

**CORONA
GEZONDHEIDS
MONITOR
JONGVOLWASSENEN**

Rapportage Brabant-Zuidoost

Maart 2023



Brabant-Zuidoost

HOE GAAT HET NU MET JE?

WAT IS JOUW

PANDEMENING?

Wat is de impact van corona op de gezondheid en het welzijn van jongvolwassenen?

Gemeenten zijn vanuit de wet verplicht om de gezondheidssituatie van hun inwoners in kaart te brengen, ook na rampen en crisissen. De coronacrisis is daar één van. Gemeenten laten deze wettelijke taak uitvoeren door GGD'en. Met dit onderzoek geven GGD'en op landelijk en regionaal niveau inzicht in de fysieke en mentale gezondheid van jongvolwassenen tijdens en na de coronaperiode.

Deze rapportage biedt informatie voor de invulling van regionaal en lokaal jeugd- en gezondheidsbeleid. Dit is de eerste keer dat de gezondheidsmonitor landelijk en in onze regio onder deze doelgroep werd uitgevoerd. Daardoor kunnen wij helaas geen trends van voor de coronaperiode in deze rapportage tonen.

Netwerk GOR (Gezondheidsonderzoek bij Rampen)

De GGD'en voeren de Corona Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen 2022 uit in het kader van de Integrale (populatie-brede) Gezondheidsmonitor COVID-19. Hierbij wordt samengewerkt met GGD GHOR Nederland, het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM), het Nivel en ARQ Nationaal Psychotrauma Centrum. Samen vormen zij het netwerk GOR. Het onderzoek is bedoeld om de fysieke en mentale gezondheidseffecten als gevolg van de coronacrisis onder de Nederlandse bevolking inzichtelijk te maken. ZonMw is namens het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS) opdrachtgever van de monitor en faciliteert verbinding tussen lopende onderzoeken.

Leeswijzer

In voorjaar/zomer van 2022 is de Corona Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen afgenomen onder 16 t/m 25 jarigen in Nederland. Het betrof een online vragenlijst.

[Bekijk hier een inblikvoorbeeld van de vragenlijst.](#)

Respons

In de regio Zuidoost-Brabant hebben **2.367** jongvolwassenen de vragenlijst ingevuld. De totale respons in Nederland betrof 69.750 jongvolwassenen. Alle verzamelde gegevens zijn anoniem verwerkt. De belangrijkste resultaten voor de regio worden per thema besproken in deze rapportage. Daarbij gaan we ook in op verschillen tussen groepen. Een volledig overzicht van de resultaten kunt u terugvinden in het [tabellenboek](#).

Standaardisatie naar regio, leeftijd en gender

Voor de Corona Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen 2022-2023 is geen steekproef getrokken. De vragenlijst was in te vullen via een open link en respondenten zijn geworven via een online social media campagne aangevuld met een offline campagne. In de groep respondenten was sprake van een aanzienlijke oververtegenwoordiging van vrouwen (67%). Daarnaast waren de oudste leeftijdjaren in de doelgroep licht ondervertegenwoordigd. De cijfers die in deze rapportage worden gepresenteerd zijn gestandaardiseerd naar GGD-regio, leeftijd (16-17 jaar, 18-20 jaar en 21-25 jaar) en gender (in twee groepen: mannen en vrouwen). Dit betekent dat er is gecorrigeerd voor een niet-representatieve verhouding van deze kenmerken in de data, zodat de cijfers een zo representatief mogelijk beeld geven van alle jongvolwassenen in de regio en in Nederland. De groep jongvolwassenen die zich als non-binair beschouwd is te klein om op regionaal niveau cijfers voor uit te splitsen.

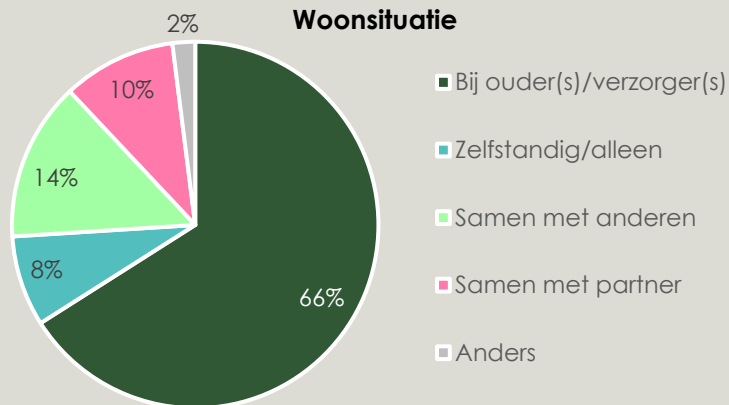
Minimumgrens aantal antwoorden

Vanwege de betrouwbaarheid van de resultaten en de privacy van de respondenten hanteren we bij de rapportage een minimum van 100 respondenten die de vraag ingevuld hebben en een minimum van 10 respondenten per specifiek antwoord. Indien de aantallen lager liggen, worden de cijfers niet weergegeven.



Twee op de drie jongvolwassenen woont thuis

Naarmate de leeftijd stijgt neemt zoals verwacht de groep jongvolwassenen toe die zelfstandig of samen wonen. Daarbij zien we dat mannen vaker samenwonen met anderen, bijvoorbeeld in een studentenhuis. Vrouwen wonen vaker samen met hun partner.



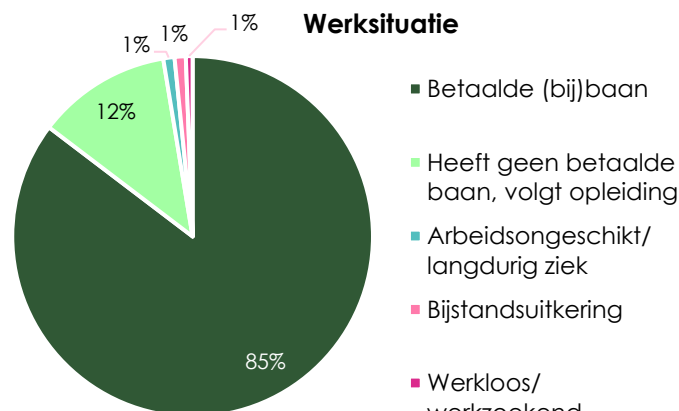
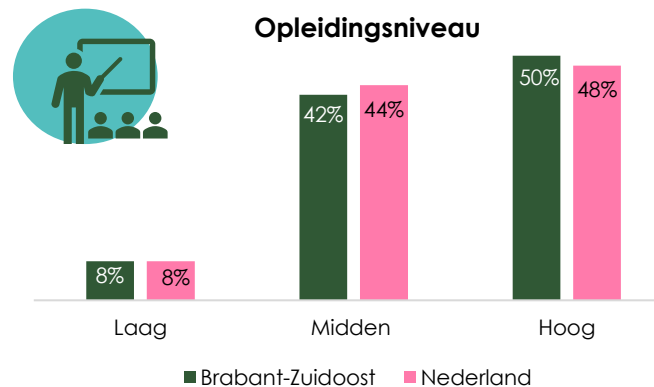
Problemen huisvesting en financiën bron voor psychische klachten

Door de woning- en financiële crisis wonen jongvolwassenen langer thuis of in een studentenhuis dan zij zelf zouden willen. Circa **70%** van de jongvolwassenen maakt zich met het oog op de toekomst (heel) veel zorgen over de woningmarkt.

Problemen rondom (betaalbaar) wonen en moeite met rondkomen dragen naar verwachting in toenemende mate bij aan de ervaren psychische klachten van jongvolwassenen.

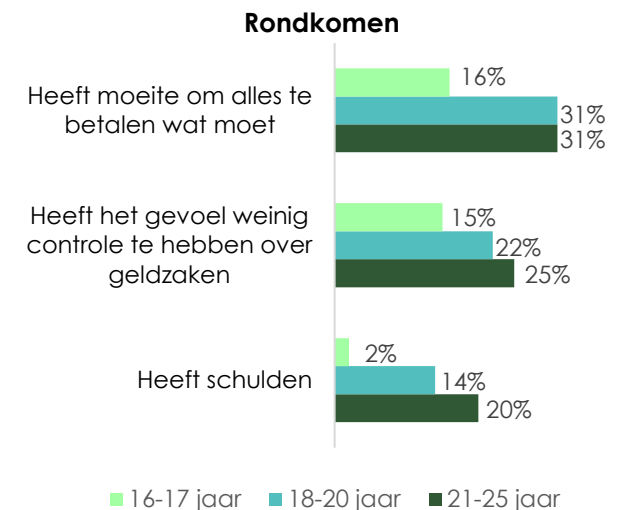
Ervaren gezondheid verschilt naar opleidingsniveau

Van alle 16-25 jarigen in de regio volgt **71%** een opleiding. Daarnaast heeft circa **85%** (ook) een betaalde (bij)baan. Jongvolwassenen die lager/midden opgeleid zijn beoordelen hun gezondheid minder vaak als '(zeer) goed' dan de groep hoger opgeleiden. Ook de mentale gezondheid is op diverse aspecten bij deze groep minder gunstig.



Ruim één op de vijf ervaart weinig controle over geldzaken

Geldzorgen kunnen leiden tot veel stress en andere psychische klachten. Financiële zorgen nemen bij jongvolwassenen met het stijgen van de leeftijd snel toe. Het aandeel 18 plussers dat moeite heeft met rondkomen is twee keer zo hoog als bij de 16-18 jarigen. Vrouwen hebben vaker problemen met rondkomen dan mannen. Ook ervaren zij vaker weinig controle over hun geldzaken.



Hulp bij geldzorgen is dus van belang bij de preventie van mentale problemen. Voorbeelden van laagdrempelige hulp voor jongeren en jongvolwassenen zijn [Zakgeldkanjers](#) en [Werkplaats Financien XL](#)



Impact coronaperiode groot

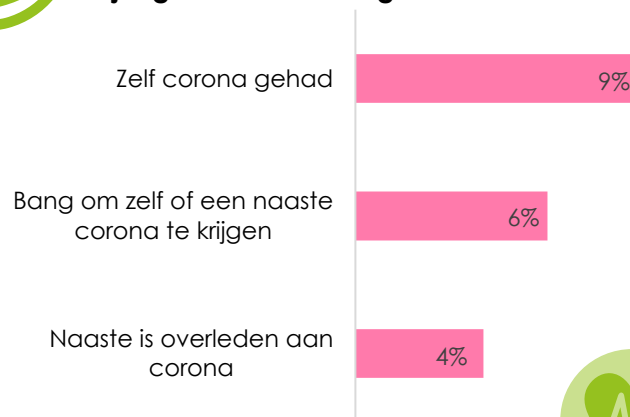
Coronamaatregelen, zoals lockdowns, sluiting van scholen, verplicht thuiswerken en 1,5 meter afstand houden, hebben diep ingegrepen op het dagelijks leven van jongvolwassenen. Circa **44%** heeft alleen negatieve gevolgen ervaren van de coronaperiode. Dit geldt vaker voor vrouwen dan voor mannen. De verschillen tussen leeftijdsgroepen zijn daarbij klein. Bijna de helft (**43%**) zegt zowel positieve als negatieve gevolgen te hebben ervaren.



Ook persoonlijke gebeurtenissen die jongvolwassenen hebben meegemaakt tijdens de coronaperiode kunnen grote impact hebben (gehad). Te denken valt aan het zelf in isolatie zitten of een ziekenhuisopname of overlijden van een naaste. De meerderheid (**79%**) van de jongvolwassenen in de regio heeft een ingrijpende gebeurtenis meegemaakt tijdens de coronaperiode. **19%** geeft aan nog steeds last te hebben van de gebeurtenissen die zij hebben meegemaakt.



Meest ingrijpende gebeurtenissen, waar jongvolwassenen nog last van hebben



Als meest heftige gebeurtenis noemen jongvolwassenen dat ze **'door corona geen afscheid hebben kunnen nemen van een overleden naaste'**. Zulke ingrijpende gebeurtenissen kunnen leiden tot traumatische stressklachten. **5%** van de jongvolwassenen heeft een indicatie voor een Post Traumatische Stress Stoornis (PTSS) door de meegemaakte gebeurtenis (volgens DSM-5 indeling).

Top 3 positieve gevolgen tijdens of sinds coronaperiode:

41%	Minder geld uitgegeven
36%	Meer rust
32%	Minder reistijd door thuisonderwijs of thuiswerken

Top 3 negatieve gevolgen tijdens of sinds coronaperiode:

55%	Niet kunnen bezoeken van evenementen of het buitenland
46%	Minder sociale contacten
40%	Niet kunnen bezoeken van (sport)verenigingen

Meer dan helft jongvolwassenen had extra hulp nodig

De meeste jongvolwassenen (**90%**) geven aan dat zij bij iemand terecht kunnen als ze met een probleem zitten.

Door de coronaperiode had **60%** soms extra hulp of steun nodig. Dit gold voor 18-25 jarigen iets vaker dan voor 16-17 jarigen en voor vrouwen vaker dan voor mannen.

Wanneer jongvolwassenen behoefte hadden aan extra hulp of steun ging het met name om hulp omdat hij/zij niet lekker in zij/haar vel zat (**45%**) of begeleiding bij de opleiding (**22%**).

Gevolgen uitgestelde zorg bij 1 op de 9 nog merkbaar

De coronaperiode heeft ook invloed gehad op het wel of niet ontvangen van zorg, zoals bezoek aan huisarts, fysiotherapeut, tandarts of psycholoog. Bijna **1 op de 4** jongvolwassenen heeft zorg die gepland was niet ontvangen. Bij de 21-25 jarigen is de meeste zorg uitgesteld.

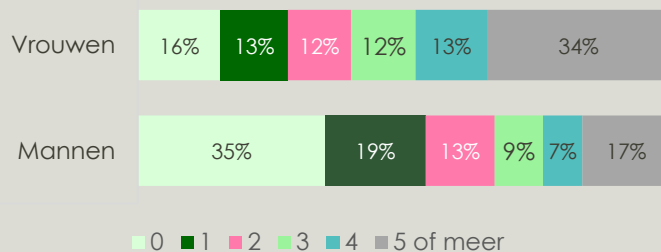
10% van de jongvolwassenen heeft de uitgestelde zorg nog niet gehad, al is deze nog wel nodig. Ook heeft **11%** nog steeds last van de uitgestelde zorg. Dat geldt vooral voor vrouwen en verschilt niet naar leeftijd.

De hoeveelheid uitgestelde zorg is in Zuidoost-Brabant vergelijkbaar met de rest van Nederland.

Vrouwen ervaren groter aantal gezondheidsklachten dan mannen

Gezondheidsklachten zoals buikpijn, hoofdpijn, hartkloppingen, maar ook moeheid, prikkelbaarheid en concentratieproblemen, kunnen (naast andere oorzaken) het gevolg zijn van stressvolle gebeurtenissen. Het aantal klachten is een goede indicator voor het welzijn/functioneren van de jongvolwassenen in de nasleep van de coronaperiode. Daarbij zien we dat vrouwen aanzienlijk vaker en meer gezondheidsklachten ervaren dan mannen. De verschillen tussen de leeftijdsgroepen zijn klein.

Aantal (zeer) vaak ervaren gezondheidsklachten



Brabant Zuid-oost

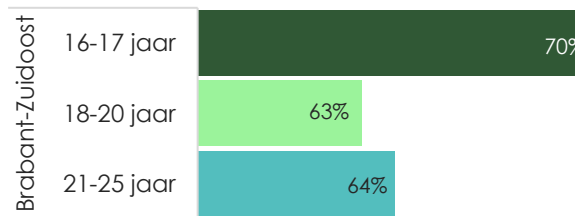
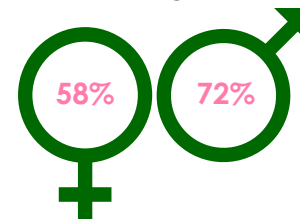
17% heeft in de afgelopen vier weken de huisarts bezocht voor een of meerdere klachten. De drie meest voorkomende klachten bij jongvolwassenen in de regio zijn :

- Vermoeidheid (**52%**)
- Prikkelbaar/geïrriteerd (**34%**)
- Geheugen- of concentratieproblemen (**32%**)

Tweederde jongvolwassenen is positief over eigen gezondheid

Gezondheid is meer dan de afwezigheid van lichamelijke klachten. Jongvolwassenen kunnen zelf het beste aangeven hoe zij hun eigen gezondheid ervaren, dit is een betrouwbare indicator voor de algehele gezondheidstoestand.

Ervaart eigen gezondheid als (zeer) goed

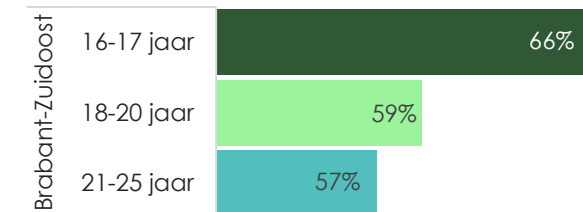
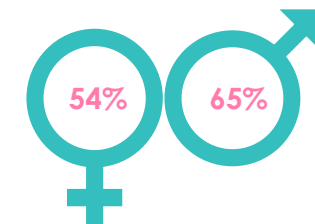


65% van alle jongvolwassenen ervaart de eigen gezondheid als goed. Daarbij zien we dat mannen positiever zijn dan vrouwen. De jongere groep 16-17 jarigen scoort gunstiger dan de 18 plussers. Ook jongeren die alleen wonen, lager/midden opgeleid zijn of moeite hebben om rond te komen beoordelen hun gezondheid minder vaak als (zeer) goed.

Meerderheid jongvolwassenen vaak gelukkig

Een andere belangrijke indicator voor het welzijn van jongvolwassenen is hoe gelukkig zij zich voelen. Ondanks de impact van de coronaperiode voelde **59%** van de jongvolwassenen zich recent vaak tot voortdurend gelukkig.

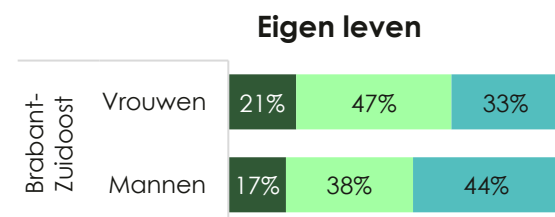
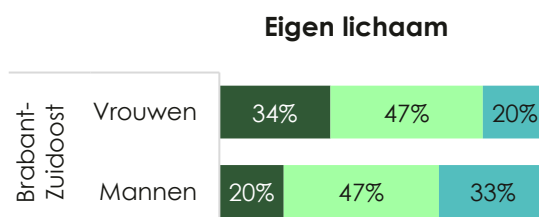
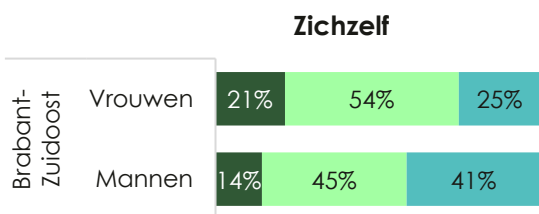
Voelde zich de afg. 4 weken vaak tot voortdurend gelukkig



Net als bij de ervaren gezondheid zien we dat vrouwen minder vaak voortdurend gelukkig zijn dan mannen. Dit aandeel neemt af naarmate de jongvolwassenen ouder worden. Jongvolwassenen die financiële problemen hebben voelen zich aanzienlijk minder vaak gelukkig,

Tevreden met jezelf?

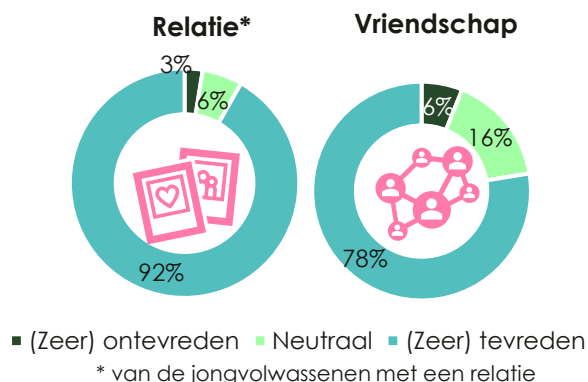
De perfect-lijkende plaatjes op sociale media kunnen invloed hebben op je zelfbeeld. Gelukkig is de meerderheid van de jongvolwassenen hierover positief. Vrouwen zijn minder tevreden met zichzelf, hun leven en vooral hun lichaam dan mannen. Leeftijd lijkt hierin beperkt van invloed te zijn. Laag/midden opgeleide jongvolwassenen hebben een minder positief zelfbeeld dan hoger opgeleiden.



- Ontevreden (cijfer 5 of lager)
- Redelijk tevreden (cijfer 6 of 7)
- (Zeer) tevreden (cijfer 8 of hoger)

Tevredenheid over vriendschappen en relatie hoog

Minder vaak vrienden kunnen zien, nieuwe mensen ontmoeten of daten is voor veel jongvolwassenen een negatief gevolg geweest van de coronaperiode. Desondanks is ruim driekwart van de jongvolwassenen (zeer) tevreden over de vriendschap met hun beste vriend(in). Daarbij zien we geen grote verschillen naar achtergrondkenmerken van jongvolwassenen.



45% van de jongvolwassenen heeft een vaste relatie. Van deze groep is de overgrote meerderheid daarover ook (zeer) tevreden.

Ruim 1 op de 7 jongvolwassenen heeft thuis vorm mishandeling meegemaakt

Tijdens de coronaperiode is het bewustzijn van het belang van veilige relaties en een veilige thuissituatie versterkt. De beperkende coronamaatregelen hebben landelijk geleid tot niet meer meldingen van huiselijk geweld, maar de ernst van de meldingen nam wel toe.

In Zuidoost-Brabant geeft **52%** van de jongvolwassenen aan ooit te maken te hebben gehad met een vorm van mishandeling. Bij **15%** is daar thuis sprake van geweest. Dat geldt vaker voor vrouwen en neemt licht toe met het stijgen van de leeftijd.



Van alle jongvolwassenen geeft **1%** aan zichzelf non-binair of anders dan man of vrouw te beschouwen. **15%** identificeert zich als LHBTQ+*. Op basis van de landelijke resultaten zien we dat deze jongvolwassenen aanzienlijk vaker mentale moeilijkheden ervaren, vaker eenzaam zijn en de meerderheid suïcide gedachten heeft. De laatste tijd is er steeds meer aandacht voor non-binaire personen. Movisie heeft hier een handreiking voor uitgegeven: [handreiking 10 vragen over non-binaire personen](#). Voor docenten in het voortgezet onderwijs heeft de GGD een routekaart ontwikkeld. Hierin lees je meer over geschikte websites, lesmaterialen en bijvoorbeeld het Hojokamp: [Routekaart-VO](#).

* LHBTQ+ is een verzamelterm die staat voor **lesbisch, homo, biseksueel, transgender en queer**. De '+' in LHBTQ+ staat voor de **vele andere genderidentiteiten, genderexpressies en seksuele voorkeuren** die daarnaast nog bestaan.

Studie grootste bron van stress

Circa **46%** van de jongvolwassenen in de regio geeft aan zich (heel) vaak gestrest te voelen door één of meerdere factoren. Meer vrouwen dan mannen voelen zich (heel) vaak gestrest. Het vaak gestrest lijkt iets te toe te nemen met het stijgen van de leeftijd.

Gebieden waarop jongvolwassenen zich (zeer) vaak gestrest voelen:



31% Studie of school



28% Combi van alles wat ze moeten doen



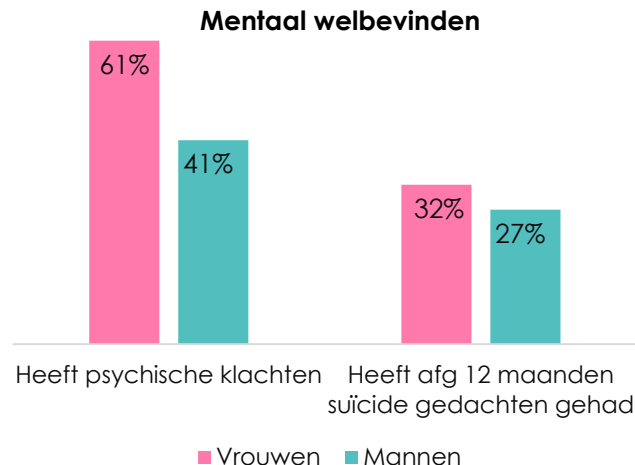
27% De eisen die de jongvolwassene aan zichzelf stelt



22% Werk of bijbaan

Helft van jongvolwassenen heeft psychische klachten

Circa **51%** van de jongvolwassenen in de regio kampt met psychische klachten, waaronder zich somber voelen en zenuwachtig zijn. Dit geldt aanzienlijk vaker voor vrouwen dan voor mannen. Ook jongeren die moeite hebben met rondkomen ervaren aanzienlijk vaker mentale klachten. Bijna een **kwart** voelt zich in het dagelijks leven vaak beperkt door de psychische klachten. **30%** van de jongvolwassenen heeft in de afgelopen 12 maanden een enkele keer tot heel vaak serieus nagedacht over suïcide. **6%** dacht hier (heel) vaak aan.

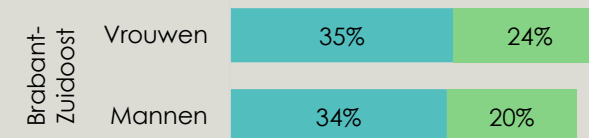


1 op de 4 jongvolwassenen is sterk eenzaam

Langdurige eenzaamheid kan negatieve gevolgen hebben voor de ontwikkeling van jongvolwassenen. Naast dat het voor mentale problemen zorgt, kan eenzaamheid ook leiden tot gedragsproblemen (bijv. middelengebruik), lichamelijke problemen (bijv. stress) of maatschappelijke problemen (bijv. vroegtijdig schoolverlaten).

25% van de jongvolwassenen is sterk eenzaam. Dit geldt vaker voor vrouwen. Zij voelen zich vaker emotioneel eenzaam (iemand die een intieme, hechte band mist) en in mindere mate sociaal eenzaam (het ontbreken van vriendschappen).

Sociale eenzaamheid



Emotionele eenzaamheid

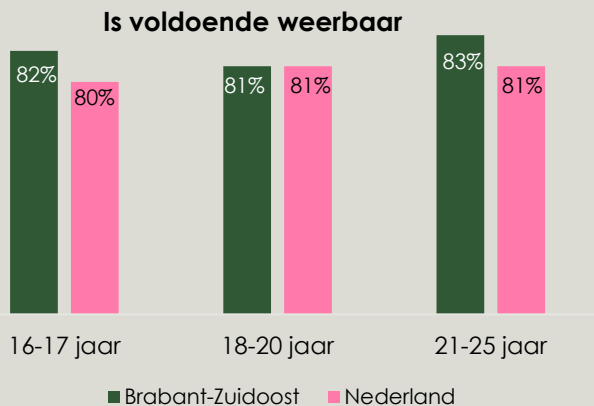


■ Enigszins eenzaam ■ Sterk eenzaam

De mentale gezondheid van jongvolwassenen is complex en hangt samen met veel verschillende facetten. Het is daarom van belang om vanuit diverse domeinen in te zetten op preventie van mentale problemen en het bieden van laagdrempelige ondersteuning waar gewenst. Maak daarbij gebruik van de kracht van de doelgroep zelf. Voorbeelden van zulke laagdrempelige initiatieven zijn [@ease](#) en [Join Us](#).

Jongvolwassenen met financiële problemen minder weerbaar

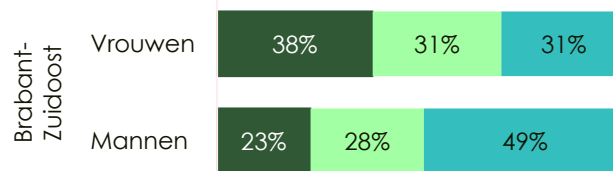
82% van de jongvolwassenen is voldoende weerbaar. Vrouwen zijn vaker niet voldoende weerbaar. Dat geldt ook voor jongvolwassenen die moeite hebben met financieel rondkomen. Tussen leeftijdsgroepen en opleidingsniveaus zijn de verschillen beperkt. Weerbaarheid is de basis voor een goede psychische gezondheid. Weerbare jongvolwassenen hebben zelfvertrouwen en kunnen goed voor zichzelf opkomen, met respect voor anderen. Zij kunnen ook, al dan niet na een periode van experimenteren, gezonde keuzes maken ten aanzien van de eigen leefstijl.



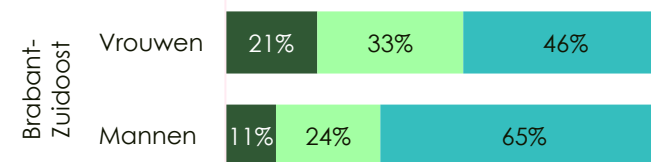
Movisie heeft onderzoek gedaan naar ['Wat werkt voor het versterken van weerbaarheid bij jongeren'](#). In een infographic licht Movisie toe wat deze werkzame elementen zijn bij adolescenten in de leeftijd van 12 tot 25 jaar. En hoe deze elementen in de praktijk kunnen worden ingezet.



Vindt het moeilijk om stressvolle gebeurtenissen te doorstaan



Herstelt snel na een moeilijke periode



■ (Helemaal) oneens ■ Neutraal ■ (Helemaal) eens

Helpt jongvolwassenen vol vertrouwen

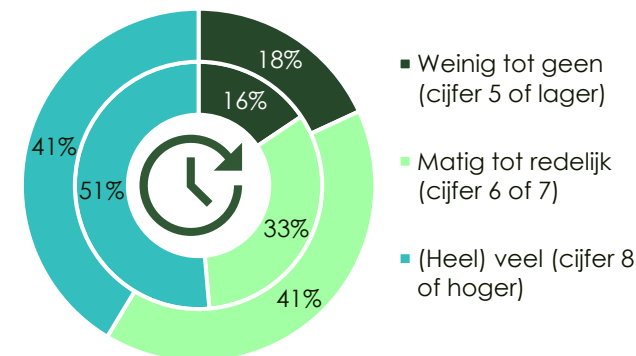
Na de impactvolle coronaperiode geeft **56%** van de jongvolwassenen aan snel te herstellen na een moeilijke periode. Ook heeft bijna de helft (heel) veel vertrouwen in de eigen toekomst. Jongeren die laag/midden opgeleid zijn, die moeite hebben met rondkomen en die alleen wonen hebben vaker weinig tot geen vertrouwen in de toekomst. In zijn algemeenheid maken jongvolwassenen zich voor de toekomst het meeste zorgen over de woningmarkt (**70%**), het klimaat (**44%**) en tegenstellingen tussen groepen in de samenleving (**33%**).

Positieve gezondheid helpt veerkracht te vergroten

Naast de aandacht voor mogelijke (mentale) gezondheidsproblemen die jongvolwassenen kunnen ervaren door de coronacrisis, is het belangrijk om samen met hen te kijken naar mogelijke oplossingen. Het concept van positieve gezondheid biedt daarvoor aanknopingspunten. Door met jongvolwassenen hierover in gesprek te gaan, wordt duidelijk waar hun kracht zit en wat hen helpt om sterker uit een stressvolle of moeilijke periode te komen. De [Jongerentool Mijn Positieve Gezondheid](#) kan daarbij behulpzaam zijn.

Vertrouwen in de toekomst

Buitening toont vrouwen, binnening toont mannen

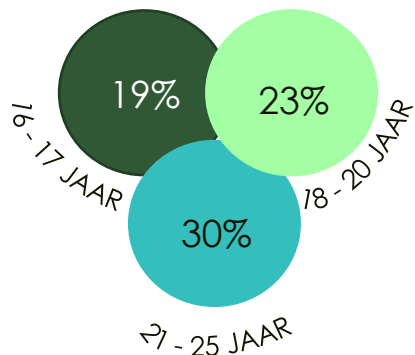




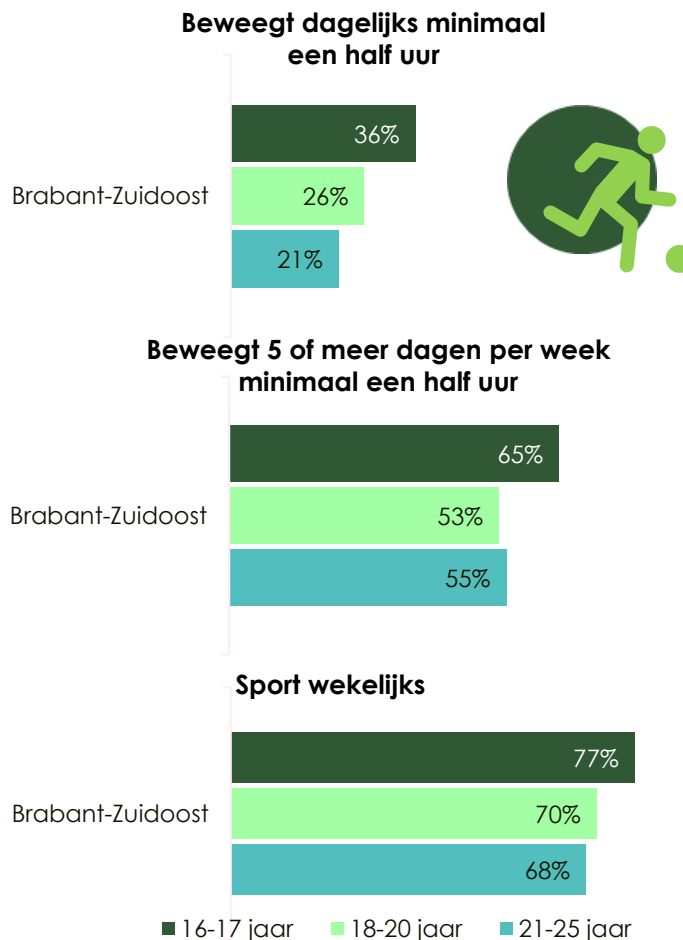
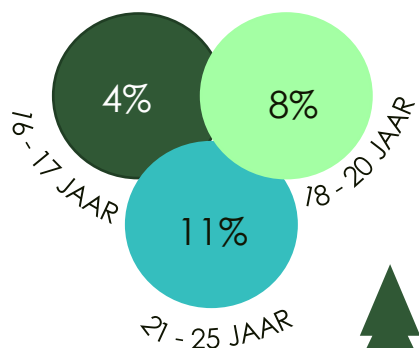
Overgewicht zorgwekkend bij jongvolwassenen

Op basis van zelfgerapporteerde lengte en gewicht, heeft **26%** van de jongvolwassenen overgewicht. Bij **9%** is sprake van obesitas. Meerdere factoren spelen een rol bij het ontstaan van overgewicht en obesitas. Een factor daarvan is gebrek aan beweging. Ondanks dat veel jongvolwassenen graag actief zijn in de buurt en wekelijks sporten, beweegt maar net de helft minimaal 5 dagen per week een half uur of meer.

Heeft overgewicht (BMI ≥ 25)



Heeft ernstig overgewicht (BMI ≥ 30)



Voor de groep jongvolwassenen zijn twee [beweegrichtlijnen](#) van toepassing: Voor jongeren onder 18 jaar is minimaal 1 uur bewegen per dag aanbevolen. Voor (jong)volwassenen (18+) is dat minimaal 2,5 uur per week, verspreid over verschillende dagen. In beide leeftijdsgroepen is het aanbevolen om meerdere dagen per week bot- en spierversterkende activiteiten te doen.

Sporten werd gemist door corona

Gedurende de coronacrisis werd het voor sommige jongvolwassenen moeilijker om voldoende te bewegen, omdat sportscholen werden gesloten en er minder verplaatsingen plaatsvonden door thuiswerken en digitaal onderwijs. Het werd daardoor belangrijker om op eigen initiatief en in de buurt mogelijkheden te vinden om te bewegen. Niet naar de sportschool- of vereniging kunnen werd door **40%** van de jongvolwassenen ook aangegeven als één van de negatieve gevolgen van de corona crisis. Het minder bewegen van de jongvolwassenen heeft invloed op hun gewicht.

Jongvolwassenen bewegen graag in hun buurt

Ongeveer **6 op de 10** jongvolwassenen vindt hun buurt prettig om in te bewegen. Ongeveer **70%** van de jongvolwassenen sport minimaal één keer per week, **62%** heeft een (online) lidmaatschap bij een sportvereniging of sportclub. Naarmate jongvolwassenen ouder worden, bewegen en sporten ze minder vaak. Daarnaast laten de resultaten zien dat mannen meer bewegen en vaker sporten dan vrouwen.

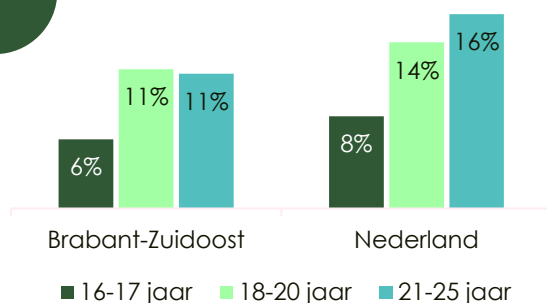


Minder rokers in regio dan landelijk

In totaal rookt **20%** van de jongvolwassenen weleens tabak. De helft daarvan rookt dagelijks. Het aandeel rokers ligt daarmee lager dan gemiddeld in Nederland. In de regio zien we dat het aandeel rokers gelijk is verdeeld over mannen en vrouwen. Jongvolwassenen die moeite hebben met rondkomen roken twee keer zo vaak als jongeren zonder financiële moeilijkheden.



Rookt dagelijks

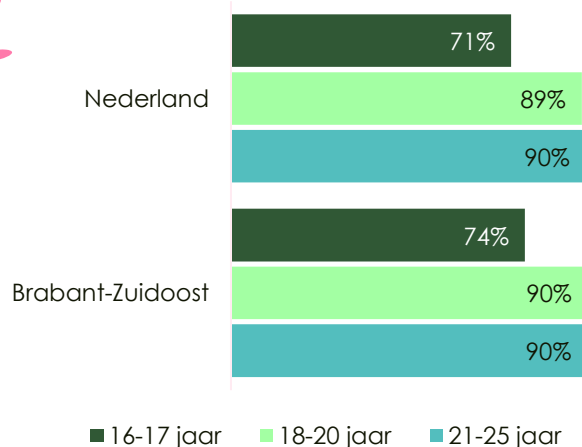


Bijna 1 op de 4 jongvolwassenen is een zware drinker

Ondanks de richtlijn NIX18 drinkt de meerderheid van de 16-17 jarigen in de regio. Van de totale groep jongvolwassenen is **22%** een zware drinker (tenminste 1 dag in de week 6 of meer glazen (mannen) of 4 of meer glazen (vrouwen)).

Het alcoholgebruik in de regio ligt bij de doelgroep niet boven het landelijke gemiddelde. Wel geven meer jongvolwassenen dan landelijk aan dat vrienden het normaal vinden om 10 glazen alcohol op één dag of avond te drinken (**39%** vs. **33%**). Boven de 18 jaar wordt dit vaker normaal gevonden dan bij 16-17 jarigen.

Alcoholgebruik afgelopen 12 maanden

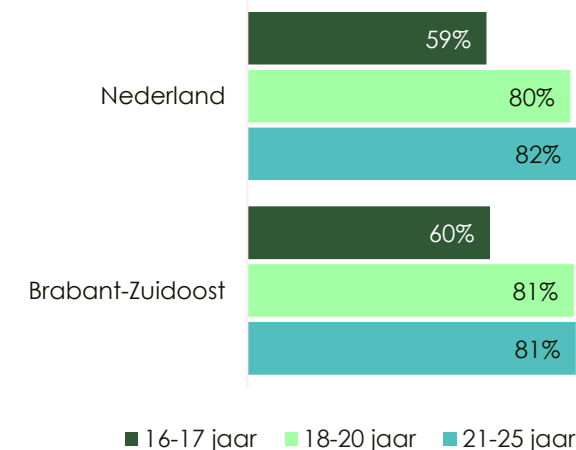


Alcoholgebruik schadelijk voor ontwikkeling hersenen jongvolwassenen

De hersenen van jongvolwassenen zijn tot het 25e levensjaar volop in ontwikkeling. Alcoholgebruik onder jongvolwassenen is schadelijk voor de ontwikkeling van de structuur van de hersenen en verhoogt de kans op problematisch alcoholgebruik op latere leeftijd ([Trimbos](#)). Daarnaast hebben jongvolwassenen die alcohol drinken op latere leeftijd meer kans op het krijgen van overgewicht, hart- en vaatziekten, leverziekten, hersenziekten en kanker.



Alcoholgebruik afgelopen 4 weken



'[Helder op school](#)' is een integrale aanpak voor VO, MBO en HBO+ onderwijs instellingen, gericht op preventie van middelengebruik bij leerlingen en studenten. De methode richt zich op 4 pijlers: beleid, signaleren, educatie en omgeving. Ook op het Loket Gezond Leven staan effectieve voorbeelden van preventie in de 'Wat werkt dossiers' over [roken](#) en [alcohol](#) bij jongvolwassenen tot 24 jaar.

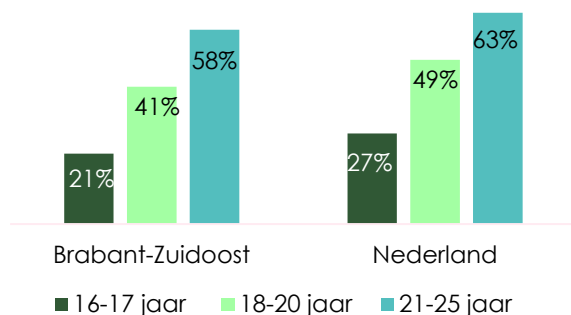


1 op 5 jongvolwassenen gebruikte afgelopen maand drugs

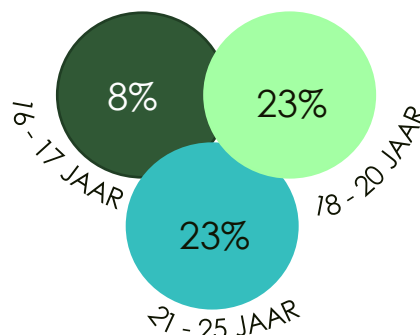
Drugsgebruik blijft zorgwekkend bij jongvolwassenen. **20%** van de jongvolwassenen heeft de afgelopen 4 weken drugs gebruikt. Dat is lager dan het landelijke gemiddelde (23%). In de coronaperiode gebruikten jongvolwassenen ook drugs uit verveling. Het gebruik van drugs leidt bij langdurig en regelmatig gebruik tot afhankelijkheid, psychische stoornissen en andere (geestelijke) gezondheidsrisico's.

Over het algemeen zien we dat het drugsgebruik toeneemt als jongvolwassenen ouder worden. Voornamelijk het gebruik van harddrugs komt vaker voor bij 21-25 jarigen dan bij 16-20 jarigen. Jongvolwassenen die alleen of met anderen wonen experimenteren vaker met alle soorten middelen vergeleken met jongvolwassenen die thuis wonen. Ook jongvolwassenen die moeite hebben met rondkomen gebruiken vaker drugs dan jongvolwassen die geen moeite hebben met rondkomen.

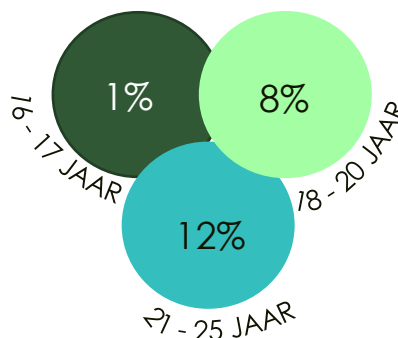
Ooit drugs gebruikt



Drugs gebruik afgelopen 4 weken



Harddrugs gebruik afgelopen 4 weken



Harddrugs die in de afgelopen 4 weken het vaakst door jongvolwassenen zijn gebruikt:



XTC **5%**

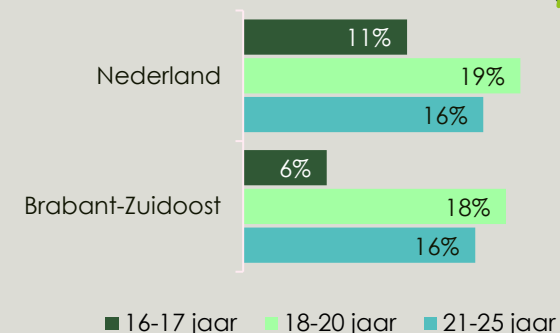


3-MMC of 4-MCC (miauw miauw) **4%**



Cocaïne **2%**

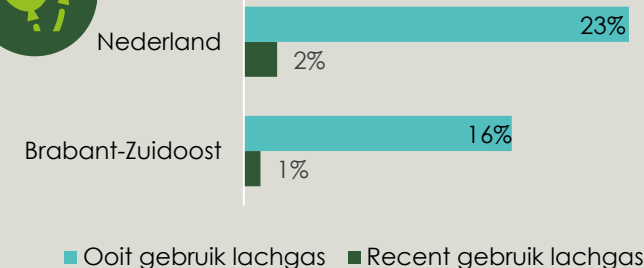
Cannabisgebruik afgelopen 4 weken



Het gebruik van diverse typen drugs is onderhevig aan trends. Het gebruik van lachgas is momenteel beperkt onder jongvolwassenen.



Gebruik lachgas ooit en afgelopen 4 weken



Ook voor de preventie van drugsgebruik is '[Helder op school](#)' een geschikte aanpak, die is afgestemd op de diverse onderwijsniveaus. Novadic-Kentron en GGD kunnen adviseren en ondersteunen bij deze aanpak. Vanuit het regionale project [SKIP](#) worden voor verschillende doelgroepen interventies en communicatiematerialen ontwikkeld, die bijdragen aan de denormaliseren van drugsgebruik in de regio Oost-Brabant.

- **Impact coronaperiode groot**

Iets meer dan de helft van de jongvolwassenen had tijdens de coronaperiode hulp of steun nodig, vooral omdat ze niet lekker in hun vel zaten. Bijna één op de vijf van de jongvolwassenen geeft aan nog last te hebben van ingrijpende gebeurtenis(sen) die zij tijdens de coronaperiode hebben meegemaakt.

- **Helft jongvolwassenen ervaart mentale problemen**

Ondanks dat het merendeel van de jongvolwassenen zich gelukkig voelt en de eigen gezondheid als (zeer) goed ervaart, kampt de helft van de jongvolwassenen met psychische klachten. Ook voelt één op de vier jongvolwassenen zich sterk eenzaam en heeft 30% er de afgelopen 12 maanden wel eens serieus over nagedacht een einde aan het leven te maken.

- **Vrouwen vaker psychische klachten dan mannen**

Psychische klachten en eenzaamheid komen aanzienlijk vaker voor bij vrouwen dan mannen. Vrouwen zijn ook minder tevreden met zichzelf, hun leven en vooral hun lichaam dan mannen.

- **Specifieke groepen jongvolwassenen minder positief over hun gezondheid en toekomst**

Jongvolwassenen die alleen wonen, die lager/midden zijn opgeleid of die financiële problemen hebben ervaren hun gezondheid minder vaak als (zeer) goed. Ook zijn zij vaker sterk eenzaam en hebben zij vaker weinig vertrouwen in hun eigen toekomst.

- **Veel ruimte voor verbetering op gebied van lichaamsbeweging en overgewicht**

Ondanks dat veel jongvolwassenen graag actief zijn in de buurt en wekelijks sporten, beweegt maar de helft op minimaal 5 dagen per week een half uur of meer. Dit kan een rol spelen bij overgewicht. Ruim een kwart van de jongvolwassenen heeft overgewicht.

- **Middelengebruik blijft aandachtspunt bij jongvolwassenen**

Bijna een kwart van de jongvolwassenen is zware drinker en één op vijf jongvolwassenen heeft afgelopen maand drugs gebruikt. Jongvolwassenen die moeite hebben met rondkomen en jongvolwassenen die alleen of met andere wonen experimenteren vaker met drugs.

Contact en meer informatie

Heeft u nog vragen over het onderzoek of over het gemeentelijk gezondheidsbeleid? Neem dan contact op met team onderzoek via onderzoek@ggdbzo.nl of met het lokale team van uw gemeente.

- Als aanvulling op de resultaten in deze rapportage kunt u raadplegen: [het tabellenboek](#) met alle resultaten voor de regio Zuidoost-Brabant uitgesplitst naar geslacht, leeftijd, opleidingsniveau, moeite met rondkomen en woonsituatie.
- Voor meer informatie over de opzet van het onderzoek kunt u terecht op deze website van het [RIVM](#).



Meer weten?

Wilt u meer weten over de gezondheid van de inwoners van uw gemeente,

kijk dan ook eens op:
www.brabantscan.nl
www.GGDkompas.nl