tabel 9: Bereidheid tot thuisisolatie, vaccinatie en testen(%)

	A'dam meting 3	NL meting 3
Bent u van plan om 2 weken in thuisisolatie te gaan als:		
u zelf positief bent getest	96	95
een huisgenoot positief is getest	82	84
iemand buiten het huishouden die u heeft ontmoet, positief is getest	41	43
Als er straks een vaccin is tegen het coronavirus, wilt u zich dan laten vaccineren?		
ja	59	50
ja, maar eerst weten of ik al corona heb gehad	23	20
nee	5	11
weet ik nog niet	14	18
Als de mogelijkheid om de testen er nu al zou zijn, zou u gebruik maken van die mogelijkheid?¹		
deelnemers zonder klachten	70	67
deelnemers met klachten	23	28

¹vanaf 1 juni kan iedereen met klachten zich laten testen; de vragenlijst is afgenomen tussen 27 mei en 1 juni

Meeste mensen hebben vertrouwen in de aanpak

Iets minder dan twee derde van de deelnemers uit Amsterdam heeft veel vertrouwen in de aanpak van de overheid, dat is lager dan landelijk. Het percentage deelnemers dat in gesprekken met anderen positief is over de Nederlandse aanpak is met 46% lager dan in meting 1. Verder is de helft van de Amsterdammers van mening dat het Nederlandse beleid beter is dan van andere landen. Dat is lager dan landelijk (58%) (tabel 10).

Tabel 10: Houding ten opzichte van het overheidsbeleid (%)

Deelnemer geeft aan:	A'dam meting 1	A'dam meting 2	A'dam meting 3	NL meting 1	NL meting 2	NL meting 3
(zeer) positief over aanpak in gesprekken met anderen	61	55	46	-	-	-
(heel) veel vertrouwen in aanpak overheid	68	69	63	74	73	68
Nederlands beleid beter dan andere landen	48	54	51	55	57	58

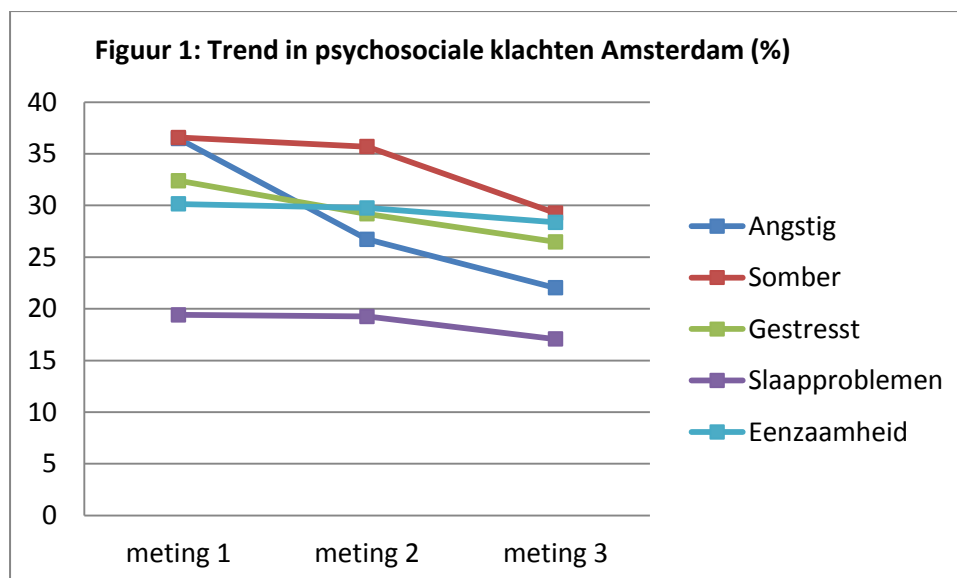
-: geen cijfers beschikbaar

Welbevinden en leefstijl

De maatregelen hebben impact op onze mentale, fysieke, en sociale gezondheid. Ook deze aspecten zijn in kaart gebracht.

Mentaal welbevinden verbeterd

De cijfers laten zien dat de invloed van de coronacrisis op het welbevinden van mensen langzamerhand vermindert (figuur 1 en tabel 11). Een kwart van de Amsterdamse deelnemers heeft in vergelijking met de periode voor de coronamaatregelen meer last van psychosociale klachten, zoals slaapproblemen, angst en somberheid. In meting 1 gold dat nog voor één op drie deelnemers. Ook geven minder Amsterdamse deelnemers een onvoldoende rapportcijfer voor hun leven dan in meting 1. Wat blijkt verder? In vergelijking met heel Nederland rapporteren deelnemers uit Amsterdam vaker dat zij meer psychosociale klachten ervaren sinds de coronamaatregelen. Ook lichte psychische klachten komen in Amsterdam vaker voor. Verder dalen de cijfers in Amsterdam minder hard dan landelijk. Opvallend: psychosociale klachten komen in Amsterdam vaker voor bij 25- t/m 69-jarigen dan bij 70-plussers. Vooral deelnemers tot 70 jaar met gezondheidsproblemen scoren ongunstig. Zo voelt 38% van hen zich somberder dan voor de coronaperiode en rapporteert 23% lichte psychische klachten.



Tevredenheid sociale contacten verder afgenomen

In vergelijking met meting 1 zijn Amsterdamse deelnemers minder tevreden over de kwaliteit van hun sociale contacten (tabel 12). Minder mensen ervaren in de afgelopen week goed contact met familie, vrienden en kennissen. Ook over digitale en telefonische contacten is men minder positief dan in april. Zeven op tien deelnemers mist het om vrienden of familie in het echt te zien. Bijna twee derde van de deelnemers uit Amsterdam voelt zich matig of ernstig eenzaam, dat is iets lager dan in meting 1. Eenzaamheid komt in Amsterdam vaker voor dan landelijk. Wie lopen meer risico op sociale problemen? Met name 25- t/m 69-jarigen met gezondheidsproblemen zijn ontevreden over hun sociale leven. Van hen is 76% matig of ernstig eenzaam en slechts 37% ervaart de kwaliteit van zijn of haar sociale contacten als goed.

Tabel 11: Psychische gezondheid (%)

	A'dam meting 1	A'dam meting 2	A'dam meting 3	NL meting 1	NL meting 2	NL meting 3
Onvoldoende rapportcijfer leven	14	11	9	10	8	7
Psychosociale klachten (veel) meer						
angstig	36	27	22	38	25	19
somber	37	36	29	32	28	21
gestrest	32	29	26	31	26	22
slaapproblemen	19	19	17	19	17	15
eenzaamheid	30	30	28	28	26	22
ontevreden werk/privé-balans	-	-	39	-	-	33
Psychische gezondheid						
psychisch gezond	78	77	80	82	81	83
psychisch licht ongezond	17	18	16	14	14	12
psychisch matig ongezond	5	4	3	3	3	3
psychisch ernstig ongezond	1	1	1	2	1	1

-.: niet nagevraagd

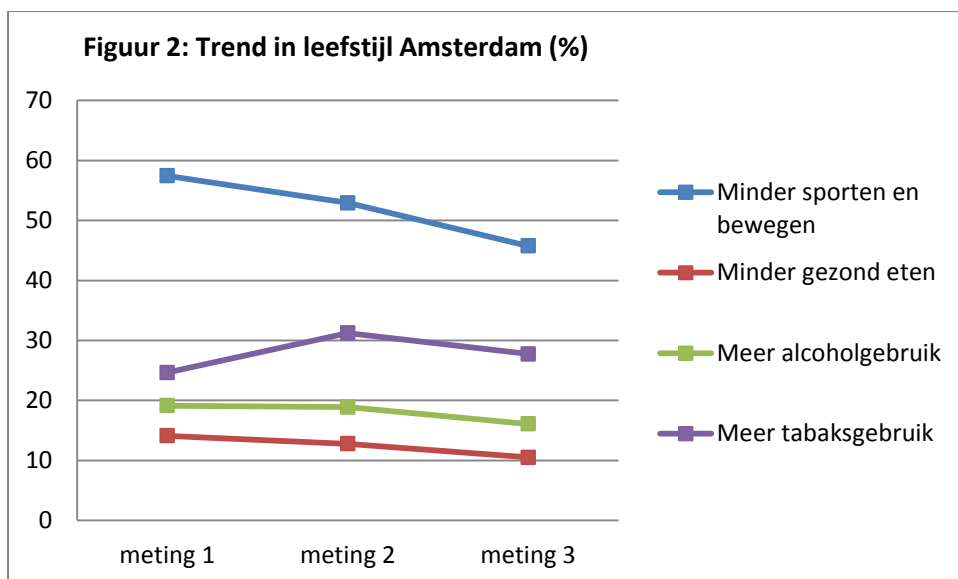
Tabel 12: Sociale contacten en eenzaamheid (%)

	A'dam meting 1	A'dam meting 2	A'dam meting 3	NL meting 1	NL meting 2	NL meting 3
Kwaliteit sociale contacten						
Ik ervaar goed contact met familie, vrienden, kennissen	76	61	60	77	63	63
Digitale/telefonische contacten ervaar ik als positief	78	69	65	79	72	68
Alles bij elkaar ervaar ik de kwaliteit van mijn sociale contacten goed	64	53	55	65	55	57
Ik mis het om mijn vrienden of familie in het echt te zien	-	79	73	-	80	74
Eenzaamheid						
niet eenzaam	30	32	36	31	35	42
matig eenzaam	54	52	51	55	51	45
ernstig eenzaam	16	16	13	14	14	13

-.: niet nagevraagd

Toename sport en beweging

In meting 3 gaf 46% van de Amsterdamse deelnemers aan dat zij minder sporten en bewegen dan voor de coronamaatregelen. Dat aandeel is behoorlijk gedaald in vergelijking met de eerdere metingen (figuur 2). De coronamaatregelen hebben minder invloed op het voedingsgedrag, driekwart van de deelnemers eet even gezond als voorheen. Het voedingsgedrag verschilt niet van het landelijke cijfer en niet of nauwelijks veranderd ten opzichte van meting 1 (tabel 13).



Ruim een kwart rokers rookt meer

Ruim een kwart van de rokers rookt meer sinds het ingaan van de coronamaatregelen en 18% is juist minder gaan roken. De landelijke cijfers laten een vergelijkbaar beeld zien. Ook het alcoholgebruik is veranderd. Van de Amsterdammers die alcohol gebruiken, drinkt 16% meer dan voor de coronamaatregelen, dat is vergelijkbaar met landelijk (14%). Het aandeel Amsterdammers dat nu minder alcohol drinkt (25%) is hoger dan in meting 1 en ook hoger dan landelijk (19%; tabel 13).

Tabel 13: Veranderingen in leefstijl (%)

	A'dam meting 1	A'dam meting 2	A'dam meting 3	NL meting 1	NL meting 2	NL meting 3
(veel) minder						
sporten en bewegen	57	53	46	53	50	42
gezond eten	14	13	11	14	14	12
alcoholgebruik ¹	18	24	25	16	18	19
tabaksgebruik ²	11	17	18	12	13	13
(veel) meer						
sporten en bewegen	13	14	16	13	15	17
gezond eten	16	12	16	10	11	13
alcoholgebruik ¹	19	19	16	13	16	14
tabaksgebruik ²	25	31	28	25	32	31

¹80% van de Amsterdamse deelnemers gebruikt alcohol

²18% van de Amsterdamse deelnemers rookt

Colofon

GGD Amsterdam, afdeling EGZ, juni 2020
 tekst: Henriëtte Dijkshoorn, Steve Lauriks, Annelies van Loon
 foto: fotobank gemeente Amsterdam
 met dank aan Lieselotte Bicknese (OIS) en het OIS-Stadspanel

Contact

email: egz@ggd.amsterdam.nl
www.ggd.amsterdam.nl
 tel: 020-5555495