

Resultaten panelonderzoek

8-5-2024

Positieve Gezondheid

Inhoud

2. [Achtergrond](#)
3. [Gezond en gelukkig](#)
4. [Onderdelen van gezondheid](#)
5. [Invloed op gezondheid](#)
6. [Minder aandacht voor gezondheid](#)
7. [Eigen regie](#)
8. [Positieve Gezondheid](#)
9. [Brede blik in de praktijk](#)
11. [Samenvatting en contact](#)



Achtergrond

Begin mei hebben de onderzoekers samen met de Alliantie Positieve Gezondheid een panelonderzoek uitgezet over Positieve Gezondheid. We hebben het panel gevraagd wat zij belangrijk vinden in hun eigen gezondheid en wat daarop van invloed is. Daarnaast waren we benieuwd of de panelleden de ontwikkeling naar een bredere blik op gezondheid ervaren en in welke situaties deze brede blik wordt herkend of juist wordt gemist.

De resultaten van dit panelonderzoek staan in deze factsheet beschreven. Met de pijlen onder aan de pagina kan naar de volgende of vorige pagina worden gegaan.

2561 panelleden vulden de vragenlijst in. Dit is een respons percentage van: **48%**

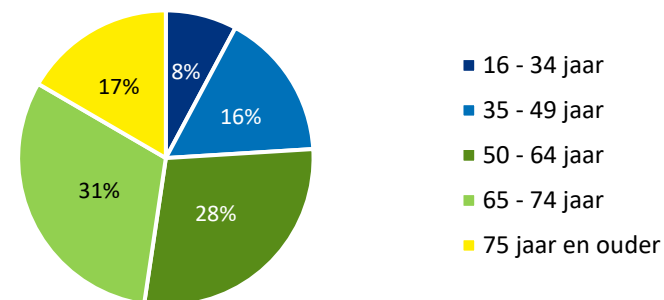


Achtergrondkenmerken deelnemers*

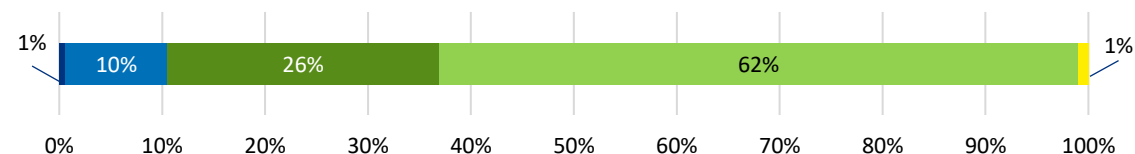
Geslacht



Leeftijd



Opleidingsniveau



■ Geen onderwijs, basisonderwijs ■ VMBO, MAVO of LBO ■ HBO, WO
■ HAVO, VWO of MBO ■ Ik volg een opleiding/studeer

* Qua samenstelling is dit panel niet representatief voor de hele regio. De resultaten van dit onderzoek moeten beschouwd worden als een indicatie voor wat er leeft in de regio.

Gezond en gelukkig

76%

van de respondenten beoordeelt hun eigen gezondheid als (zeer) goed



81%



72%

7,6

is het gemiddelde rapportcijfer dat respondenten geven voor hoe gelukkig zij zich meestal voelen



7,7



7,4



Mannen beoordelen hun gezondheid vaker als (zeer) goed in vergelijking met vrouwen. Ook geven zij een iets hoger rapportcijfer voor hoe gelukkig zij zich meestal voelen.



Onderdelen van gezondheid

Wat vinden respondenten het meest belangrijk als het gaat om hun gezondheid?



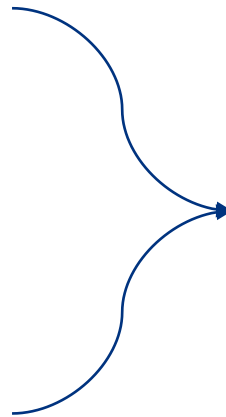
Zich vol energie of fit voelen (39%)



Bij dagelijkse activiteiten geen last ervaren door klachten of ziekte (39%)



Vrij zijn van klachten of pijn (38%)



Voor respondenten tot en met 64 jaar staat 'zich vol energie of fit voelen' op de eerste plaats. Voor respondenten van 65 jaar en ouder is dit 'bij dagelijkse activiteiten geen last ervaren door klachten of ziekte'.

Verschillen tussen leeftijdsgroepen

16-34 jaar

Zich vol energie of fit voelen (50%)

Lekker in zijn of haar vel zitten (42%)

Vrij zijn van klachten of pijn (39%)

35-49 jaar

Zich vol energie of fit voelen (51%)

Vrij zijn van klachten of pijn (45%)

Lekker in zijn of haar vel zitten (39%)

50-64 jaar

Zich vol energie of fit voelen (43%)

Vrij zijn van klachten of pijn (42%)

Bij dagelijkse activiteiten geen last ervaren door klachten of ziekte (37%)

65-74 jaar

Bij dagelijkse activiteiten geen last ervaren door klachten of ziekte (42%)

Vrij zijn van klachten of pijn (36%)

Zich vol energie of fit voelen (34%)

75+ jaar

Bij dagelijkse activiteiten geen last ervaren door klachten of ziekte (47%)

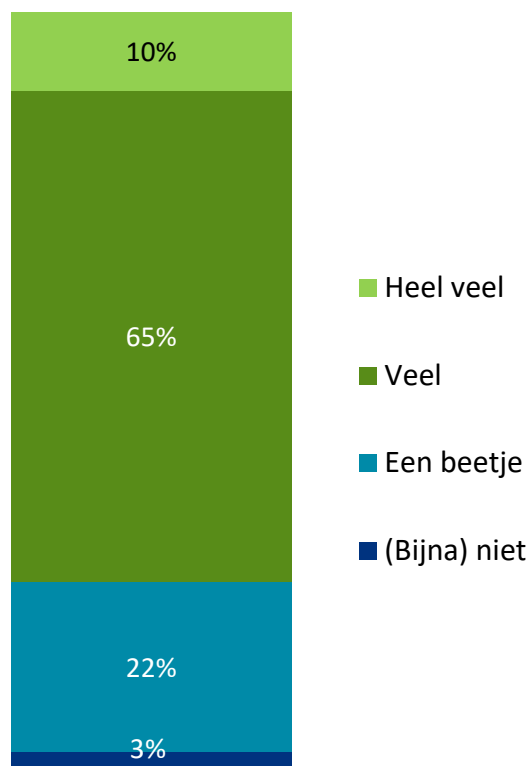
Vrij zijn van klachten of pijn (30%)

Kunnen genieten van activiteiten (28%)

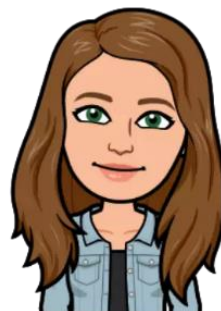


Invloed op gezondheid

In hoeverre denken respondenten invloed uit te kunnen oefenen op hun gezondheid?



Driekwart van de respondenten geeft aan dat zij invloed kunnen uitoefenen op hun gezondheid. Dit doen zij onder andere door het eten van **gezonde voeding, voldoende bewegen, niet roken en beperkt alcohol drinken**. Ook geven de respondenten aan dat het belangrijk is om **stress te vermijden, genoeg te slapen, positief te zijn, te genieten en sociale contacten te onderhouden**.



Eén op de vier respondenten ervaart moeite om invloed uit te oefenen op hun gezondheid. In veel gevallen kampen zij met een **chronische ziekte of beperking** of zijn er **andere omstandigheden** (zoals mantelzorg verlenen of een drukke baan) waardoor zij minder zorg kunnen dragen voor hun eigen gezondheid.

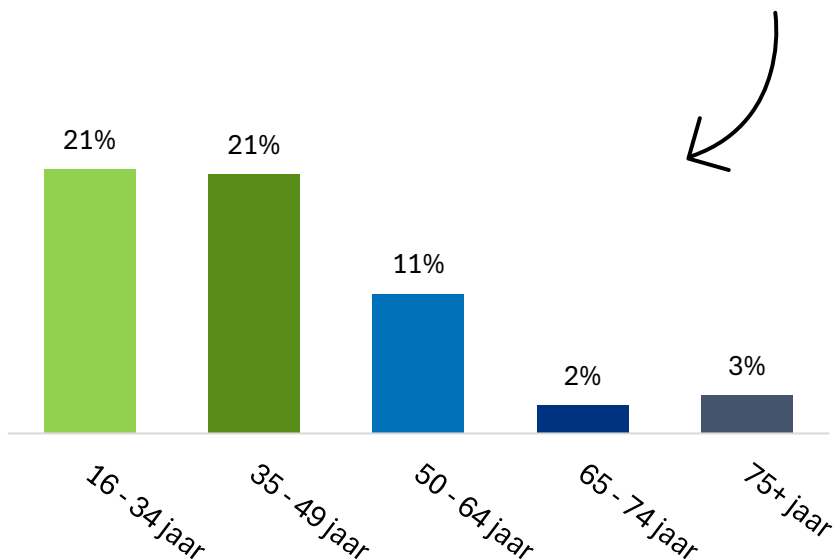


Minder aandacht

9%

van de respondenten kan onvoldoende aandacht besteden aan hun eigen gezondheid.

Dit zijn met name de respondenten tot 50 jaar.



Waardoor kunnen respondenten minder aandacht besteden aan hun eigen gezondheid?

“Weinig tijd over na werk, gezin en andere verantwoordelijkheden”

“Lichamelijke en mentale klachten”

“Stress”

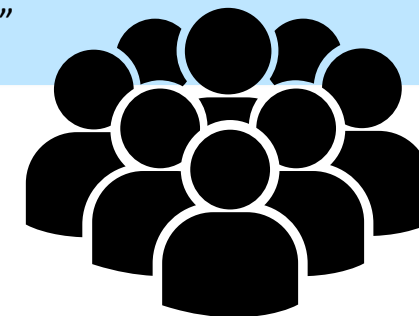
“Druk leven”

“Moeilijk om gezonde leefstijl vol te houden in ongezonde omgeving”

“Weinig energie”

“Drempel om naar de huisarts te gaan”

“Geen geld voor de sportschool”



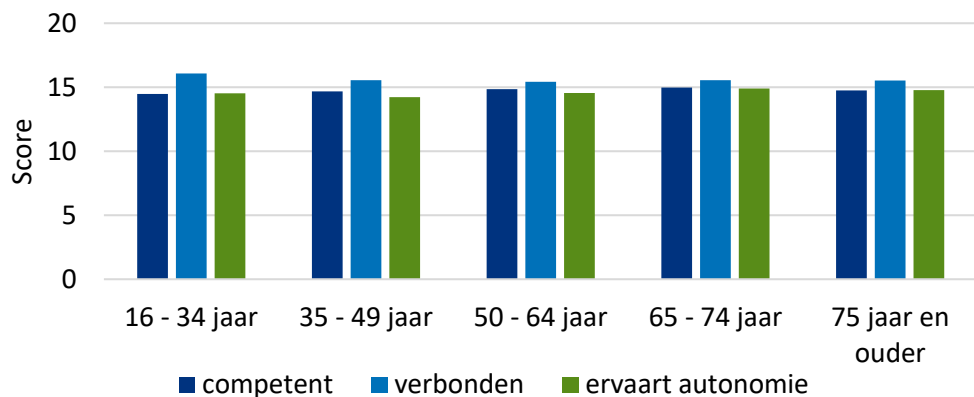
Eigen regie

Om eigen regie te kunnen voeren is het belangrijk dat mensen:

- Zich competent voelen
- Zich verbonden voelen met anderen
- Autonomie ervaren om zelf keuzes te maken

Door middel van een aantal vragen is onderzocht hoe respondenten scoorden op bovenstaande onderdelen. Als er op alle drie de onderdelen meer dan 15 punten worden gehaald, geeft het aan dat respondenten in goed staat zijn om eigen regie te voeren. Er konden per onderdeel maximaal 20 punten worden gehaald.

Gemiddelde scores op de onderdelen:

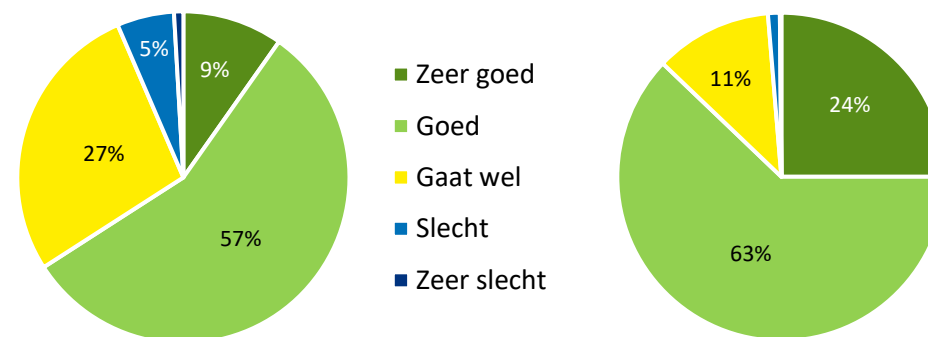


44% van de respondenten scoort op alle drie de onderdelen meer dan 15 punten.

We zien dat respondenten die meer dan 15 punten scoren op de onderwerpen competent, verbonden en autonomie, hun eigen gezondheid vaker als (zeer) goed ervaren.



Ervaren gezondheid



Respondenten die ≤ 15 punten scoren op een of meerdere onderdelen

Respondenten die > 15 punten scoren op alle drie onderdelen



Positieve Gezondheid

Wat is een brede blik op gezondheid?

Gezondheid gaat om veel meer dan alleen de afwezigheid van ziekte. Het is gaat over het totaalplaatje van hoe iemand is, leeft en zich voelt. Deze brede blik op gezondheid noemen we ook wel **Positieve Gezondheid**.

Om deze brede blik in de praktijk toe te passen wordt vaak het Positieve Gezondheid spinnenweb gebruikt. Hierin is Positieve Gezondheid uitgewerkt in zes onderdelen: lichaamsfuncties, mentaal welbevinden, zingeving, kwaliteit van leven, meedoen en dagelijks functioneren.

Ben je benieuwd hoe jij scoort op deze verschillende onderdelen? Vul dan [hier](#) de vragenlijst in en bekijk jouw persoonlijke Positieve Gezondheid spinnenweb.



82%

van de respondenten was bekend met de ontwikkeling dat gezondheid steeds breder wordt gezien



Brede blik

43%

van de respondenten heeft een situatie meegemaakt waarin zij de brede blik op gezondheid herkennen

62% van hen beoordeelt de brede blik op hun gezondheid met een 8 of hoger



Situaties waarin de brede blik wordt herkent:



In het panel zitten veel beroepskrachten en vrijwilligers die de brede blik gebruiken in hun werk.



Verschillende beroepskrachten (zoals huisarts, verloskundige, fysiotherapeut, cardioloog, diëtist, psycholoog) kijken verder dan het probleem waar patiënten voor komen.



Er wordt toegewerkt naar een doel dat respondenten zelf wil bereiken. Hiermee is er ook aandacht voor zingeving en kwaliteit van leven.



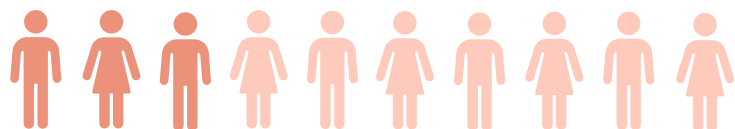
Er is aandacht voor mentaal welbevinden op het werk, in de sociale omgeving en in de zorg. Ook bij diegene die bijvoorbeeld de mantelzorg verleent of iemand verloren heeft.



Zelf goed naar eigen lichaam luisteren en zorgen voor een evenwicht op zowel lichamelijk, mentaal als sociaal vlak.



Brede blik



28%

van de respondenten heeft een situatie meegemaakt waarin zij de brede blik op gezondheid misten

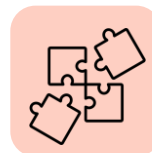
Situaties waarin de brede blik wordt gemist:



Respondenten vertellen over situaties waarin onjuiste of onvolledige diagnoses gesteld zijn, waardoor de behandeling niet aansloot bij wat nodig was.



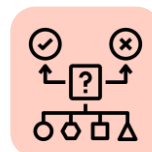
Door tijdgebrek bij de huisarts wordt er vaak maar naar een specifieke klacht gekeken. De symptomen worden bestreden, maar de oorzaak wordt vaak niet onderzocht.



Specialisten kijken vaak alleen naar hun eigen vakgebied. Daarbuiten kunnen ze je niet helpen. Ook mist er aandacht voor de samenhang met andere ziekten en behandelingen.



Respondenten voelen zich niet altijd serieus genomen, wanneer een arts hun klachten wegzet als 'iedereen heeft deze klachten wel eens' of 'het hoort bij de leeftijd'.



Door de aanwezige protocollen en systemen is er niet genoeg aandacht voor individuele casussen. Respondenten noemen bijvoorbeeld de starheid binnen de Wmo en UWV.



Samenvatting en contact

Samenvatting

- De meeste respondenten beoordelen hun gezondheid als (zeer) goed en voelen zich meestal gelukkig. Mannelijke respondenten zijn hier over het algemeen positiever over dan vrouwelijke respondenten.
- De drie belangrijkste onderdelen van gezondheid zijn volgens de respondenten: 'bij dagelijkse activiteiten geen last ervaren door ziekte of klachten', zich 'vol energie of fit voelen', en 'vrij zijn van klachten'.
- Driekwart van de respondenten geeft aan invloed uit te oefenen op hun gezondheid. Dit gebeurt voornamelijk door een gezonde leefstijl aan te houden.
- Als respondenten onvoldoende aandacht kunnen besteden aan hun eigen gezondheid komt dit vaak door tijdgebrek en stress.
- Meer dan de helft van de respondenten voelde zich afgelopen week competent, verbonden met anderen en had een gevoel van autonomie.
- De meeste respondenten waren bekend met de ontwikkeling dat gezondheid steeds breder wordt gezien. Bijna de helft van de respondenten kon een situatie noemen waarin zij de brede blik herkennen en bijna één derde noemde een situatie waarin zij de brede blik juist hebben gemist.

Vragen over het panel?

- Wil je je **aanmelden** voor het panel?
Klik dan [hier](#) voor het aanmeldformulier.
- Wil je je **afmelden** voor het panel of heb je **een andere vraag**?
Stuur dan een mail naar: servicedesk@r2e.nl

De onderzoekers

en

Alliantie Positieve Gezondheid ZHN



Iris de Vos

en



Simone Verdiesen

