

Corona Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen

Gemeenteprofiel Zoetermeer



Inhoudsopgave

Introductie	3
Leeswijzer	4
Achtergrondkenmerken jongvolwassenen Haaglanden	5
Gezinssituatie, woonsituatie en financiën	6
Jongvolwassenen en de coronaperiode	7
Gezondheid en geluk	8
Tevredenheid	9
Mentaal welbevinden	10
Weerbaarheid, veerkracht en vertrouwen in de toekomst	11
Bewegen en sporten	12
Middelengebruik	13
Kernpunten	15
Contact	16

Introductie

Wat is de impact van de coronaperiode 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 inzicht in de fysieke en mentale gezondheid van jongvolwassenen tijdens en na de coronaperiode op landelijk, regionaal en gemeentelijk niveau. De resultaten van het onderzoek vormen een belangrijke basis voor de ontwikkeling en invulling van lokaal jeugd- en gezondheidsbeleid. Uit de resultaten kan bijvoorbeeld blijken dat het nodig is om meer hulp te bieden aan bepaalde groepen jongvolwassenen of extra voorzieningen in te zetten in de regio of in een gemeente.

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, die samen het netwerk GOR vormen. 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 het voorjaar en de zomer van 2022 is de Corona Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen (cGMJV2022) afgenomen onder 16 t/m 25 jarigen in Nederland. Op de volgende pagina's zijn de belangrijkste resultaten voor uw gemeente te vinden. De resultaten zijn vanaf 28 maart eveneens te vinden op ons dashboard:

[Gezondheidsgids Haaglanden](#)

Aantal ingevulde vragenlijsten in uw gemeente

In Zoetermeer hebben 458 jongvolwassenen de vragenlijst ingevuld. In totaal hebben 3.493 jongvolwassenen uit regio Haaglanden en 69.750 in heel Nederland de vragenlijst ingevuld.

Methode

Voor de Corona Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen 2022 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. De cijfers die hier worden gepresenteerd zijn gestandaardiseerd naar GGD-regio of gemeente, 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.

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 of worden cijfers van regio Haaglanden getoond. Ook bij de uitsplitsing naar achtergrondkenmerken zoals geslacht worden cijfers van de regio Haaglanden getoond en niet van de gemeente.

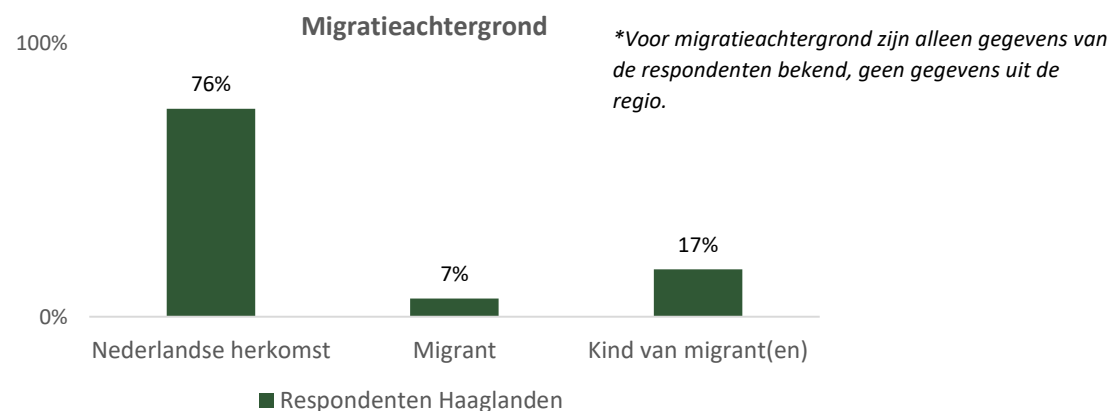
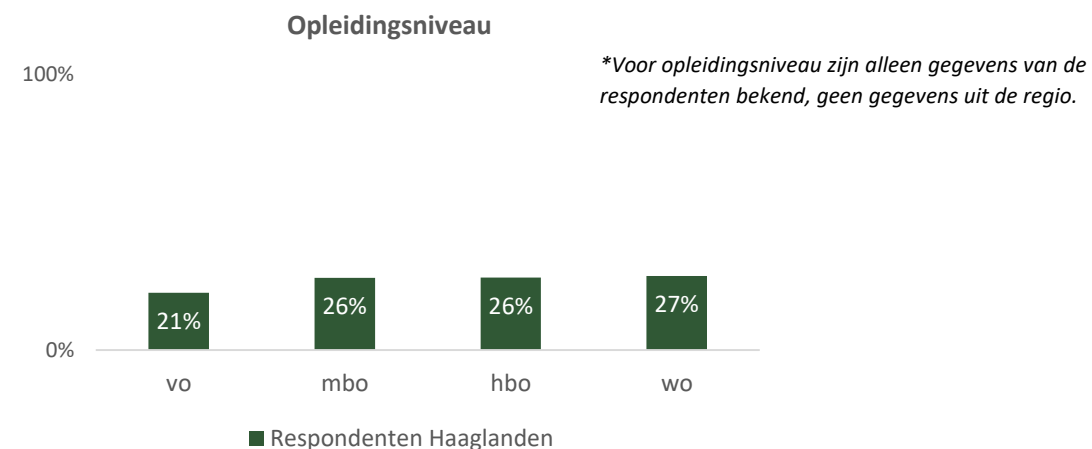
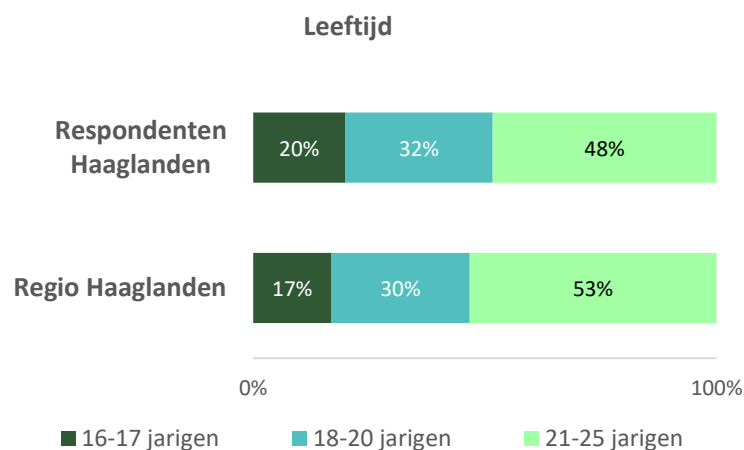
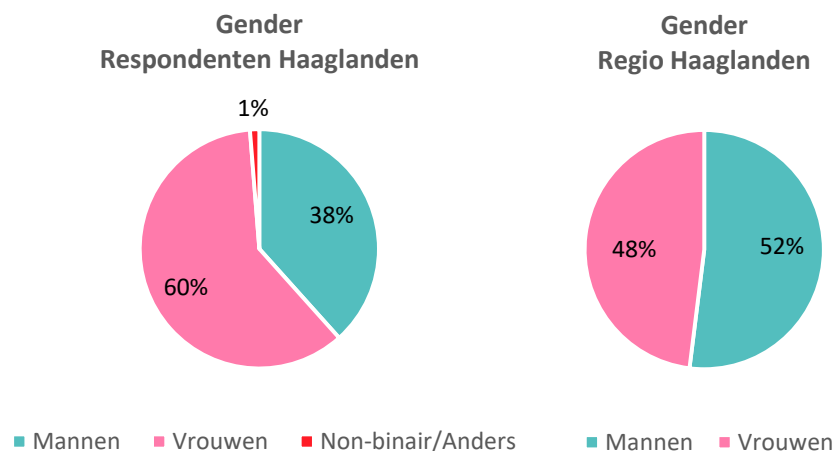
Aanvullend kwalitatief onderzoek

Naast het vragenlijstonderzoek is er aanvullend kwalitatief onderzoek gedaan door Stichting Alexander. Middels focusgroepen en interviews is aan jongvolwassenen uit heel Nederland gevraagd hoe zij de coronaperiode hebben ervaren. In de rapportage hebben we, ter ondersteuning van de cijfers, enkele quotes uit de focusgroepen opgenomen. Het rapport met alle resultaten van het kwalitatief onderzoek volgt later in 2023.

Achtergrondkenmerken jongvolwassenen Haaglanden

Van de respondenten is 60% vrouw en 38% man. Daarnaast geeft 1% aan zich non-binair of anders dan vrouw, man of non-binair te voelen. De gemiddelde leeftijd van de respondenten is 20 jaar. 20% van de respondenten is 16 of 17 jaar, 32% is tussen de 18 en 20 jaar en 48% is tussen de 21 en 25 jaar. Van de respondenten heeft 21% voortgezet onderwijs als hoogst behaalde opleiding, 26% mbo, 26% hbo en 27% universiteit. Verder heeft 76% een Nederlandse herkomst en identificeert 16% zich als LHBTQ+.

'Respondenten Haaglanden' geeft de kenmerken van de jongvolwassenen die de vragenlijst hebben ingevuld weer, 'Regio Haaglanden' laat de percentages zien zoals ze in de populatie zijn.



Gezinssituatie, woonsituatie en financiën

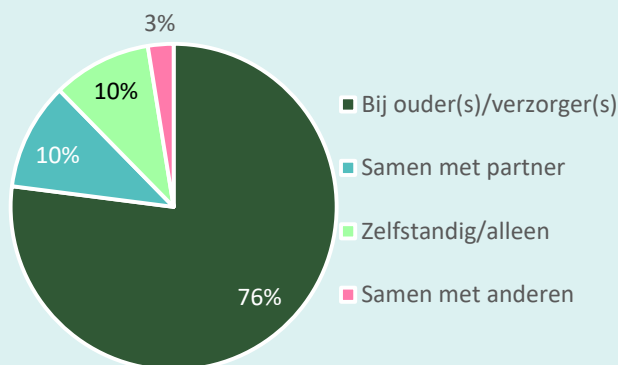
De woon-, werk- en financiële situatie van jongvolwassenen kan veel invloed hebben op hun welzijn en hun mentale en fysieke gezondheid en kan daarnaast een bron van **stress** zijn.

Gezins- en woonsituatie

Door de huidige woningcrisis wonen veel jongvolwassenen langer thuis of langer in een studentenkamer dan zij zelf willen. De **woonsituatie** van jongvolwassenen kan invloed hebben op hun welzijn.

De meeste respondenten wonen bij hun ouder(s) of verzorger(s). Verder heeft 42% van de respondenten een vaste relatie (Haaglanden: 40%). Dit percentage is hoger bij vrouwen dan bij mannen en ook hoger bij de oudere jongvolwassenen (21-25 jarigen).

Woonsituatie



Werk- en financiële situatie



69%
volgt een opleiding



82%
heeft betaald werk

Van de jongvolwassenen volgt 69% een opleiding en heeft 82% betaald werk (Haaglanden: respectievelijk 76% en 80%). De oudere groep jongvolwassenen (21-25 jarigen) werkt meer uren.

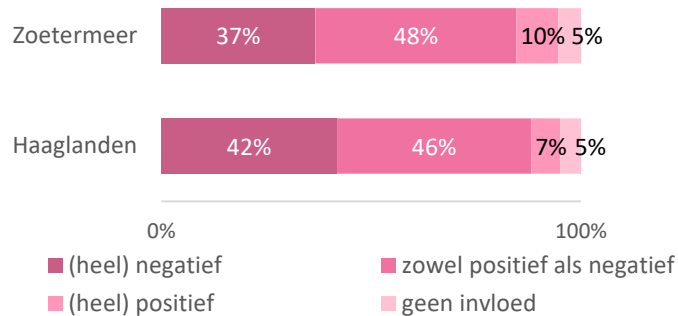
De financiële situatie van jongvolwassenen kan een bron van **stress** zijn. In combinatie met de huidige financiële crisis kan dit zorgen voor een lager welzijn van jongvolwassenen.

Van de jongvolwassenen heeft 32% moeite met rondkomen (Haaglanden: 31%). Daarnaast heeft 23% het idee weinig controle over geldzaken te hebben en 15% heeft een schuld (studieschuld en hypotheek niet meegerekend) (Haaglanden: respectievelijk 26% en 17%).

Financiële problemen komen vaker voor bij oudere jongvolwassenen (18-20 en 21-25 jarigen).

Jongvolwassenen en de coronaperiode

Invloed coronaperiode op leven



Coronamaatregelen zoals lockdowns, sluiting van scholen, digitale lessen, verplicht thuiswerken en 1,5 meter afstand houden, grijpen diep in op het dagelijks leven van jongvolwassenen.

De coronaperiode heeft het leven van jongvolwassenen zowel positief als negatief beïnvloed. Van de jongvolwassenen geeft 48% aan zowel positieve als negatieve gevolgen te hebben ervaren (Haaglanden: 46%).

Top 5 positieve gevolgen zijn:

- 35% Minder reistijd door thuisonderwijs/-werk
- 34% Meer rust
- 33% Minder geld uitgeven
- 27% Thuisonderwijs/thuiswerken
- 24% Meer tijd voor familie/vrienden



Top 5 negatieve gevolgen zijn:

- 48% Afwezigheid van evenementen en buitenland vakantie
- 44% Minder goed in zijn/haar vel zitten
- 40% Minder sociale contacten
- 34% Niet naar (sport)clubs of verenigingen kunnen
- 31% Minder nieuwe mensen leren kennen



Ook persoonlijke gebeurtenissen die jongvolwassenen hebben meegemaakt tijdens de coronaperiode, zoals in quarantaine gaan, het doormaken van corona of ziekte of overlijden van een naaste, kunnen grote impact hebben. Van de jongvolwassenen heeft 60% zo'n gebeurtenis meegemaakt (Haaglanden: 58%). Hierbij is het zelf doormaken van een corona infectie niet meegenomen. Van de jongvolwassenen geeft 15% aan nog steeds last te hebben van gebeurtenissen die ze hebben meegemaakt in de coronaperiode (Haaglanden: 15%).

Sommige persoonlijke corona gerelateerde gebeurtenissen kunnen leiden tot traumatische stressklachten. Het vaakst werd gebeurtenis 'Corona gehad' genoemd als meest heftige gebeurtenis voor Haaglandse jongvolwassenen. Van de jongvolwassenen heeft 5% een verhoogd risico (volgens de DSM-V) op PTSS door de meegemaakte traumatische gebeurtenis(sen) (Haaglanden: 4%).

Top 3 meest meegemaakte gebeurtenissen:

- 41% Angst dat hij/zij zelf of naaste corona kreeg
- 13% Naaste in het ziekenhuis gelegen door corona
- 10% Door coronamaatregelen geen steun of zorg kunnen bieden aan naaste

"Ik heb mijn vrienden niet kunnen steunen tijdens heftige gebeurtenissen."

Uitgestelde zorg

De coronaperiode heeft ook invloed gehad op het **wel of niet ontvangen van zorg**, bijvoorbeeld van huisarts, fysiotherapeut, tandarts of psycholoog.

Een deel van de jongvolwassenen (24%) heeft de zorg die gepland was niet ontvangen (Haaglanden: 26%). Dit percentage ligt bij vrouwen hoger dan bij mannen. Van de jongvolwassenen heeft 8% zelf zorg uitgesteld of afgezegd (Haaglanden: 11%). Van de jongvolwassenen wiens zorg is uitgesteld heeft 10% de zorg nog steeds niet ontvangen (Haaglanden: 10%). Van de groep die last heeft gehad van uitgestelde zorg ervaart 13% daar nog hinder van (Haaglanden: 12%).

"Weinig mensen die hulp kunnen geven (werknemers tekort, lange wachttijden voor veel psychologen)."

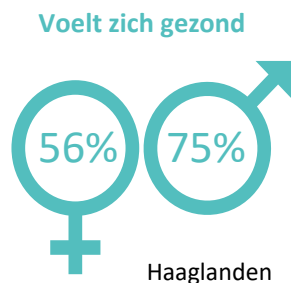
Zorg en ondersteuning

De meeste jongvolwassenen (89%) geven aan dat zij bij iemand terecht kunnen als ze met een probleem zitten (Haaglanden: 89%). Door de coronaperiode had 59% van de jongvolwassenen soms extra hulp of steun nodig (Haaglanden 66%). Wanneer jongvolwassenen behoefte hadden aan extra hulp/steun ging het met name om 'Hulp omdat hij/zij niet lekker in zijn/haar vel zit' (44%) en 'Hulp bij balans tussen privé en werk/studie' (22%) (Haaglanden: respectievelijk 46% en 24%).

Gezondheid en geluk

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.

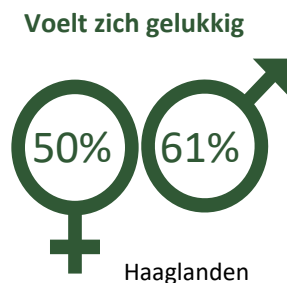
Uit de resultaten blijkt dat 61% van de jongvolwassenen de eigen gezondheid als (zeer) goed ervaart (Haaglanden: 65%). Meer mannen dan vrouwen ervaarden de eigen gezondheid als (zeer) goed.



"Ik heb behoefte aan hulp bij gezond leven / dagritme in stand houden."

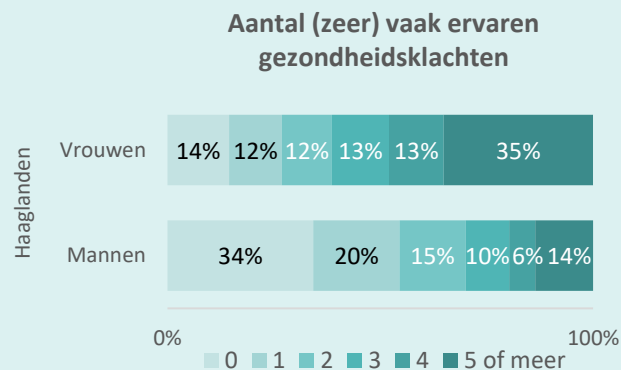
Een andere belangrijke indicator voor het welzijn van jongvolwassenen is hoe **gelukkig** zij zich voelen.

Van de jongvolwassenen voelde 56% zich in de afgelopen vier weken vaak tot voortdurend gelukkig (Haaglanden: 56%). Meer mannen dan vrouwen voelden zich in de afgelopen vier weken vaak tot voortdurend gelukkig.



"Sommige mensen konden juist hun mentale ziektes overkomen. Ik ken iemand die door de lockdown van haar anorexia af kwam."

Gezondheidsklachten zoals buikpijn, hoofdpijn, hartkloppingen, maar ook moeheid, prikkelbaarheid, slaap- of concentratieproblemen, kunnen, naast andere oorzaken, het gevolg zijn van stressvolle of traumatische gebeurtenissen. Het aantal klachten is een goede indicator van welzijn/functioneren van de jongvolwassenen.



Van de jongvolwassenen heeft 27% (zeer) vaak vijf of meerdere klachten ervaren in de afgelopen vier weken (Haaglanden: 25%). Vrouwen geven vaker aan dat zij in de afgelopen vier weken (zeer) vaak vijf of meer klachten ervaarden ten opzichte van mannen.

In de afgelopen vier weken heeft 14% de huisarts bezocht voor een of meerdere klachten (Haaglanden: 16%).

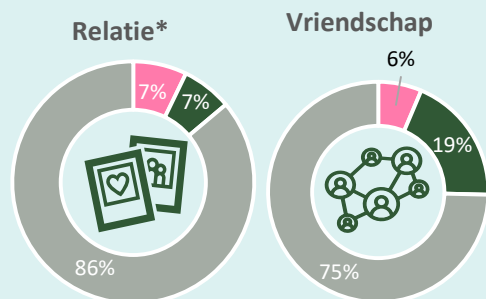
De drie meest voorkomende klachten zijn:

- 54%** Moe
- 38%** Prikkelbaar/geïrriteerd
- 37%** Slaapproblemen

Tevredenheid

Tevredenheid met vriendschap en relatie

Het hebben van een goed sociaal netwerk en goede vriendschappen kan onder andere het gevoel van eenzaamheid verminderen. Aan jongvolwassenen is gevraagd hoe tevreden zij zijn met de **vriendschap** met hun beste vriend(inn)en en, wanneer ze een **relatie** hebben, hoe tevreden ze met deze relatie zijn.



* van de jongvolwassenen met een relatie

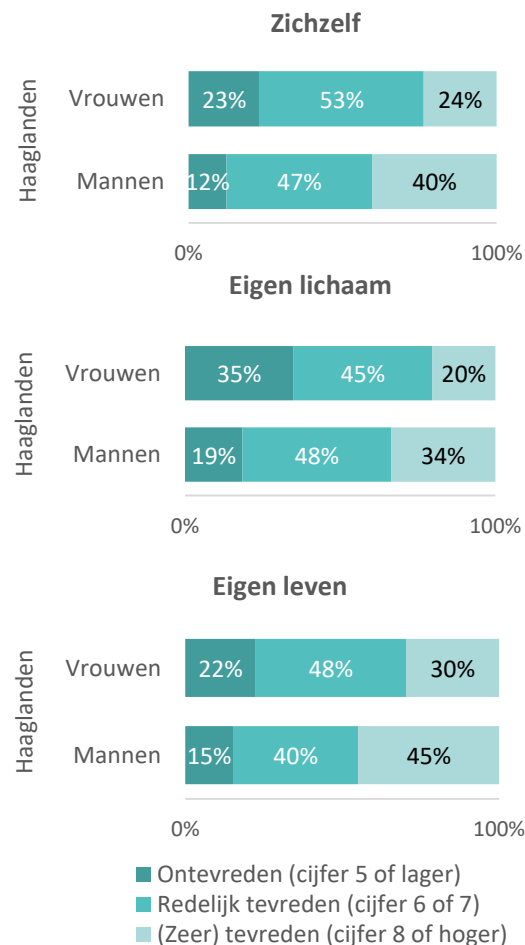
■ (Zeer) ontevreden ■ Neutraal ■ (Zeer) tevreden

Van de jongvolwassenen heeft 42% op dit moment een vaste relatie (Haaglanden: 40%).

“Je echte vrienden kwamen meer naar voren, omdat je actief sociaal contact moet zoeken en niet alles via school gaat bijvoorbeeld.”

Tevredenheid met jezelf, je lichaam en je leven

Van de jongvolwassenen is 78% tevreden met zichzelf, 66% tevreden met zijn/haar lichaam en 80% tevreden met zijn/haar leven (Haaglanden: respectievelijk 82%, 73% en 81%).



De perfect-lijkende plaatjes op sociale media kunnen invloed hebben op hoe **tevreden jongvolwassenen zijn met zichzelf, hun lichaam en hun leven**. Verhoogd beeldschermgebruik kan effect hebben op tevredenheid met jezelf en je lichaam. De coronamaatregelen kunnen van invloed zijn (geweest) op hoe iemand zijn/haar leven ervaart. Daarom is onderzocht hoe tevreden jongvolwassenen met hun leven zijn.

Over het algemeen zijn mannen meer tevreden met zichzelf, hun lichaam en hun leven dan vrouwen.

“Je tijd nemen voor dingen waar je eerst nooit tijd voor had.”

“Hoe kom ik fatsoenlijk terug in de samenleving? Hoe bouw ik mijn leven weer op?”

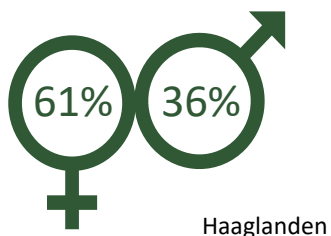
Mentaal welbevinden

Stress

Van de jongvolwassenen geeft 49% aan zich (zeer) vaak gestrest te voelen door één of meerdere factoren (Haaglanden: 48%).

Meer vrouwen dan mannen voelen zich (heel) vaak gestrest. Vrouwen ervaren de meeste stress van studie of school, de combinatie van alles wat zij moeten doen en de eisen die zij aan zichzelf stellen. De 18-25 jarigen ervaren meer stress dan 16-17 jarigen. Zij ervaren vooral stress van alles wat zij moeten doen, de eisen die zij aan zichzelf stellen, en studie of school.

Voelt zich (heel) vaak gestrest



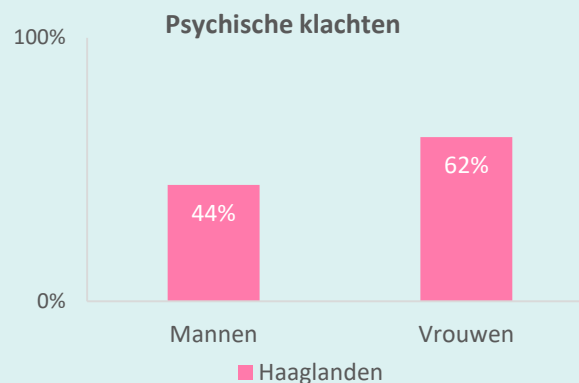
Top 5 bronnen van stress:

- 35% Studie of school
- 28% Alles wat hij/zij moet doen
- 28% De eisen die hij/zij aan zichzelf stelt
- 26% Werk of bijbaan
- 24% Familie, vrienden of relatie

"Depressed, gestrest en gestopt met de opleiding."

Psychische klachten

Psychische klachten worden gemeten met de 'Mental Health Inventory 5' (MHI-5). Het geeft een indicatie van de psychische gezondheid, waaronder zich somber voelen en zenuwachtig zijn. Van de jongvolwassenen heeft 53% psychische klachten (Haaglanden: 53%). Mannen scoren gunstiger op de MHI-5 dan vrouwen.



Suicidegedachten

Van de jongvolwassenen heeft 36% in de afgelopen 12 maanden een enkele keer tot heel vaak serieus nagedacht over suicide (Haaglanden: 31%). Van deze groep dacht 9% hier (heel) vaak aan (Haaglanden: 6%). Vrouwen (8%) iets meer dan mannen (4%). Jongvolwassenen in de leeftijd van 16-17 jaar en 18-20 jaar dachten hier vaker aan dan 21-25 jarigen.

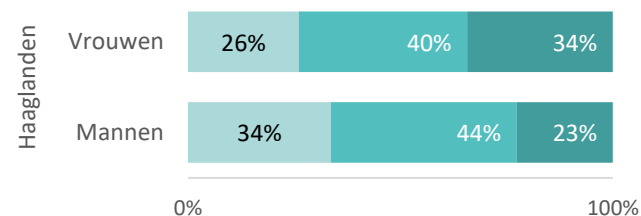
Eenzaamheid

Langdurige eenzaamheid kan gevolgen hebben voor de ontwikkeling van jongvolwassenen. Naast dat het voor mentale problemen (laag zelfvertrouwen, depressieve klachten en suïcidale gedachten) zorgt, kan eenzaamheid ook zorgen voor gedragsproblemen (middelen gebruik), lichamelijke problemen (stress) of maatschappelijke problemen (vroegtijdig schoolverlaten).

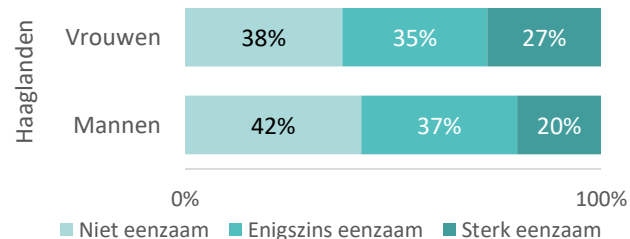
Van de jongvolwassenen voelt 71% zich enigszins tot sterk eenzaam, 72% voelt zich emotioneel eenzaam (iemand die een intieme, hechte band mist) en 76% voelt zich sociaal eenzaam (het ontbreken van vriendschappen) (Haaglanden: respectievelijk 64%, 60% en 70%).

Met name vrouwen voelen zich vaker eenzaam. Zij voelen zich vaker emotioneel eenzaam en in mindere mate sociaal eenzaam.

Emotionele eenzaamheid



Sociale eenzaamheid



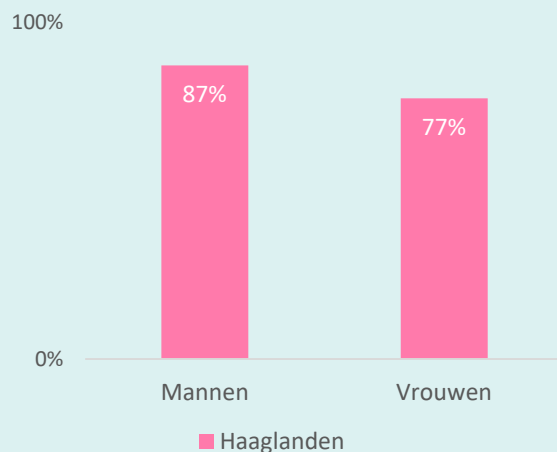
Weerbaarheid, veerkracht en vertrouwen in de toekomst

Weerbaarheid

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.

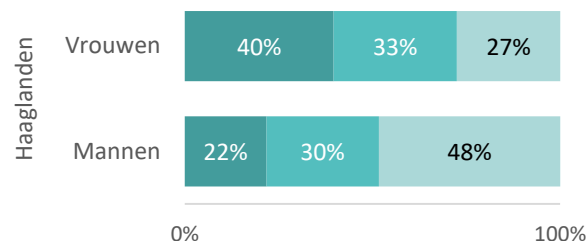
Van de jongvolwassenen is 83% voldoende weerbaar (Haaglanden: 82%). Daarnaast vindt 35% het makkelijk om stressvolle gebeurtenissen te doorstaan (Haaglanden: 38%). Van de jongvolwassenen herstelt 52% snel na een moeilijke periode (Haaglanden: 53%).

Is voldoende weerbaar

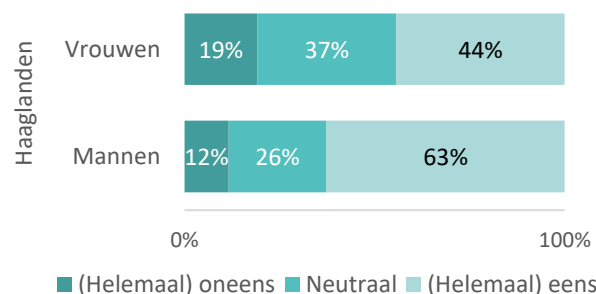


"Mentaal een dieptepunt, maar veel tijd om aan mezelf te kunnen werken."

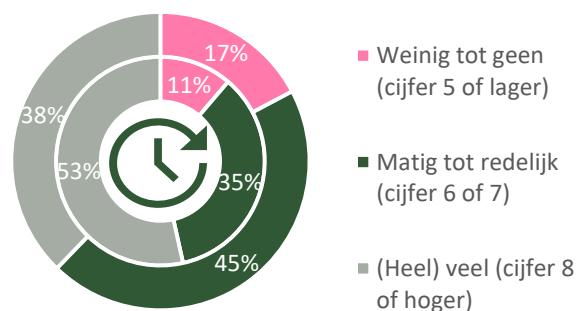
Vindt het makkelijk om stressvolle gebeurtenissen te doorstaan



Herstelt snel na een moeilijke periode



Vertrouwen in de toekomst*



*Buitenring toont vrouwen, binnenring toont mannen.

Veerkracht

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. Het is belangrijk om de **veerkracht** van jongvolwassenen te vergroten door maatwerk te bieden aan jongvolwassenen in verschillende levensfasen.

"Vertrouwen in de maatschappij flink gedaald door verdeeldheid over corona."

Vertrouwen in de toekomst

Ondanks de coronacrisis hebben de meeste jongvolwassenen matig tot (heel) veel **vertrouwen in hun toekomst**.

Een klein percentage (15%) van de jongvolwassenen heeft weinig tot geen vertrouwen in zijn of haar toekomst (Haaglanden: 14%). Minder dan de helft (43%) heeft matig tot redelijk vertrouwen in zijn of haar toekomst en 41% heeft heel veel vertrouwen in zijn of haar toekomst (Haaglanden: respectievelijk 40% en 46%).

Jongvolwassenen maken zich het meest zorgen om:

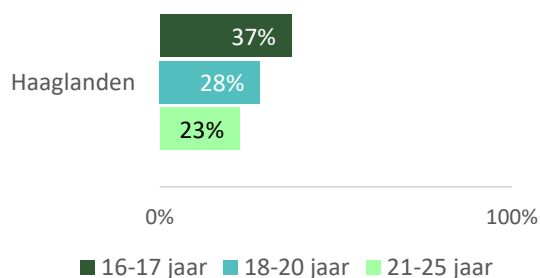
- 75%** Woningmarkt
- 45%** Klimaat
- 43%** Discriminatie van groepen in de samenleving

Bewegen en sporten

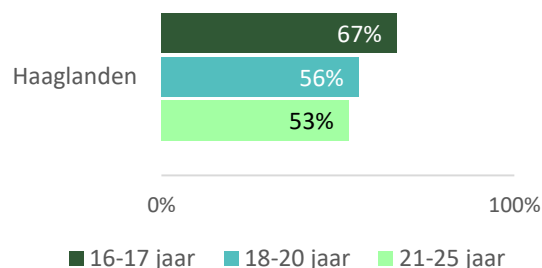
Het advies voor (jong)volwassenen (18+) is minimaal 150 minuten per week matig intensief inspanssen, verspreid over verschillende dagen en minimaal twee keer per week bot- en spierversterkende activiteiten te doen. De norm voor jongeren onder de 18 is om nog meer te **bewegen**.

Van de jongvolwassenen beweegt 23% dagelijks minimaal een halfuur en 49% beweegt 5 of meer dagen minimaal een halfuur (Haaglanden: respectievelijk 27% en 56%).

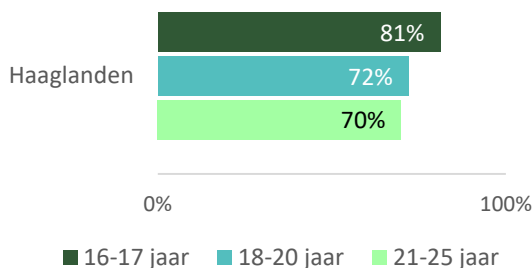
Beweegt dagelijks minimaal een halfuur



Beweegt 5 of meer dagen minimaal een halfuur



Sport wekelijks



"Je sport niet meer kunnen uitvoeren door de regels en daardoor een belangrijke bezigheid moeten missen."

Sporten in de buurt

Gedurende de coronacrisis werd het voor sommige jongvolwassenen moeilijker om te voldoen aan deze norm, 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 eigen buurt mogelijkheden te vinden om te bewegen. Niet naar de sportschool of -vereniging kunnen gaan werd door 34% van de jongvolwassenen ook aangegeven als één van de negatieve gevolgen van de coronacrisis (Haaglanden: 40%).

Ongeveer 6 op de 10 jongvolwassenen vindt hun buurt prettig om in te bewegen. Toch blijkt dat driekwart niet dagelijks aan minimaal een halfuur beweging komt. Van de jongvolwassenen sport 69% minimaal één keer per week, 60% heeft een (online) lidmaatschap bij een sportvereniging of sportclub (Haaglanden: respectievelijk 72% en 64%). Naarmate jongvolwassenen ouder worden, bewegen en sporten ze minder vaak. Daarnaast laten de resultaten zien dat mannen meer bewegen en vaker sporten dan vrouwen.

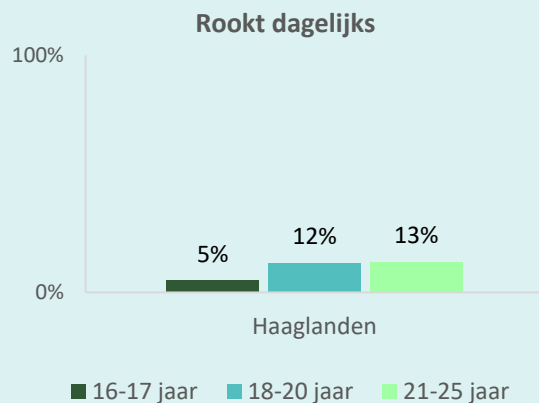
"Buiten sporten toen dat kon en veel gewandeld."

Middelengebruik

Roken

Roken is een belangrijke oorzaak van ziekte en sterfte in Nederland. Hoe jonger iemand start met roken, hoe groter de kans is op een rookverslaving.

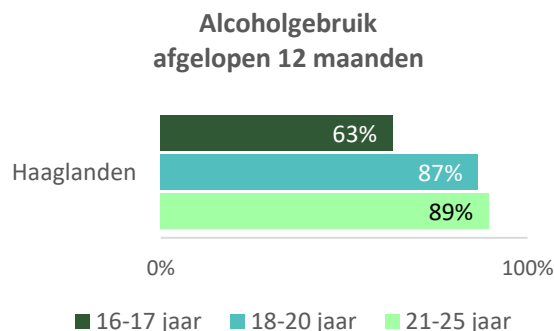
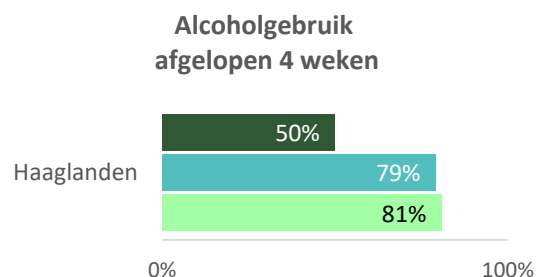
Van de jongvolwassenen rookt 24% weleens tabak (Haaglanden: 23%). Dagelijks roken wordt door 13% van de jongvolwassenen gedaan (Haaglanden: 11%).



Alcohol

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 kan het drinken van alcohol op langere termijn de kans op het krijgen van overgewicht, hart- en vaatziekten, leverziekten, hersenziektes en kanker verhogen.

Van de jongvolwassenen heeft 70% in de afgelopen 4 weken alcohol gedronken en 84% in de afgelopen 12 maanden (Haaglanden: respectievelijk 75% en 84%).



Het advies van de Gezondheidsraad is: drink geen alcohol of in ieder geval niet meer dan één glas per dag. Van de jongvolwassenen voldoet 46% aan dit advies (Haaglanden: 42%).

Van de jongvolwassenen is 10% een zware drinker: tenminste 1 dag in de week 6 of meer glazen (mannen) of 4 of meer glazen (vrouwen) (Haaglanden: 19%).

Van de jongvolwassenen geeft 20% aan dat vrienden het normaal vinden om 10 glazen alcohol op één dag of avond te drinken (Haaglanden: 31%). Boven de 18 jaar wordt dit vaker normaal gevonden dan bij 16-17 jarigen.

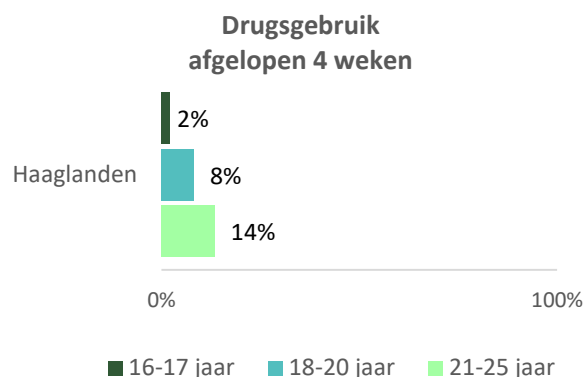
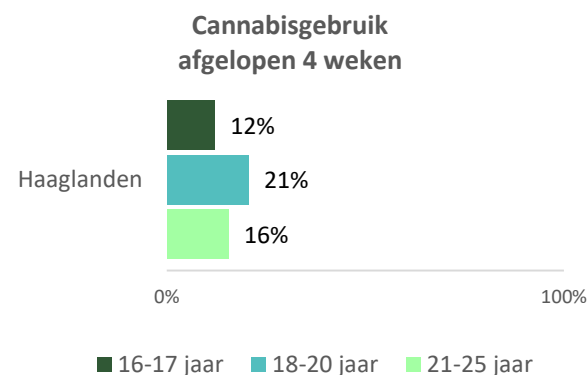
Middelengebruik

Drugs

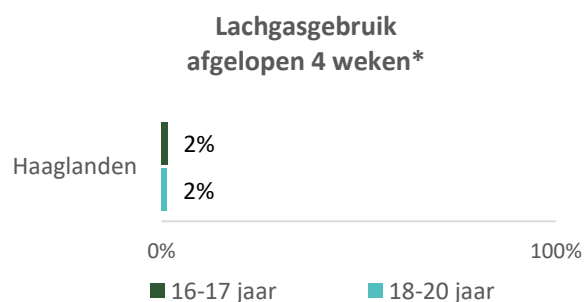
Het gebruik van **drugs** leidt bij langdurig en regelmatig gebruik tot (geestelijke) afhankelijkheid, psychische stoornissen en andere gezondheidsrisico's. Oudere jongvolwassenen gebruiken vaker drugs dan jongere jongvolwassenen.

Van de jongvolwassenen heeft 15% in de afgelopen 4 weken cannabis gebruikt en 6% andere drugs* gebruikt (Haaglanden: respectievelijk 16% en 10%). Lachgas is in Haaglanden in de afgelopen 4 weken door 1% van de jongvolwassenen gebruikt.

**2C-B, 3-MMC, 4-MMC, amfetamine, cocaïne, GHB, ketamine, paddo's, truffels of XTC.*



“Lekker veel gesport, alleen wel meer geblowd.”



**Te kleine aantallen voor 21-25 jaar om weer te geven*

Drugs die in de afgelopen vier weken het vaakst door jongvolwassenen zijn gebruikt (Haaglanden):

7% XTC
3% Cocaïne
2% Ketamine

“Er was geen uitlaatklep in de weekenden, daardoor ging ik uit verveling iets anders doen zoals wiet roken.”

Kernpunten

In het algemeen

De groep jongvolwassenen (16-25 jaar) is een kwetsbare groep en het is relatief lastig om zicht te hebben op deze groep. Vanaf 18 jaar zijn ze te oud voor de Jeugdgezondheidszorg. Daarnaast zitten ze vaak in een overgang tussen school en vervolgonderwijs of tussen onderwijs en werk.

Belangrijkste bevindingen

- In Zoetermeer is het grootste deel van de jongvolwassenen *tevreden met zichzelf* (78%) en *tevreden met zijn/haar leven* (80%). Deze cijfers zijn vergelijkbaar met de regiogemiddeldes voor Haaglanden.
- De resultaten laten echter een ongunstig beeld zien van het *mentaal welbevinden* onder jongvolwassenen in Zoetermeer (vooral onder vrouwen):
 - 49% geeft aan zich (heel) vaak gestrest te voelen (vergelijkbaar met regiogemiddelde Haaglanden),
 - 53% heeft psychische klachten (vergelijkbaar met regiogemiddelde Haaglanden),
 - 71% voelt zich enigszins tot sterk eenzaam (hoger dan regiogemiddelde Haaglanden) en
 - 36% heeft in de afgelopen 12 maanden een enkele keer tot heel vaak suïcidale gedachten gehad (vergelijkbaar met regiogemiddelde Haaglanden).
- Onder de groep jongvolwassenen verdient *bestaanszekerheid* ook aandacht. In Zoetermeer geeft 32% aan moeite te hebben met rondkomen (vergelijkbaar met regiogemiddelde Haaglanden). Daarnaast heeft 23% het idee weinig controle over geldzaken te hebben en 15% heeft een schuld (vergelijkbaar met regiogemiddeldes Haaglanden).
- Van de jongvolwassenen in Zoetermeer heeft 84% *ooit alcohol gedronken* en 70% in de afgelopen 4 weken (vergelijkbaar met regiogemiddeldes Haaglanden). *Drugs* wordt door 6% van de jongvolwassenen in Zoetermeer gebruikt (lager dan regiogemiddelde Haaglanden) en 15% heeft in de afgelopen vier weken *cannabis* gebruikt (vergelijkbaar met regiogemiddelde Haaglanden).
- Wat niet aan bod is gekomen in deze rapportage, maar wat opvalt is dat:
 - 32% van de jongvolwassenen in Zoetermeer overgewicht heeft (hoger dan regiogemiddelde Haaglanden) en
 - 29% ooit een ongewenste seksuele ervaring heeft gehad (vergelijkbaar met Haaglanden).Cijfers rondom deze thema's zijn te vinden op de [Gezondheidsgids](#).

Conclusie

Extra inzet op en ondersteuning van de doelgroep Jongvolwassenen is noodzakelijk, met name op het thema mentaal welbevinden. Hiervoor bestaat landelijk aandacht middels de aanpak 'Mentale gezondheid: van ons allemaal'. In het GALA staan tevens afspraken over het versterken van de mentale weerbaarheid en de mentale gezondheid op lokaal en regionaal niveau.

Contact

Advies of hulp nodig bij de duiding van de cijfers? Of heeft u nog vragen over het onderzoek?

Neem dan contact op met de afdeling Epidemiologie van GGD Haaglanden via gezondheidsgids@ggdhaaglanden.nl.

Deze rapportage is een uitgave van:

GGD Haaglanden
Afdeling Epidemiologie
Postbus 16130
2500 BC Den Haag
Tel: 088-3550100

Overname van gegevens is toegestaan, mits voorzien van een duidelijke bronvermelding.



Meer weten?

In ons digitale dashboard vindt u meer cijfers over de gezondheid van inwoners in de regio: [Gezondheidsgids Haaglanden](#)

