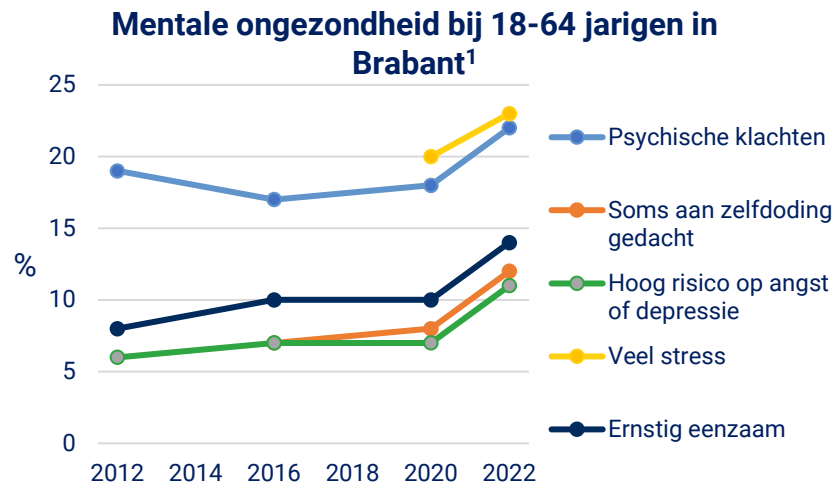


# Themakaart mentale gezondheid 18-64 jarigen in Brabant

Het aandeel volwassenen tot 65 jaar met psychische klachten is tussen 2010 en 2022 toegenomen, in het bijzonder bij 18-34 jarigen ([RIVM](#)). Alleenstaanden, werklozen en arbeidsongeschikten, mensen met een lager inkomen en mensen die in een stad wonen hebben vaker een psychische aandoening ([Trimbos](#)). Deze themakaart biedt inzicht in de omvang van het probleem bij 18-64 jarigen in Brabant, de samenhangende factoren en inspiratie voor beleid.



## Mentale gezondheid al vóór coronatijd verslechterd

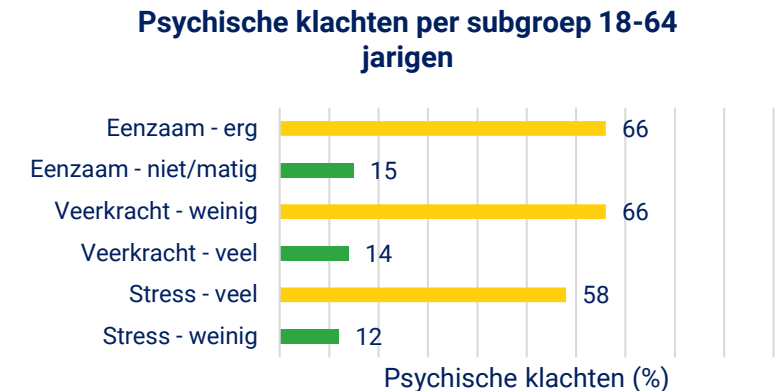
De trend volgens de Gezondheidsmonitor laat een sterke toename zien van mentale problemen tijdens de coronajaren.<sup>1</sup> Volgens het Trimbos instituut is de toename van psychische aandoeningen bij 18-64 jarigen niet veroorzaakt door de coronapandemie omdat deze landelijke trend al tussen 2007 en 2019 meetbaar was in het [NEMESIS onderzoek](#).

## Stress en veerkracht hangen sterk samen met mentale gezondheid

Met multivariate analyse blijken de variabelen 'veel stress' en 'lage veerkracht' sterk samen te hangen met psychische klachten en een hoog risico op een angststoornis of depressie bij 18-64 jarigen in Brabant. Ook de ervaren gezondheid, eenzaamheid en gender 'anders' zijn sterk geassocieerd. De groep 18-34 jarigen denkt relatief vaak aan zelfdoding (15%).

Stress en eenzaamheid kunnen zowel oorzaken als resultaten zijn van mentale ongezondheid. Ze hangen samen met 'geen goede ervaren gezondheid' en 'lage veerkracht'. Ook is er een samenhang tussen 'moeite met rondkomen' en stress en tussen 'zelf of ouders geboren buiten Europa' en eenzaamheid.

Leefstijlkenmerken, beleving van de woonomgeving en participatie-maten zijn in het model zwakker of niet significant geassocieerd met mentale gezondheid. Zie de uitkomsten van het model op pagina 2.<sup>1</sup>



## Inspiratie voor beleid:

- 'Mental Health in all policies' ([GGD](#)): *mentale gezondheid kan in verschillende settings via verschillende beleidsterreinen bevorderd worden.*
- Leven met ongezonde stress ([Pharos](#)): *aandacht voor chronische stress in de aanpak van gezondheidsverschillen.*
- Welzijn op recept ([Loket gezond leven](#))
- Versterken weerbaarheid in arbeidssetting ([Trimbos](#)): *effectiviteit van interventies gericht op mentale weerbaarheid in de werksetting*
- Eenzaamheidsinterventies ([Pharos](#))

# > uitkomsten multivariate analyse 18-64 jarigen Brabant

	Hoog risico angststoornis of depressie	Psychische klachten (Mental Health Index-5)	Vaak gedacht aan zelfdoding	Veel stress	Erg eenzaam
Sterke samenhang (OR $\geq 4$ )*	<ul style="list-style-type: none"> <li>• veel stress</li> <li>• lage veerkracht</li> <li>• geen goede gezondheid</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• veel stress</li> <li>• lage veerkracht</li> <li>• erg eenzaam</li> <li>• gender 'anders'</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 18-34 jaar</li> </ul>	-	-
Samenhang (OR $\geq 2$ en $< 4$ )*	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 18-34 jaar</li> <li>• beperkt door gezondheid</li> <li>• erg eenzaam</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• geen goede gezondheid</li> <li>• mist emotionele steun</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• lage veerkracht</li> <li>• veel stress</li> <li>• beperkt door gezondheid</li> <li>• opleiding lbo/mavo</li> <li>• erg eenzaam</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• geen goede gezondheid</li> <li>• lage veerkracht</li> <li>• mist emotionele steun</li> <li>• 18-34 jaar</li> <li>• moeite met rondkomen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• geen goede gezondheid</li> <li>• lage veerkracht</li> <li>• zelf of ouder buiten Europa geboren</li> <li>• alleenwonend</li> </ul>
<i>In het model: (niet significant of lichte samenhang OR <math>\geq 1</math> en <math>&lt; 2</math>)*</i>	<i>Gender, leeftijdsklasse, migratieachtergrond, alleenwonend, opleidingsniveau, werk hebben, moeite met rondkomen, erg eenzaam, veel stress, ervaren gezondheid, chronische ziek, ernstig beperkt, lage veerkracht, roker, drinknorm, zware drinker, overmatige drinker, beweegnorm, sporten, vrijwilligerswerk, mantelzorg geven, gemis emotionele steun, tevredenheid woning en woonomgeving, bezorgd over woonsituatie, ernstige geluidhinder, ernstige geurhinder.</i>				

*\*Toelichting: In de tabel zijn de variabelen opgenomen die tenminste een significante Odds Ratio (OR) van 2 hebben. Dat wil zeggen dat een groep tenminste een 2x grotere kans heeft op de betreffende mentale gezondheidsuitkomst dan de tegengestelde groep; bijv.: de kans op mentale klachten van de groep met lage veerkracht ten opzichte van de groep met meer veerkracht.*