

Gezondheid jongvolwassenen in coronatijd

en de samenhang met een positieve houding en een goede relatie met familie en vrienden

De fase van 16 t/m 25 jaar is een belangrijke levensfase. Jongeren zoeken een plek in de maatschappij (‘wat past wel en wat niet bij mij?’). Er verandert veel voor hen, zoals de relatie met ouders/verzorgers, (keuze voor) opleiding, woonsituatie, arbeidsmarkt, relaties en seksualiteit, vriendschappen, financiën, leefstijl en gezond gedrag. In deze infographic gaan we in op de gezondheid van de jongvolwassenen in 2021. We leggen daarnaast het verband tussen deze gezondheidscijfers en hoe de jongvolwassenen reageren op de gevolgen van de coronamaatregelen.

#HOE GAAT HET MET JOU?!

GGD regio Utrecht (GGDrU) heeft in nauwe samenwerking met gemeente Utrecht in 2021 een pilotonderzoek uitgevoerd naar de gezondheid en leefstijl van jongeren in de leeftijd van 16 tot en met 25 jaar. Uiteraard is er speciale aandacht geweest voor de impact van de coronapandemie. In totaal vulden 4.401 jongvolwassenen uit de provincie Utrecht de vragenlijst bruikbaar in. Er deden 3056 vrouwen en 1294 mannen mee; 51 jongvolwassenen gaven bij geslacht ‘anders’ aan. Samen vertegenwoordigen deze deelnemers 170.280 jongvolwassenen uit de provincie Utrecht. Hieronder staan de achtergrondkenmerken weergegeven na toepassing van de weging.

Wie deden er mee?

- 47% mannen, 51% vrouwen en 2% anders
- 28% 16 t/m 18 jaar, 31% 19 t/m 21 jaar en 41% 22 t/m 25 jaar
- 62% woont bij zijn ouders, 38% woont zelfstandig
- 27% volgt praktijkonderwijs of vmbo/mbo, 34% havo of hbo en 37% vwo of universiteit

Het is voor de eerste keer dat GGD regio Utrecht en gemeente Utrecht een onderzoek hebben gedaan onder specifiek deze doelgroep. De deelnemers aan dit onderzoek zijn geworven via hun netwerk en via sociale media. Er hebben voldoende mensen meegedaan om betrouwbare cijfers op regioniveau te presenteren.

Hoe gaat het met de gezondheid van de jongvolwassenen in coronatijd?

We presenteren van verschillende gezondheidsindicatoren het percentage op provincieniveau en de groepen die minder gunstig scoren.

Goed tot zeer goed ervaren gezondheid

Jongvolwassenen provincie Utrecht
66%

Groepen met minder goed ervaren gezondheid

- Vrouwen
- Praktijk onderwijs (v)mbo
- havo, hbo

Matige tot ernstige psychische klachten

Jongvolwassenen provincie Utrecht
26%

Groep die vaker matige tot ernstige psychische klachten heeft

- Vrouwen

Gezondheidsklachten- of problemen

Jongvolwassenen provincie Utrecht
51%

51% heeft twee of meer van onderstaande gezondheidsklachten of problemen:

- Angstklachten
- Depressieve klachten
- Concentratieproblemen
- Slaapproblemen
- Nek- of rugklachten
- Langdurige vermoeidheid

Groepen die vaker gezondheidsklachten of -problemen hebben

- Vrouwen
- Woont zelfstandig (met andere jongeren)

Uit andere onderzoeken weten we dat jongvolwassenen in vergelijking met andere leeftijdsgroepen vaker ongunstiger scoren op gezondheidsindicatoren zoals psychische klachten en eenzaamheid (Lees meer over andere onderzoeken op: Gezondheidsatlas Noord-Holland Noord; Thesis J. Dopmeijer over het welzijn van studenten, 2021).

De werving van de deelnemers voor dit onderzoek vond grotendeels plaats tijdens de lockdown, van begin maart tot begin juli 2021. In vergelijking met soortgelijke onderzoeken vóór corona valt op dat in dit onderzoek minder gunstig wordt gescoord op de gezondheidsindicatoren. Toch heeft tweederde van de jongvolwassenen in 2021 een goed tot zeer goed ervaren gezondheid.

GGD regio Utrecht

Wat als ze last hebben van de gevolgen van de coronamaatregelen?

Top 3:

- **67%** accepteert dat ze er last van hebben
- **50%** zoekt afleiding als ze er last van hebben
- **36%** blijft positief als ze er last van hebben

Hoe gaat het met hun sociale relaties?

- **47%** relatie met vrienden slechter geworden door corona
- **45%** ervaart veranderingen thuis door corona
- **26%** leert thuis beter met elkaar omgaan door corona
- **17%** relatie met vrienden beter geworden door corona

Samenhang tussen last van gevolgen maatregelen en gezondheid

Jongvolwassenen die positief blijven als ze last hebben van de gevolgen van coronamaatregelen:

- Ervaren hun gezondheid vaker als goed tot zeer goed
- Hebben minder vaak gezondheidsklachten of -problemen
- Hebben minder vaak matige tot ernstige psychische klachten

Jongvolwassenen die accepteren dat ze last hebben van de gevolgen van de coronamaatregelen:

- Ervaren hun gezondheid vaker als goed tot zeer goed
- Hebben minder vaak matige tot ernstige psychische klachten

Jongvolwassenen die afleiding zoeken als ze last hebben van de gevolgen van de coronamaatregelen:

- Hebben minder vaak gezondheidsklachten of -problemen

Samenhang tussen sociale gevolgen maatregelen en gezondheid

Jongvolwassenen die thuis beter met elkaar hebben leren omgaan in coronatijd:

- Ervaren hun gezondheid vaker als goed tot zeer goed
- Hebben minder vaak matige tot ernstige psychische klachten

Jongvolwassenen van wie relatie met vrienden beter is geworden in coronatijd:

- Ervaren hun gezondheid vaker als goed tot zeer goed
- Hebben minder vaak gezondheidsklachten of -problemen
- Hebben minder vaak matige tot ernstige psychische klachten



Hoe jongvolwassenen reageren op de gevolgen van de coronamaatregelen hangt vaak samen met hun gezondheid. Degenen die het lukt om positief te blijven als ze last hebben van de coronamaatregelen hebben bijvoorbeeld minder vaak gezondheidsklachten of -problemen en hebben minder vaak psychische klachten. Deze jongeren geven ook vaker aan dat zij hun gezondheid als (zeer) goed ervaren. Hetzelfde geldt voor jongvolwassenen die een betere band hebben gekregen met hun familie of vrienden. Positieve copingstrategieën (bv de situatie in een meer positief licht zien, nadenken over hoe je de situatie ten goede kan veranderen) hangen daarmee samen met een gunstigere gezondheid.

Wel is opvallend dat afleiding zoeken wanneer je last hebt van de gevolgen van de maatregelen niet samenhangt met een betere gezondheid.

Doordat we geen gegevens hebben over de gezondheid van de ondervraagden vóór coronatijd, kunnen we niet nagaan of dit verband betekent dat het kunnen omgaan met tegenslagen een gunstige invloed heeft op de gezondheid of dat een goede gezondheid een gunstige invloed heeft op hoe jongvolwassenen reageren als ze last hebben van de coronamaatregelen.

Colofon
Uitgave GGD regio Utrecht
©, september 2021

Onderzoek uitgevoerd door GGD regio Utrecht en gemeente Utrecht

Voor vragen over dit onderzoek kunt u mailen naar **onderzoek@ggdru.nl.**

GGD regio Utrecht