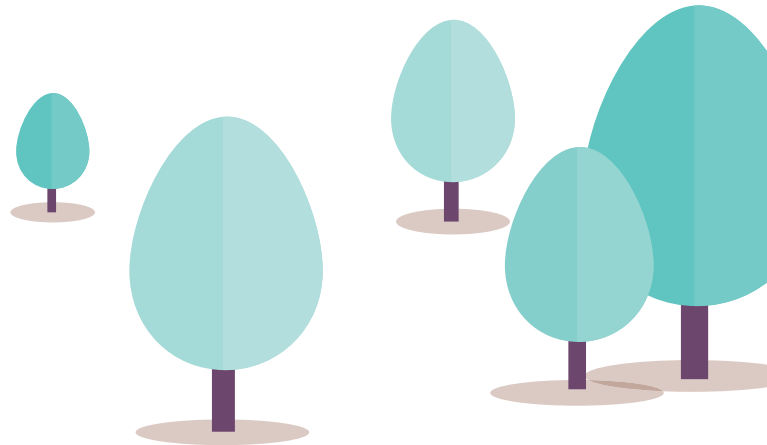


Hoe gezond zijn de inwoners van Olst-Wijhe?

Gezondheidsmonitor volwassenen en ouderen



gemeente Olst-Wijhe



GGD IJsselland verzamelt jaarlijks gegevens over de gezondheid van inwoners, zo ook in 2016. Met deze gezondheidsmonitor wordt de gezondheidssituatie van volwassenen en ouderen uit gemeenten in de regio IJsselland in kaart gebracht. Hiermee kan het regionaal en lokaal gezondheidsbeleid onderbouwd worden.

In deze factsheet staan de resultaten van de vragenlijsten die zijn ingevuld door volwassenen en ouderen in Olst-Wijhe. Er zijn in Olst-Wijhe 2.215 vragenlijsten verstuurd: 1.223 aan volwassenen (19 tot 65 jaar) en 992 aan ouderen (65 jaar en ouder). In totaal hebben 404 volwassenen en 557 ouderen de vragenlijst ingevuld. Dat is een respons van 43%.

Demografische gegevens

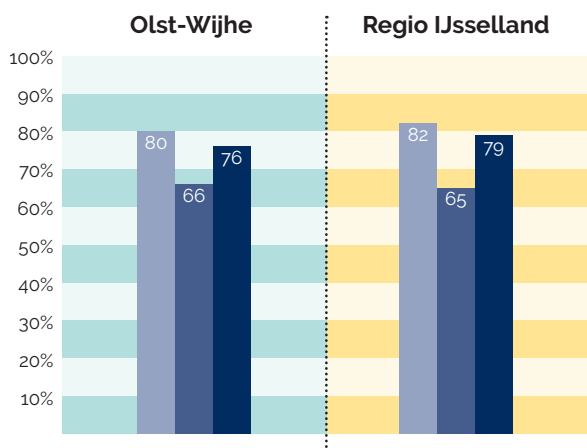
Demografische kenmerken van de respondenten spelen een belangrijke rol bij het verklaren van verschillen in gezondheid, welzijn, zorgconsumptie en zorgbehoefte.

		Olst-Wijhe	Regio IJsselland
Leeftijd	19 tot 65 jaar	75 %	78 %
	65 tot 75 jaar	16 %	13 %
	75 jaar en ouder	9 %	9 %
Opleiding (hoogst behaalde)	Lo	6 %	5 %
	Mavo, lbo	27 %	25 %
	Havo, vwo, mbo	40 %	39 %
	Hbo, wo	27 %	31 %
Samenstelling huishouden	Samenwonend	84 %	82 %
	Alleenwonend	16 %	18 %
Moeite met rondkomen	Nee, geen moeite	88 %	87 %
	Ja, enige moeite	10 %	10 %
	Ja, grote moeite	2 %	3 %

Gezondheid

In het verleden werd gezondheid gedefinieerd als de afwezigheid van ziekte. Tegenwoordig wordt het begrip gezondheid breder omschreven als: het vermogen van mensen om met de fysieke, emotionele en sociale levensuitdagingen om te gaan en zoveel mogelijk eigen regie te voeren (Huber, 2012).

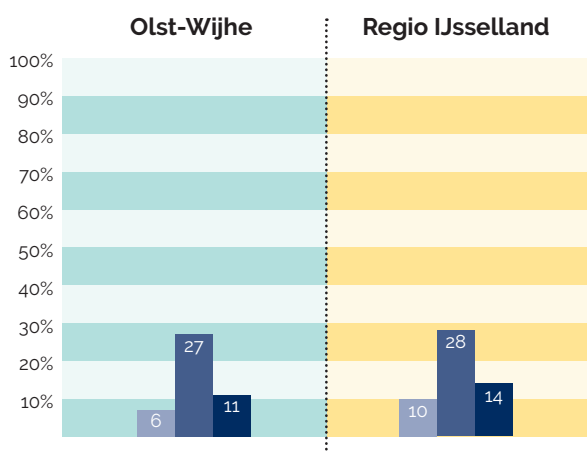
Ervaart de gezondheid als goed of zeer goed



- Van de respondenten ervaart 76% hun gezondheid als goed of zeer goed.
- Mannen ervaren hun gezondheid net zo vaak als (zeer) goed als vrouwen (76% vs. 77%).
- Mensen die samenwonen ervaren hun gezondheid vaker als (zeer) goed dan alleenwonenden (78% vs. 67%).
- Mensen met een hoog opleidingsniveau ervaren hun gezondheid vaker als (zeer) goed dan mensen met een laag opleidingsniveau (84% vs. 57%).

Volwassenen Ouderen Totaal

Heeft één of meerdere lichamelijke beperkingen (horen, zien, bewegen)



- Van de respondenten heeft 11% één of meerdere lichamelijke beperkingen.
- Alleenwonenden hebben vaker een lichamelijke beperking dan mensen die samenwonen (20% vs. 10%).
- Achtendertig procent van de respondenten heeft een chronische aandoening. De meest voorkomende chronische aandoeningen zijn gewrichtsslijtage van de heupen of knieën (25%) en een hoge bloeddruk (23%).

Volwassenen Ouderen Totaal

Psychische gezondheid

- Drieënveertig procent van de respondenten in Olst-Wijhe heeft een matig of hoog risico op een angststoornis of depressie.
- Negen procent van de respondenten geeft aan onvoldoende eigen regie over het leven te hebben. Mensen met een laag opleidingsniveau geven vaker aan onvoldoende regie te hebben over het eigen leven dan mensen met een hoog opleidingsniveau (11% vs. 6%).
- Alleenwonenden geven vaker aan onvoldoende regie te hebben over het eigen leven dan samenwonenden (12% vs. 8%).
- Van de respondenten vindt 85% het leven zinvol. Volwassenen vinden het leven vaker zinvol dan ouderen (91% vs. 70%).

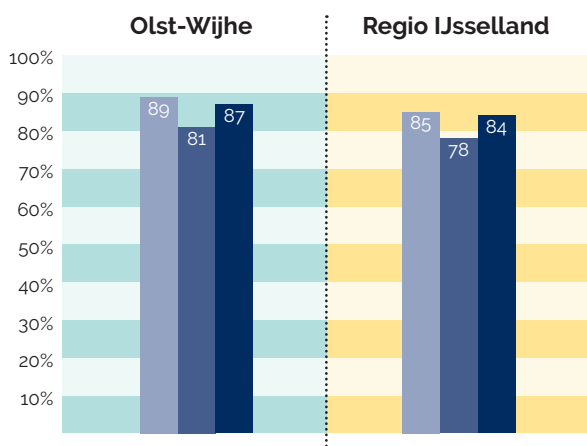


Leefstijl

Een gezonde leefstijl bevordert de algehele fitheid, vergroot de weerstand en verkleint het risico op chronische ziekten zoals obesitas (ernstig overgewicht), hart- en vaatziekten, diabetes, osteoporose en een aantal vormen van kanker.

Leefstijlthema's die onderzocht zijn: overgewicht, roken, alcoholconsumptie, voeding, bewegen en sporten. Er is een samenhang tussen deze leefstijlthema's: respondenten scoren vaak goed dan wel slecht op meerdere van deze thema's.

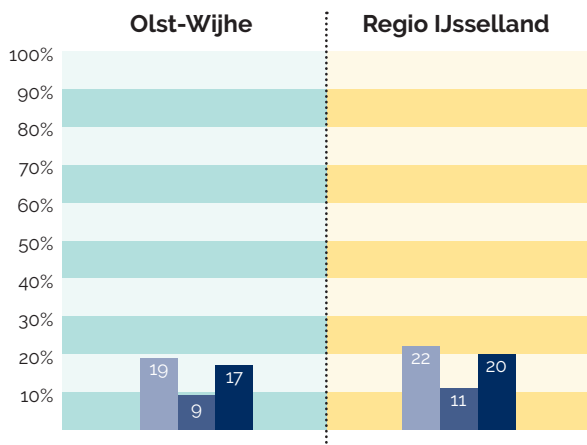
Heeft in de afgelopen 12 maanden alcohol gedronken



- Van de respondenten heeft 87% in de afgelopen 12 maanden alcohol gedronken.
- Drieëntwintig procent van de respondenten is een overmatige drinker (*mannen >14 glazen per week, vrouwen >7 glazen per week*).

■ Volwassenen ■ Ouderen ■ Totaal

Rookt nu



- Zeventien procent van de respondenten rookt op dit moment.
- Iets meer mannen dan vrouwen geven aan dat ze roken (18% vs. 15%).

■ Volwassenen ■ Ouderen ■ Totaal

Overgewicht

Overgewicht is vaak het resultaat van een ongezonde leefstijl, zoals weinig bewegen (bijvoorbeeld veel televisie kijken, veel achter de computer zitten), ongezonde voeding, beïnvloeding door reclame en gewenning aan grote porties voedsel. Erfelijkheid kan ook een rol spelen bij het ontstaan van overgewicht.

- Iets meer dan de helft van de respondenten (53%) heeft overgewicht. Van de volwassenen is dit 50% en van de ouderen 61%.
- Alleenwonenden hebben minder vaak overgewicht dan mensen die samenwonen (48% vs. 53%).

Bewegen

De Nederlandse Norm Gezond Bewegen = tenminste 5 dagen per week voldoende bewegen (minimaal 30 minuten matig intensief).

In Olst-Wijhe voldoet 64% van de volwassenen en ouderen aan deze norm.

Hierbij is opvallend dat meer ouderen (65 jaar en ouder) voldoen aan deze norm dan volwassenen (76% vs. 60%).

Samenhang tussen leefstijl en ervaren gezondheid



Een gezonde leefstijl hangt vaak samen met een positieve ervaren gezondheid: mensen die voldoende bewegen ervaren hun gezondheid vaker als goed dan mensen die onvoldoende bewegen*, mensen zonder overgewicht ervaren hun gezondheid vaker als goed dan mensen met overgewicht en mensen die niet roken ervaren hun gezondheid vaker als goed dan mensen die wel roken.

* volgens de 'Nederlandse Norm Gezond Bewegen'.

Sociaal maatschappelijke participatie

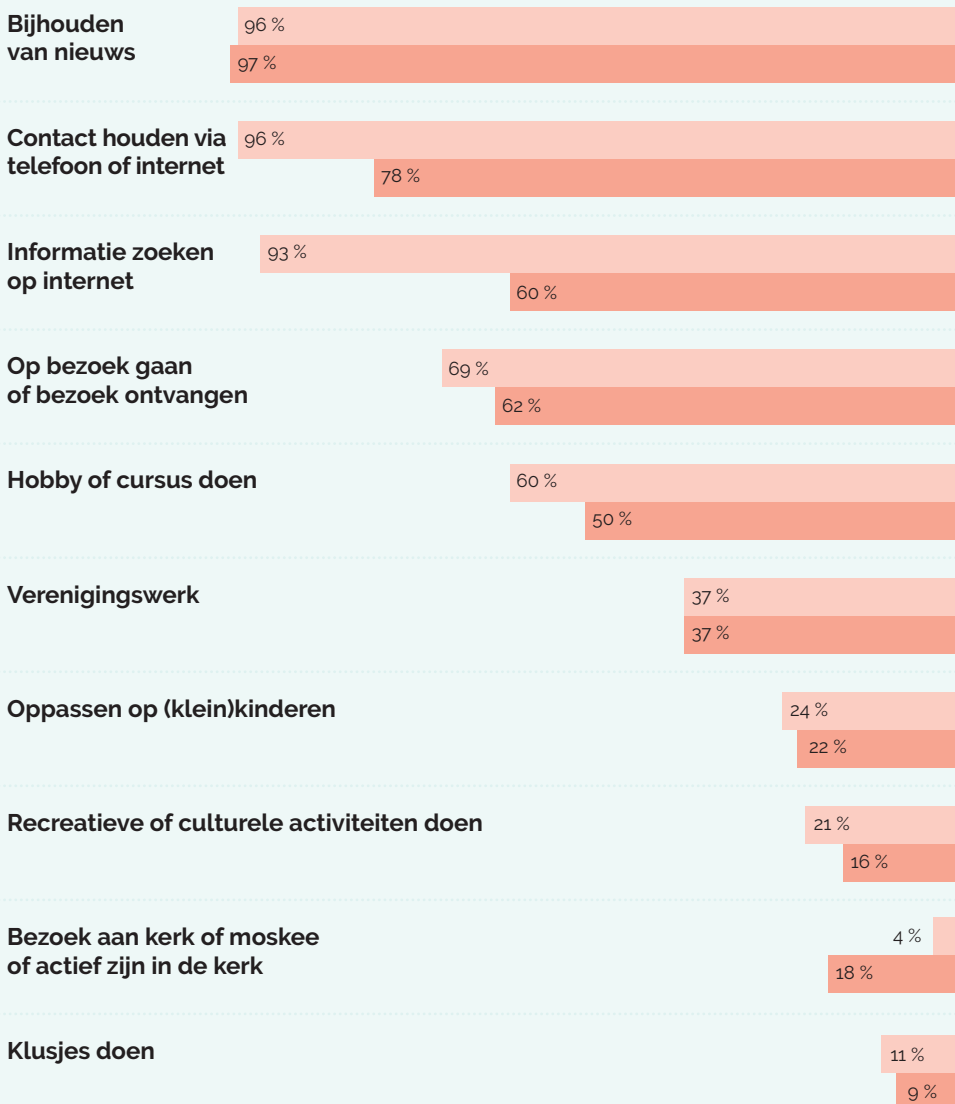
Participatie in de maatschappij heeft een positieve invloed op de gezondheidsbeleving van mensen. Het is belangrijk om hobby's te hebben, waardevolle sociale contacten te hebben, mantelzorg te geven, vrijwilligerswerk te doen of iets voor een ander te kunnen betekenen. Mensen met een goed sociaal netwerk ontvangen daar vaak steun van.

In deze factsheet wordt sociaal maatschappelijk participeren weergegeven aan de hand van een aantal onderwerpen: sociale contacten, mantelzorg geven, vrijwilligerswerk doen en het ervaren van eenzaamheid.

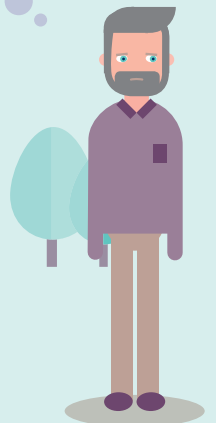
4 %

Participatie

19 tot 65 jaar
65 jaar en ouder



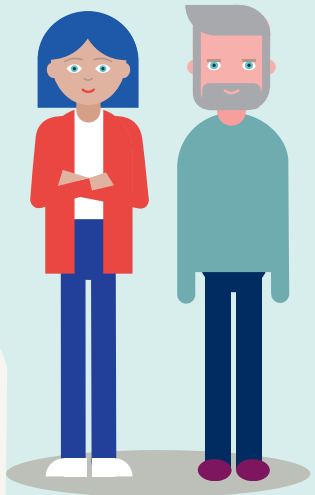
Ik voel me gelukkig
86%



Heeft het gevoel (soms of vaker) buiten de samenleving te staan

Eenzaamheid		Is eenzaam
Leeftijd	19 tot 65 jaar	33 %
	65 jaar en ouder	47 %
Opleiding (hoogst behaalde)	Lo	59 %
	Mavo, lbo	39 %
	Havo, vwo, mbo	31 %
	Hbo, wo	35 %
Samenstelling huishouden	Samenwonend	32 %
	Alleenwonend	56 %

Ik voel me zeer gelukkig
68%



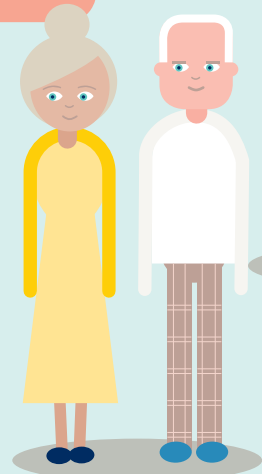
Volwassenen (19 tot 65 jaar)

Welbevinden

Het welbevinden van mensen hangt samen met veel aspecten van gezondheid en vice versa.

Gezonde mensen voelen zich over het algemeen gelukkiger en mensen die zich gelukkig voelen kunnen meestal ook beter overweg met problemen en ziekten en herstellen sneller.

Ik voel me zeer gelukkig
66%



Ouderen (65 jaar en ouder)

Vrijwilligerswerk en mantelzorg

Van de respondenten doet 40% vrijwilligerswerk. Dit is vergelijkbaar met het gemiddelde in de regio IJsselland: 39%. Samenwonenden doen vaker vrijwilligerswerk dan alleenwonenden (42% vs. 32%). Zeventien procent van de respondenten geeft mantelzorg. In de regio IJsselland is dit 16%. Respondenten met een hoge opleiding geven vaker mantelzorg dan respondenten met een lage opleiding (20% vs. 10%).

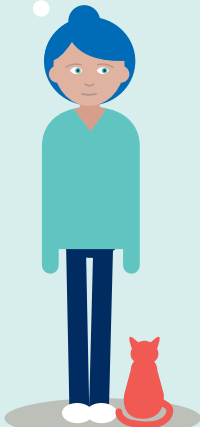
Samenhang tussen sociaal maatschappelijke participatie en gelukkig voelen

Ik voel me gelukkig
99%



Heeft niet het gevoel buiten de samenleving te staan

Ik voel me gelukkig
82%



Voelt zich eenzaam

Ik voel me gelukkig
98%



Voelt zich niet eenzaam



Colofon

Uitgave: GGD IJsselland, herziene versie december 2017

Onderzoek uitgevoerd door: Kennis- en expertisecentrum GGD IJsselland

Ontwerp en opmaak: hollandse meesters, Utrecht

Kijk voor alle cijfers in het bijbehorende tabellenboek of op de Gezondheidsatlas:
www.gezondheidsatlasggdijselland.nl.

Voor vragen over deze factsheet kunt u mailen naar het Kennis- en expertisecentrum van GGD IJsselland: KEC@ggdijselland.nl.