



Een jaar met corona: gezondheid en sociale contacten

De coronapandemie heeft grote sociale en maatschappelijke gevolgen, die voor verschillende groepen anders uitpakken. Het Sociaal en Cultureel Planbureau deed onderzoek naar veranderingen sinds de uitbraak van corona voor zowel burgers als maatschappij. In dit factsheet staan de belangrijkste bevindingen op het gebied van de gezondheid en sociale contacten op een rij.

Volksgesondheid op korte en langere termijn

Ook op langere termijn kan er sprake zijn van grotere druk op de gezondheidszorg.

- Een deel van de mensen die corona hebben gehad houdt langdurig klachten en heeft zorg nodig. Daarnaast is een inhaalslag van uitgestelde behandelingen nodig.
- Uitstel van behandelingen en bevolkingsonderzoek kan tot gevolg hebben dat de ernst van gezondheidsklachten is toegenomen en diagnoses zijn gemist. Daardoor kunnen langere of complexere behandelingen nodig zijn en is de kans op blijvende gezondheidsschade groter.
- Onderliggend lijden zoals diabetes, hart- en vaatziekten, longaandoeningen en overgewicht vormen een risico voor een ernstig ziektebeloop bij een coronabesmetting.

Het bevorderen van een gezonde leefstijl en een gezonde leefomgeving kan een effectieve manier zijn om gezondheidsschade door een pandemie als deze in de toekomst te beperken.

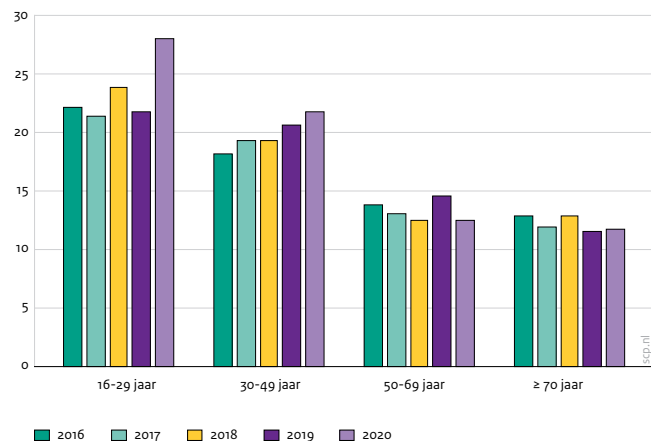
Psychisch welbevinden

Najaar 2020 was het aandeel mensen met een laag psychisch welbevinden in de gehele bevolking redelijk stabiel. Dit geldt echter niet voor verschillende subgroepen.

- Het aandeel jongvolwassenen (16-29 jaar) met een laag psychisch welbevinden nam tussen november 2019 en november 2020 meer toe dan in de jaren daarvoor. Van de studenten en scholieren had eind 2020 een op de drie een laag psychisch welbevinden, terwijl dit in de jaren daarvoor ongeveer een op de vier was.
- Een nieuwe groep met een laag psychisch welbevinden bestaat uit mensen die corona van dichtbij hebben meegemaakt (zij hebben een naaste die ernstig ziek werd of overleed door het virus). Ook mensen die naar eigen zeggen een hoger risico hebben om ernstig ziek te worden als zij besmet raken hebben een lager psychisch welbevinden dan anderen.
- Daarnaast hebben mensen met dreigend baanverlies een lager welbevinden dan anderen. Het baanverlies groeide sinds 2019 en zal naar verwachting verder toenemen. Mensen met flexibele en tijdelijke contracten, een laag opleidingsniveau, een niet-westerse migratieachtergrond of een arbeidsbeperking zijn kwetsbaar voor baan- en inkomensverlies. Een nieuwe groep die kwetsbaar is zijn zelfstandig ondernemers. Deze groep is sinds corona minder tevreden met het leven.

Mensen met een langdurig laag psychisch welbevinden kunnen psychische klachten ontwikkelen waarvoor ggz-zorg nodig kan zijn. Het is de vraag of de ggz daarvoor voldoende is toegerust.

Figuur 1 Laag psychisch welbevinden naar leeftijd, 2016-2020 (in procenten)



Bron: CentERdata (LISS'16-'20)

Huiselijk geweld

- Er zijn aanwijzingen dat het huiselijk geweld is toegenomen. Zo steeg het aantal meldingen bij de Kindertelefoon en de anonieme huiselijk-geweld-chat van Fier.
- De meldingen bij Veilig Thuis namen niet toe.
- Dit beeld kan vertekend zijn doordat juist hulpverleners vaak melding doen, en zij vanwege de coronacrisis minder mensen zien.

Sociale contacten en eenzaamheid

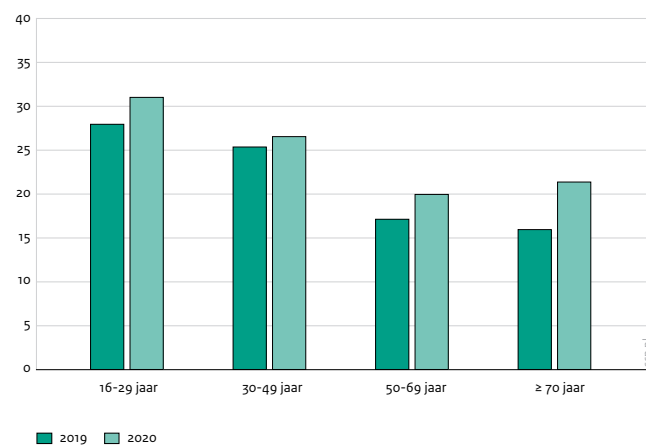
De coronamaatregelen hebben veel invloed op de sociale contacten.

- Tijdens de coronapandemie zien mensen vooral hun vrienden minder (en familie bijna even vaak – met uitzondering van ouderen), maar is er een toename in digitale ontmoetingen. Dit is echter niet voor iedereen een optie: ouderen en laagopgeleiden gebruiken digitale hulpmiddelen minder dan jongvolwassenen en hoogopgeleiden. Bovendien kunnen digitale contacten niet alles vervangen: mensen missen vooral aanraking en bij elkaar komen.
- De afname van sociale contacten is vooral voelbaar voor mensen die al weinig contacten hadden, zoals mensen met een verstandelijke beperking, ernstige psychiatrische klachten of dementie. Het contact met hulpverleners en met anderen die men gewoonlijk op de dagbesteding trof nam af. Het verlies aan contact en dagelijkse routine heeft een bijzonder grote impact op hun dagelijks leven.
- Ondanks de impact van de coronamaatregelen op sociale contacten, was de verandering in het aandeel mensen dat zich eenzaam voelt beperkt. Alleen het aandeel dat zich matig eenzaam voelt, is sinds 2019 licht toegenomen.

Vooral de emotionele eenzaamheid nam toe, met name bij 70-plussers (van 16% naar 22%).

- Ook jongvolwassenen zijn vaak eenzaam. De beperking van sociale contacten in de coronacrisis kan voor hen extra consequenties hebben, omdat zij nog volop in ontwikkeling zijn. Eenzaamheid kan een enorme impact hebben op het leven van mensen en kan leiden tot psychische problemen. Eenzaamheid is niet eenvoudig op te lossen. Dit vraagt om maatwerk.

Figuur 2 Emotionele eenzaamheid naar leeftijd, 2019-2020 (in procenten)



Bron: CentERdata (LISS'19-'20)

Professionele en informele ondersteuning

Sinds de coronacrisis is een deel van de ondersteuning in het sociaal domein, zoals huishoudelijke hulp, weggevalen en is (bv. door het sluiten van dagbesteding, sportkantines) een deel van het vrijwilligerswerk niet mogelijk.

- Het aandeel vrijwilligers daalde van gemiddeld 13% in de periode 2015-2019 naar ca. 10% in 2020. Van de vrijwilligers in oktober 2020 gaf bijna de helft aan dat zij minder deden dan voor de coronacrisis, of ze deden dingen op een andere manier (ongeveer een zesde).
- Het aandeel mantelzorgers is niet veranderd sinds corona. Een op de zes helpt meer omdat een deel van de formele of informele hulp wegviel. Het gaat dan vooral om mantelzorgers van huisgenoten. Een op de zes helpt minder, bijvoorbeeld omdat ze een naaste in een zorginstelling helpen.

Verwacht kan worden dat het beroep op het sociaal domein zal toenemen als het aantal werklozen, van wie een deel in aanmerking komt voor arbeidsre-integratie, (bijzondere) bijstand of schuldhulpverlening groeit. Diverse partijen verwachten een nog onzichtbare vraag bij mensen met beperkingen doordat hulpverleners minder naar mensen toe konden. Bij het heropstarten van maatschappelijke ondersteuning zou voorrang gegeven moeten worden aan degenen die het hardst zijn getroffen door sluiting van voorzieningen.