

BELGISCHE GEZONDHEIDS- EN WELZIJNSCOHORTE (BELHEALTH)

Bulletin n°2
Mei 2023



BELHEALTH
BELGIAN HEALTH AND WELLBEING COHORT

1. Inleiding	2
2. Profiel deelnemers	3
3. Angst	4
4. Depressie	5
5. Subjectieve (geestelijke) gezondheid	6
6. Zelfmoordgedachten en -pogingen	7
7. Gebruik van psychoactieve medicatie	8
8. Toegang en gebruik van geestelijke gezondheidszorg	9
9. Percepties rond geestelijke gezondheidsproblemen	11
10. Bezorgdheden	12
11. Tevredenheid met sociale contacten	14
12. Sociale steun	15
13. Gebruik van alcohol	16
14. Gebruik van tabak	19
15. Conclusie	21

Introductie

De Belgische Gezondheids- en Welzijnscohort (BELHEALTH) is een longitudinale studie die de gezondheid en het welzijn van een grote steekproef van de Belgische bevolking gedurende minstens twee jaar wil opvolgen. Om de drie maanden wordt een online enquête naar dezelfde deelnemers gestuurd om gegevens te verzamelen over hun fysieke en geestelijke gezondheid en over aspecten die daarop van invloed kunnen zijn. Het doel van de studie is de gezondheidsautoriteiten te informeren over de veranderende behoeften van de burgers op vlak van geestelijke gezondheid en de groepen te identificeren die de meeste moeilijkheden ondervinden - en die prioritaire steun nodig hebben - in het licht van de veranderingen die onze samenleving ondergaat.

De BELHEALTH-studie is een voortzetting van de 11 COVID-19-gezondheidsenquêtes die tijdens de gezondheids crisis werden gehouden. 11.560 deelnemers aan deze enquêtes vormen het huidige cohort. De eerste BELHEALTH-enquête vond plaats in oktober 2022 en de tweede in februari 2023. Omdat sommige groepen ondervertegenwoordigd waren in het basiscohort (bv. mannen, jongvolwassenen, inwoners van Wallonië), stuurden we gerichte uitnodigingen per post met als doel zo representatief mogelijk te zijn voor de algemene bevolking. In totaal werden 831 bijkomende personen gerekruteerd, wat het cohort op 12.391 volwassenen bracht.

Bericht aan onze deelnemers

Wij danken de 8.346 deelnemers die hebben deelgenomen aan deze tweede BELHEALTH-enquête. Onder hen bevinden zich de "nieuwe deelnemers" die zich via een gerichte uitnodiging bij het onderzoek hebben aangesloten. Wij heten jullie van harte welkom en waarderen uw vertrouwen en medewerking! Tot slot willen we onze diepste dank betuigen aan degenen die al meer dan twee jaar trouw deelnemen aan onze enquêtes. We begrijpen dat sommige vragen over geestelijke gezondheid vermoeiend kunnen zijn, maar het is cruciaal om dezelfde schalen te behouden om vergelijkingen in de tijd mogelijk te maken en veranderingen te analyseren. De volgende BELHEALTH-enquête zal in juni 2023 plaatsvinden. We zullen u per email uitnodigen. De resultaten staan op de [website van de cohorte](#). Bedankt allemaal!



Steekproefgrootte
N = 8346



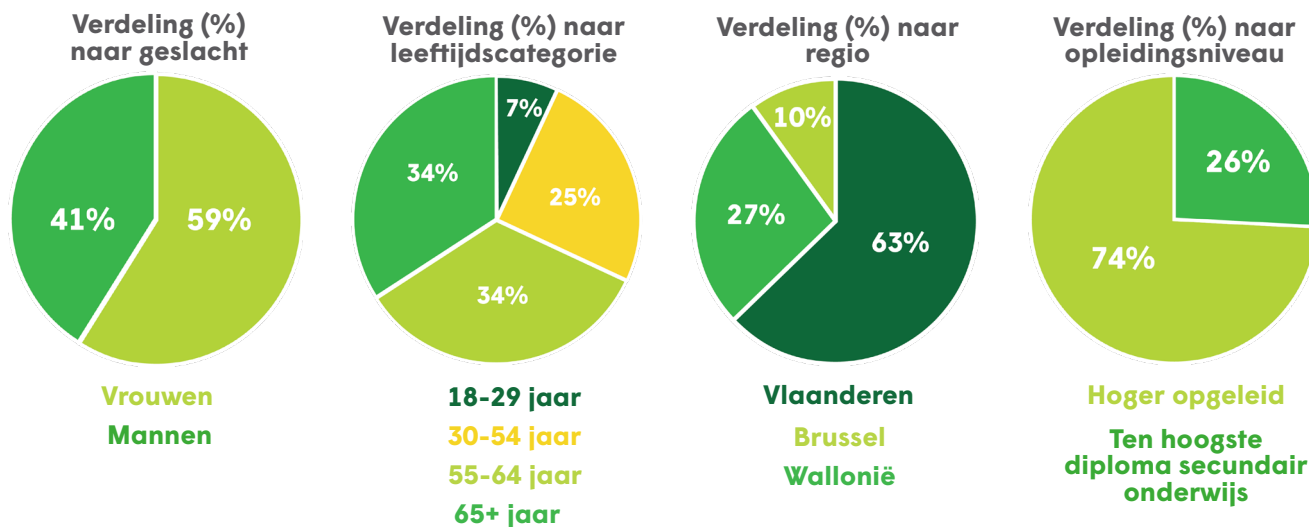
Methode gegevensverzameling
Online enquête



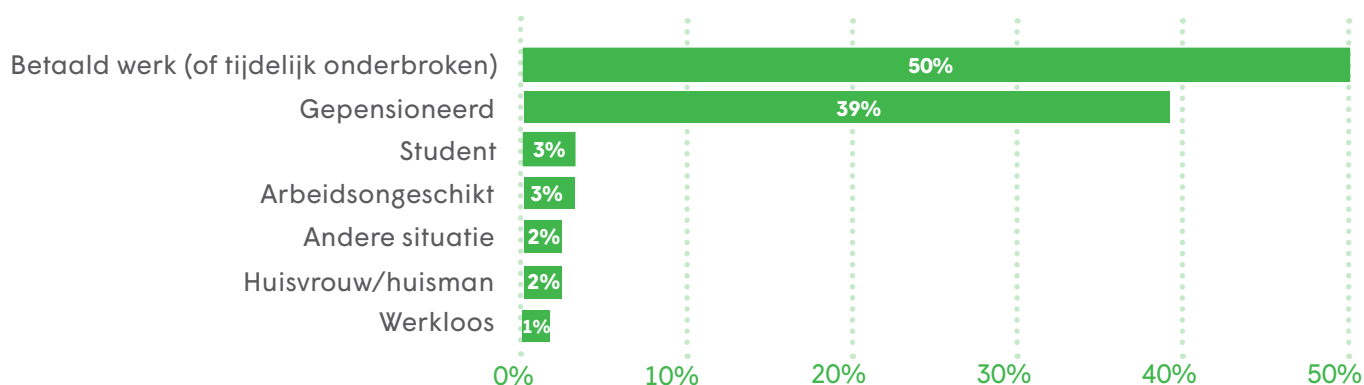
Periode
6-27 Februari 2023

Profiel deelnemers

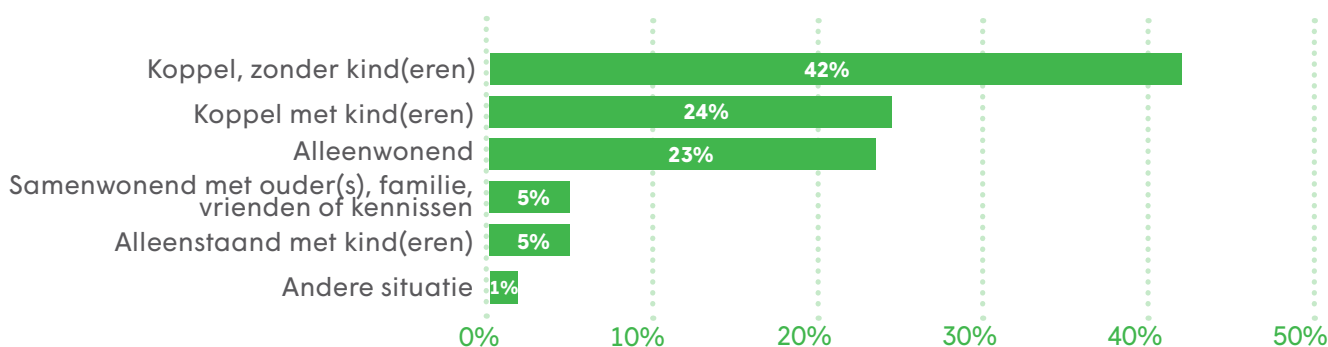
De totale steekproef bestaat uit 8346 deelnemers.



Verdeling (%) naar werksituatie



Verdeling (%) naar huishoudelijke situatie

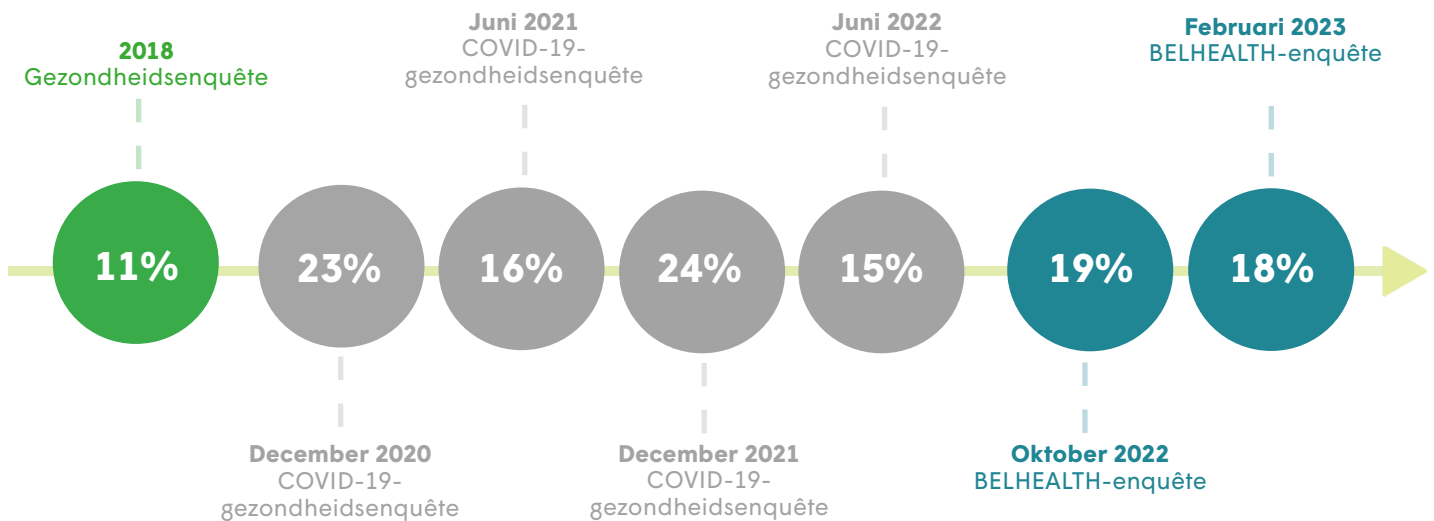


Aangezien sommige groepen ondervertegenwoordigd zijn bij de deelnemers (bv. jongeren), werden in de analyses correctiefactoren toegepast om de verdeling in de Belgische bevolking te evenaren. Meer methodologische informatie vindt u in [dit document](#).

Angst

% volwassenen met gegeneraliseerde angst (GAD-7 schaal)

Tijdlijn Gezondheidsenquête (Health Interview Survey – HIS) 2018, COVID-19-gezondheidsenquêtes 2020-2022 en de BELHEALTH-enquêtes 2022-2023, België



Het percentage volwassenen dat angst ervaart is gelijkaardig in oktober 2022 (19%) en februari 2023 (18%): het verschil is niet statistisch significant na controle voor leeftijd en geslacht. Dit percentage blijft echter aanzienlijk hoger dan voor de COVID-19-pandemie (11% in 2018).

Ongelijkheden

Niet alle volwassenen lopen hetzelfde risico om geestelijke gezondheidsproblemen te ontwikkelen. Deze risico's variëren volgens factoren zoals leeftijd, geslacht, opleidingsniveau, etc.

Overzicht van ongelijkheden



LEEFTIJD

18-29-jarigen hadden vaker angstklachten (24%) dan 50-64 jarigen (18%) en mensen van 65 jaar en ouder (10%).



OPLEIDING

Mensen met ten hoogste een diploma secundair onderwijs hadden vaker angstklachten (20%) dan hoger opgeleiden (15%).



REGIO

Mensen die in Wallonië wonen, rapporteerden meer angst (22%) dan mensen die in Vlaanderen wonen (16%).



TYPE HUISHOUDEN

Mensen die samenwonen als koppel met kinderen, rapporteerden minder angst (17%) dan mensen die alleen wonen zonder (18%) of met (27%) kinderen.



WERKSITUATIE

Mensen met een betaalde baan hadden minder vaak angstklachten (19%) dan mensen die arbeidsongeschikt zijn (39%).



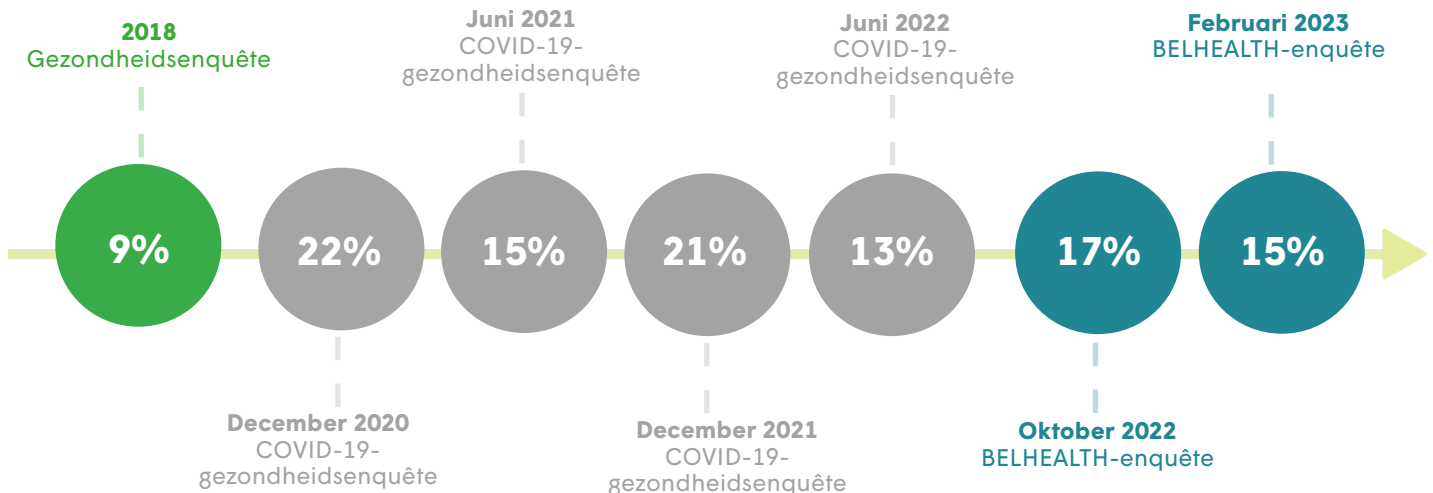
FINANCIËLE SITUATIE

Mensen die (veel) moeite hebben om rond te komen, ervaarden vaker angstklachten (39%) dan mensen die enigszins moeilijk (17%) tot zeer gemakkelijk (9%) rondkomen.

Depressie

% volwassenen met depressie (PHQ-9 scale)

Tijddlijn Gezondheidsenquête (Health Interview Survey – HIS) 2018, COVID-19-gezondheidsenquêtes 2020-2022 en de BELHEALTH-enquêtes 2022-2023, België



Het percentage volwassenen met depressiesymptomen is gelijkaardig in oktober 2022 (17%) en februari 2023 (15%): het verschil is niet statistisch significant na controle voor leeftijd en geslacht. Dit percentage blijft echter aanzienlijk hoger dan voor de COVID-19-pandemie (9% in 2018).

Ongelijkheden

Niet alle volwassenen lopen hetzelfde risico om geestelijke gezondheidsproblemen te ontwikkelen. Deze risico's variëren volgens factoren zoals leeftijd, geslacht, opleidingsniveau, etc.

Overzicht van ongelijkheden



LEEFTIJD

18-29-jarigen hadden vaker depressiesymptomen (20%) dan 50-64 jarigen (15%) en mensen van 65 jaar en ouder (9%).



OPLEIDING

Mensen met ten hoogste een diploma secundair onderwijs hadden vaker depressiesymptomen (17%) in vergelijking met hoger opgeleiden (12%).



REGIO

Mensen die in Wallonië wonen hadden meer kans op depressiesymptomen (19%) dan mensen die in Vlaanderen wonen (12%).



TYPE HUISHOUDEN

Mensen die samenwonen als koppel zonder (11%) of met (13%) kinderen rapporteerden minder vaak depressiesymptomen dan mensen die alleen wonen zonder (19%) of met (20%) kinderen.



WERKSITUATIE

Mensen met een betaalde baan hadden minder vaak symptomen van depressie (15%) dan mensen die arbeidsongeschikt zijn (36%).

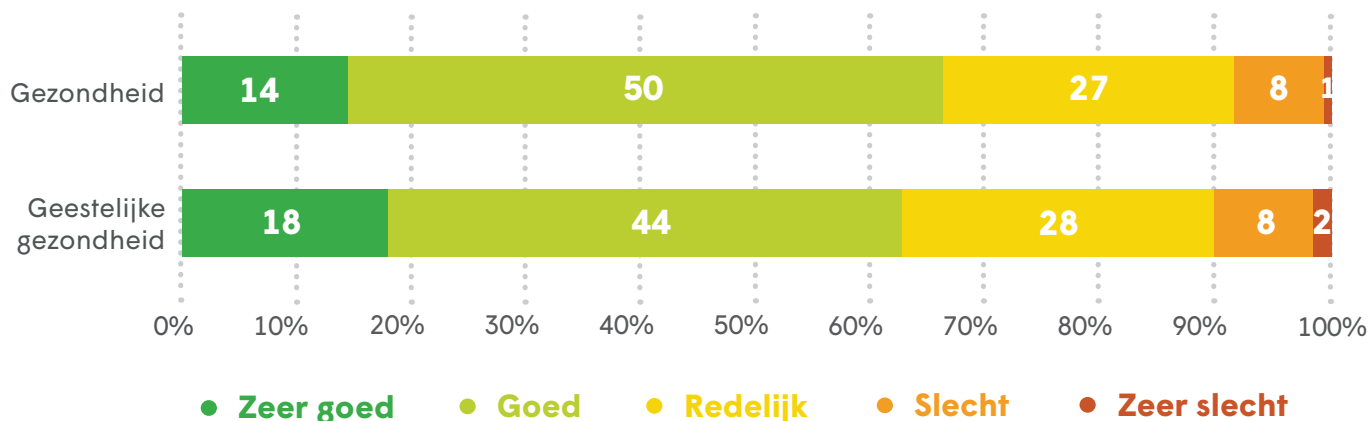


FINANCIËLE SITUATIE

Mensen die (veel) moeite hebben om rond te komen, ervoeren vaker symptomen van depressie (35%) dan mensen die enigszins moeilijk (14%) tot zeer gemakkelijk (7%) rondkomen.

Subjectieve (geestelijke) gezondheid

De deelnemers werd gevraagd om hun eigen (subjectieve) gezondheid en geestelijke gezondheid in het algemeen te scoren op een 5-puntsschaal van "zeer goed" tot "zeer slecht".

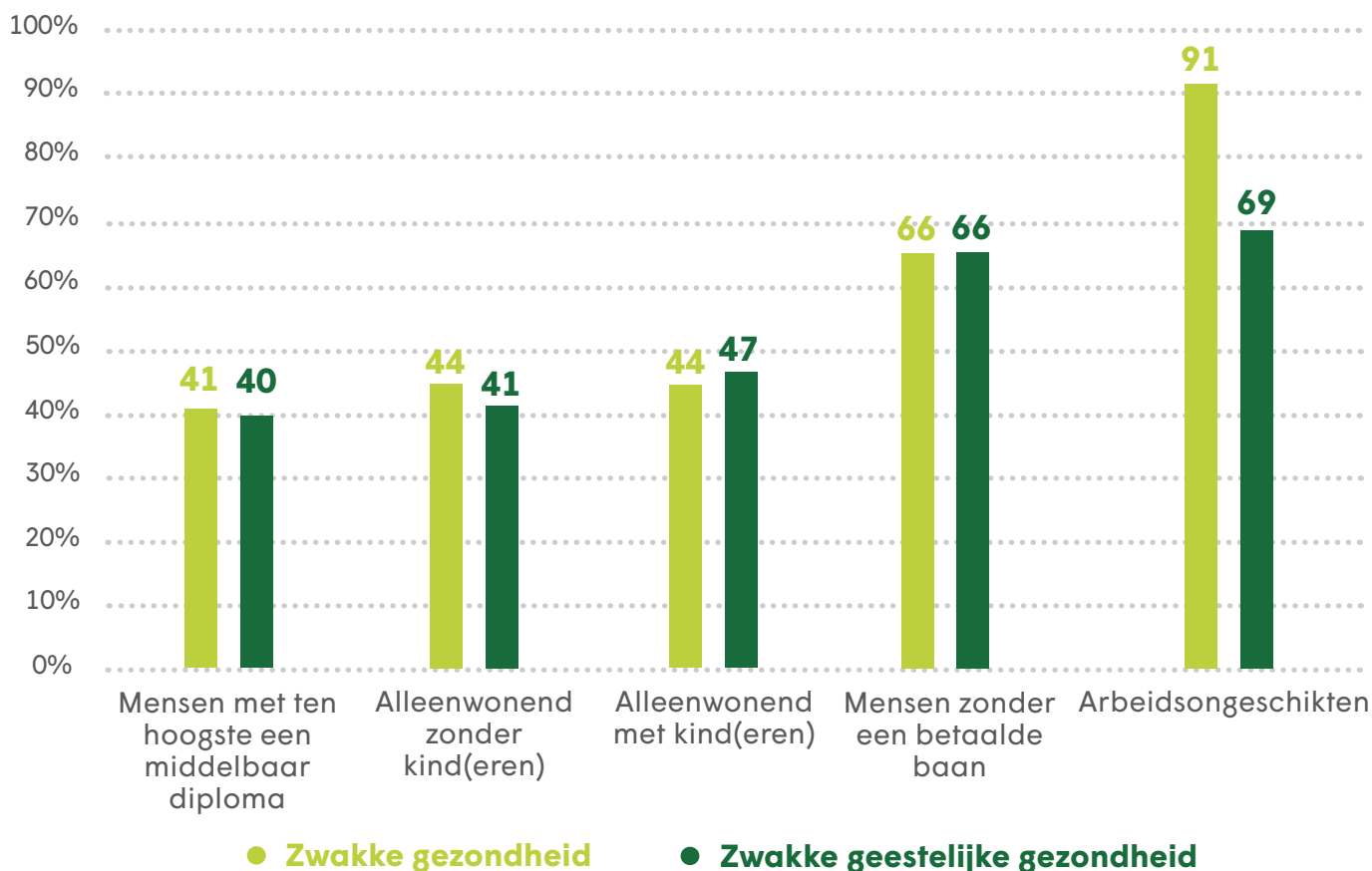


Uit de resultaten van februari 2023 blijkt dat 64% van de volwassenen hun subjectieve gezondheid en 62% van de volwassenen hun subjectieve geestelijke gezondheid als (zeer) goed scoren.

Mensen van 50 tot 64 jaar (42%) hadden een significant hoger risico om een zwakke algemene gezondheidsscore te rapporteren, terwijl mensen van 18 tot 29 jaar (48%) en vrouwen (40%) een significant hoger risico hadden om een zwakke geestelijke gezondheidsscore te rapporteren.

Bovendien waren de gezondheids- en geestelijke gezondheidsscore sterk gecorreleerd.

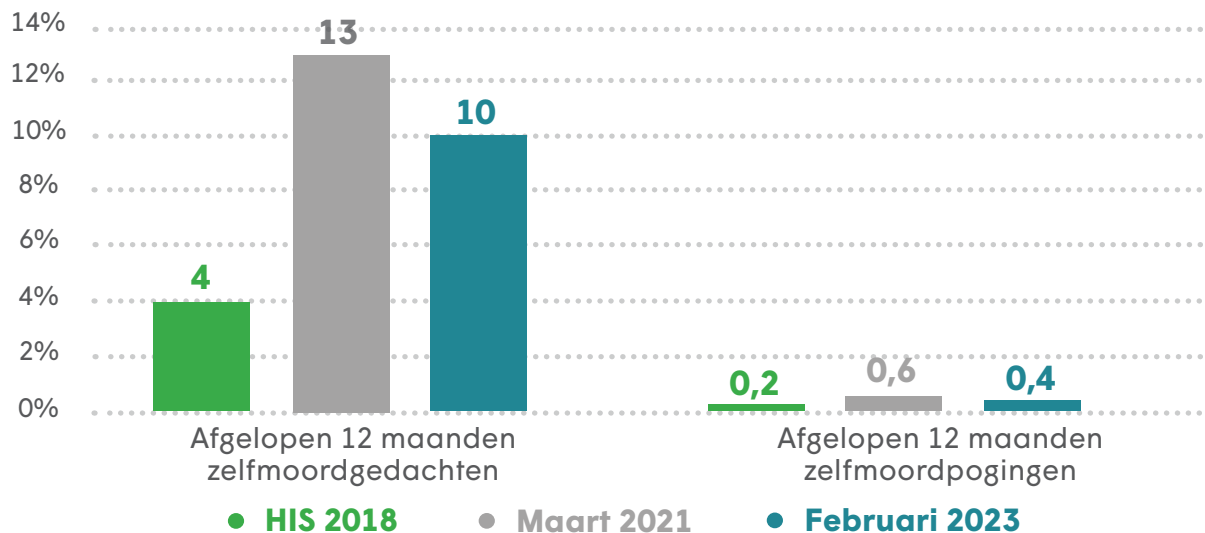
Percentage (%) volwassenen dat hun gezondheid en geestelijke gezondheid als zwak ervaart (redelijk, slecht of zeer slecht) onder kwetsbare subpopulaties.



Zelfmoordgedachten en -pogingen

Aan de deelnemers werd gevraagd of zij ernstig hebben gedacht aan het beëindigen van hun leven en of zij in de afgelopen 12 maanden een zelfmoordpoging hebben ondernomen.

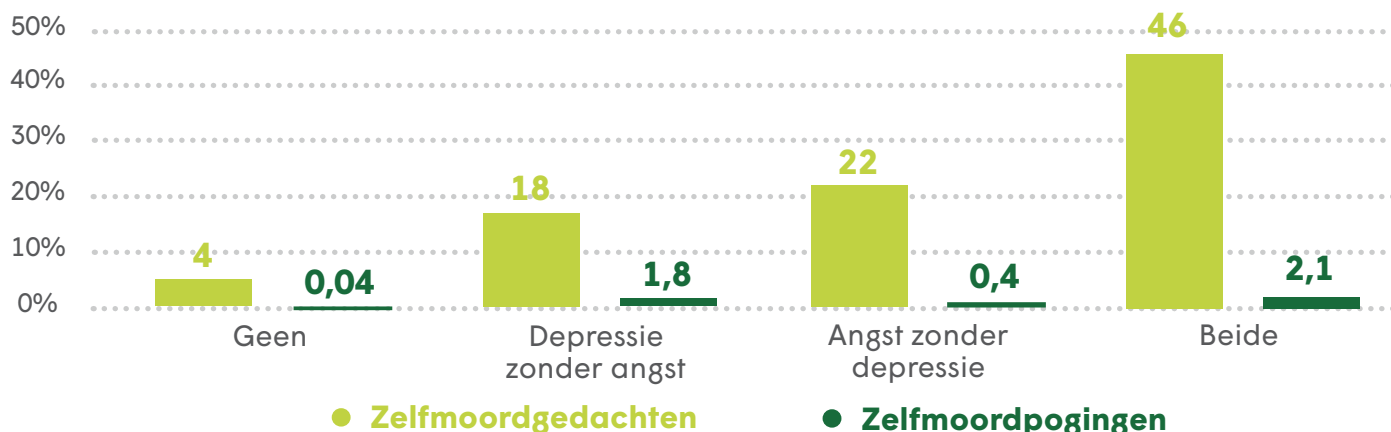
Percentage (%) volwassenen met zelfmoordgedachten en -pogingen in de afgelopen 12 maanden, HIS 2018, 6^{de} COVID-19-gezondheidsenquête (maart 2021), 2^{de} BELHEALTH-enquête (februari 2023), België



In de HIS 2018 had 4% van de volwassenen in de afgelopen 12 maanden aan zelfmoord gedacht en 2,2% had een zelfmoordpoging ondernomen.

In maart 2021, die afgenomen werd toen er strenge fysieke afstandsmaatregelen golden, rapporteerde 13% van de volwassenen in de afgelopen 12 maanden (april 2020 tot maart 2021) aan zelfmoord te hebben gedacht, terwijl 0,6% een zelfmoordpoging deed. In februari 2023 rapporteerde 10% van de BELHEALTH-deelnemers (18 jaar en ouder) er in de afgelopen 12 maanden aan te hebben gedacht, wat significant lager is dan in maart 2021 na controle voor leeftijd en geslacht. In februari 2023 zei 0,4% in de afgelopen 12 maanden een zelfmoordpoging te hebben ondernomen, wat na controle voor leeftijd en geslacht niet significant verschilt van maart 2021.

Percentage (%) volwassenen met zelfmoordgedachten en -pogingen per geestelijke gezondheidsstatus, 2^{de} BELHEALTH-enquête (februari 2023), België



Volwassenen met angst, depressie of beide (comorbiditeit) gaven vaker aan in de afgelopen 12 maanden aan zelfmoord te hebben gedacht of een zelfmoordpoging te hebben gedaan dan mensen zonder één van beide stoornissen.

Gebruik van psychoactieve medicatie

Aan de deelnemers werd gevraagd of zij in de afgelopen 2 weken kalmerende middelen (slaap- of kalmeringsmiddelen) en antidepressiva hebben gebruikt die door een arts zijn voorgeschreven.



De volgende groepen vertoonden een groter risico op het gebruik van kalmerende middelen: mensen die arbeidsongeschikt zijn (35%), mensen die alleen wonen (21%), 50-plussers (17% van de 50-64-jarigen en 20% van de 65-plussers), mensen die in Wallonië wonen (17%), vrouwen (16%) en mensen met ten hoogste een diploma secundair onderwijs (16%). Mensen met angst- of depressieklachten (32% en 34%) gebruikten vaker slaap- of kalmeringsmiddelen dan mensen zonder angst- of depressieklachten (10% en 11%).

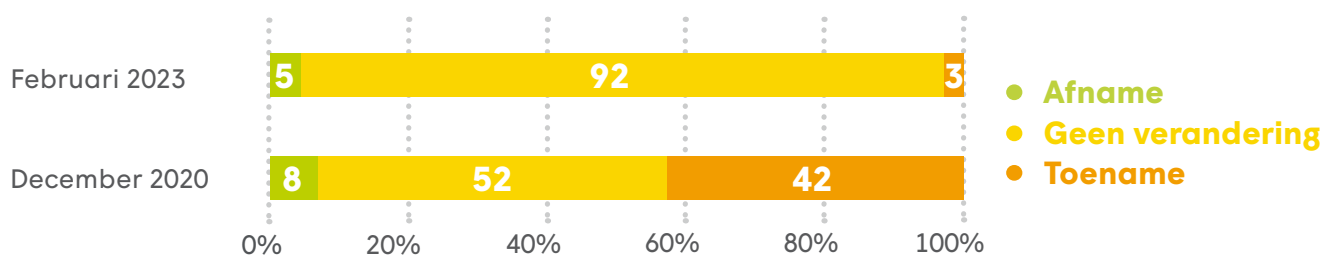
Arbeidsongeschikten (37%), mensen tussen 30-49 jaar (13%) en 50-64 jaar (16%), alleenstaanden (15%), mensen met ten hoogste een diploma secundair onderwijs (14%) en vrouwen (14%) vertoonden een hoger risico om antidepressiva te gebruiken. Mensen met angst- of depressiesymptomen (30% en 31%) gebruikten vaker antidepressiva dan degenen die geen angst- of depressiesymptomen hebben (9% en 9%).



Gepercipieerde verandering in het gebruik van kalmerende middelen

De deelnemers werd gevraagd naar hun perceptie van veranderingen in hun gebruik van kalmerende middelen. De vragen hadden betrekking op "sinds de laatste 6 maanden", d.w.z. sinds september 2022. Er werden drie niveaus van verandering onderscheiden: "Afname" (ik heb mijn gebruik verminderd of ik ben gestopt met het gebruik ervan), "Geen verandering" (mijn gebruik is hetzelfde gebleven als voorheen of ik heb het niet eerder gebruikt, noch nu) en "Toename" (ik heb mijn gebruik verhoogd). Dezelfde vraag werd gesteld in de COVID-19-gezondheidsenquête van december 2020, maar met een andere referentieperiode. In die enquête werd de deelnemers gevraagd naar veranderingen in hun gebruik van kalmerende middelen ten opzichte van voor het begin van de COVID-19-pandemie.

Verdeling (%) van volwassenen volgens hun gepercipieerde verandering in het gebruik van kalmerende middelen, 5^{de} COVID-19-gezondheidsenquête (december 2020), 2^{de} BELHEALTH-enquête (februari 2023), België



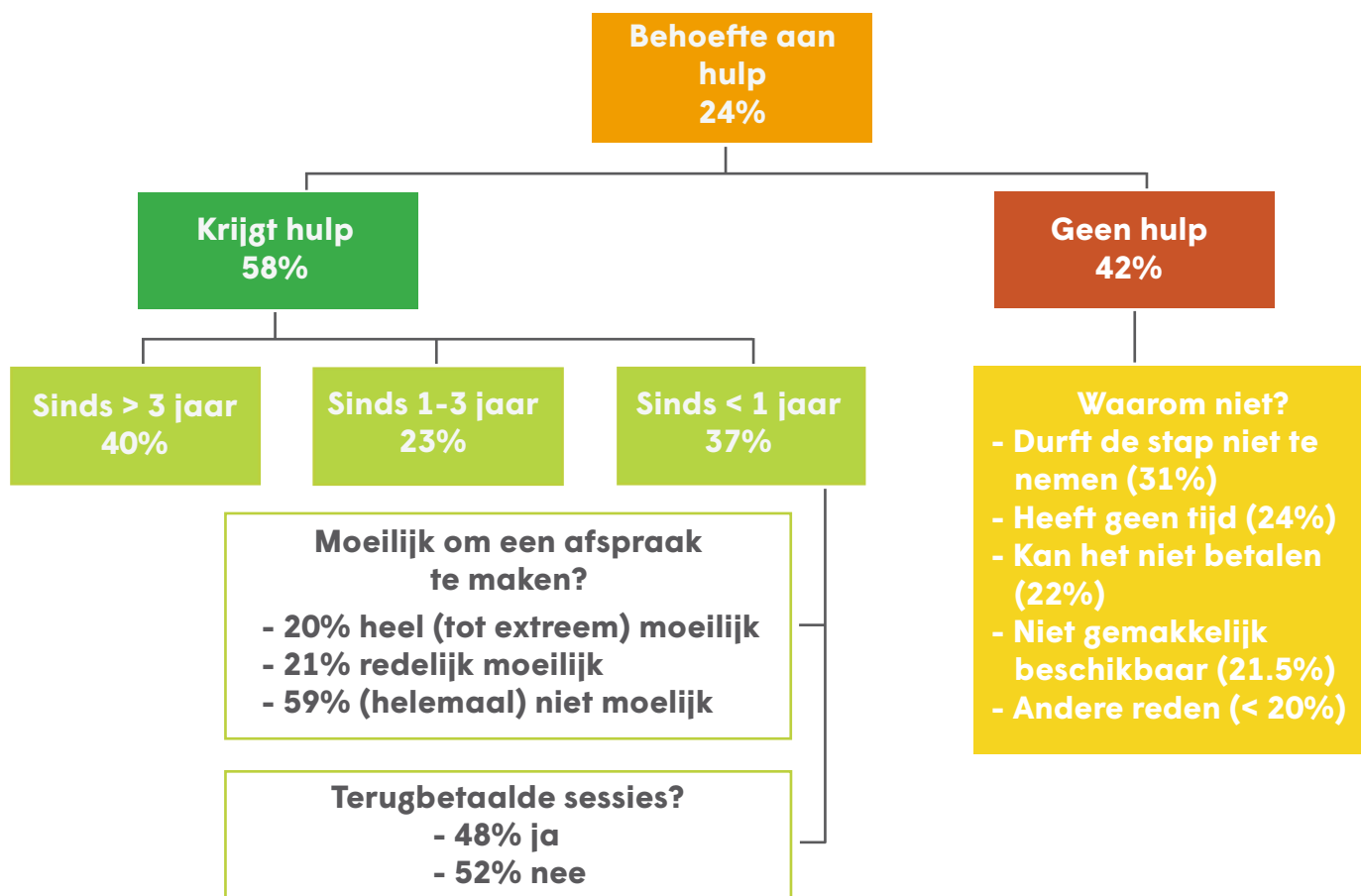
Vergeleken met december 2020 (tijdens de COVID-19-crisis) meldden aanzienlijk minder volwassenen een toename van hun gebruik van kalmerende middelen.

Gebruik en toegang tot geestelijke gezondheidszorg

In de 2^{de} BELHEALTH-enquête werden de huidige behoeften van de bevolking en de toegang tot en het gebruik van professionele ondersteuning voor geestelijke gezondheidsproblemen bevraagd. Bijna 1 op de 4 volwassenen (24%) gaf aan de afgelopen 6 maanden behoefte gehad te hebben aan professionele geestelijke gezondheidszorg. Een hoger percentage vrouwen (29%) en alleenstaanden met kinderen (37%) dan mannen (19%) en paren met (25%) en zonder kinderen (17%) rapporteerden deze behoefte aan geestelijke gezondheidszorg. Van de volwassenen die aangaven in de afgelopen 6 maanden behoefte te hebben gehad aan geestelijke gezondheidszorg, kreeg slechts 58% effectief professionele hulp. Van hen werd 40% al opgevolgd vóór de gezondheidscrisis (meer dan 3 jaar geleden), maar de meerderheid (60%) kreeg minder dan 3 jaar geleden hulp. De meeste volwassenen die zich in het afgelopen jaar tot een geestelijke gezondheidszorg hebben gewend, beweren dat het vrij gemakkelijk was om een afspraak te krijgen (59%), terwijl 21% het redelijk moeilijk vond en 20% heel tot extreem moeilijk. **Bovendien profiteerde bijna de helft (48%) van de volwassenen van de recente hervorming van psychologische zorg, die voorziet in een gedeeltelijke terugbetaling van begeleiding door een eerstelijns geregistreerd psycholoog.**

Van degenen die geen gebruik hebben gemaakt van de terugbetaalde sessies (52%), was 28% niet op de hoogte van de hervorming, raadpleegde 46% een psycholoog die niet onder de conventie viel, meldde 7% dat het te veel moeite kostte om te begrijpen hoe het werkt, en zocht 5% een eerstelijns geconventioneerde psycholoog, maar er was geen beschikbaar. 62% van de mensen die geestelijke gezondheidszorg raadpleegde, meldde tevreden tot zeer tevreden te zijn over de ondersteuning die zij krijgen.

Verdeling (%) van volwassenen naar huidige behoeften, toegang tot en gebruik van professionele ondersteuning voor geestelijke gezondheidsproblemen, 2^{de} BELHEALTH-enquête (februari 2023), België



Anderzijds heeft 42% van de volwassenen die geestelijke gezondheidszorg nodig hebben, geen professionele hulp gekregen. De meest genoemde reden is dat zij zich niet op hun gemak voelen om de stap te zetten (31%), maar er zijn ook veel praktische redenen, zoals het feit dat zij geen tijd, toegang of financiële middelen hebben voor geestelijke gezondheidszorg (21-24%).

Geestelijke gezondheidsproblemen worden in veel samenlevingen nog steeds verkeerd begrepen of gestigmatiseerd. Dit kan ertoe leiden dat mensen geen hulp zoeken, zich isoleren van vrienden en familie, of niet deelnemen aan werk en sociale activiteiten. Stigmatisering komt hier tot uiting in het feit dat 1 op de 3 mensen die hulp nodig hadden, geen hulp zocht omdat zij bang waren de stap te zetten (31%) of bang waren voor wat anderen zouden denken (8,5%).

Percepties rond geestelijke gezondheidsproblemen

In de BELHEALTH-enquête hebben we ook kennis en attitudes ten aanzien van geestelijke gezondheidsproblemen meer direct gemeten. De deelnemers kregen een reeks beweringen met betrekking tot geestelijke gezondheid voorgelegd en werden gevraagd hun mate van instemming weer te geven op een vierpuntsschaal, gaande van "helemaal oneens" (1) tot "helemaal eens" (4).

Percentage (%) van volwassenen die het eens of helemaal eens waren met de volgende uitspraken over geestelijke gezondheid

Mensen met een depressie hebben hun problemen zelf veroorzaakt

5%



Je herstelt nooit van geestelijke gezondheidsproblemen

29%



Als iemand over zijn/haar geestelijke gezondheidsproblemen praat, zullen sommige vrienden hem/haar verlaten

45%



Als de werkgever ontdekt dat de werknemer lijdt aan geestelijke gezondheidsproblemen, kan de werknemer zijn/haar baan verliezen

54%



Antidepressiva hebben bijwerkingen

95%



● Akkoord tot sterk akkoord

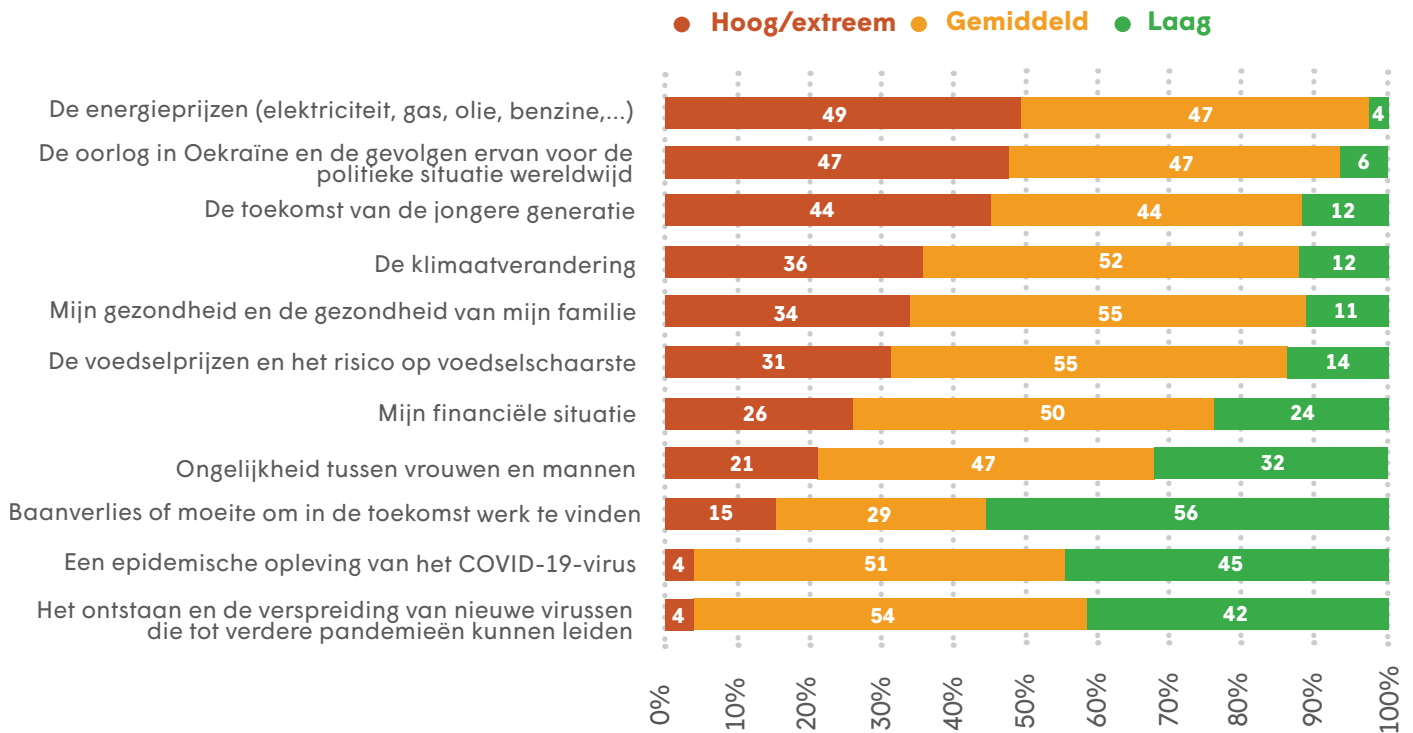
● Oneens tot sterk oneens

Uit de resultaten blijkt dat 5% van de volwassenen gelooft dat iemand met een depressie schuld heeft aan zijn/haar mentale toestand. Mannen (8%), 18-29-jarigen (8%) en mensen met ten hoogste een diploma secundair onderwijs (6%) geloven dit meer dan vrouwen (2%), 50-64-jarigen (3%) en hoogopgeleiden (4,5%). 29% denkt dat men nooit herstelt van geestelijke gezondheidsproblemen. Inwoners van Brussel (20%) en hoogopgeleiden (25%) geloven dat minder dan inwoners van Vlaanderen (30,5%) en Wallonië (28%) en mensen met ten hoogste een secundair diploma (31%). **45% denkt vrienden te verliezen als men over eigen geestelijke gezondheidsproblemen praat, en 54% was het ermee eens dat als een werkgever achter de geestelijke gezondheidsproblemen van een werknemer komt, deze zijn/haar baan zou kunnen verliezen.** Ouderen (50-64 jaar: 53% en 57%; 65+: 48% en 67%) zijn het vaker eens met de twee stellingen over het verlies van vrienden of banen dan jongeren (18-29 jaar: 36% en 43%). Deze resultaten wijzen erop dat er nog veel stigma's kleven aan geestelijke gezondheidsproblemen. Deze stigma's moeten worden overwonnen door middel van voorlichting en onderwijs.

Specifieke bezorgdheden

De deelnemers werd gevraagd of zij zich op het moment van de enquête zorgen maakten over bepaalde onderwerpen. Er werden drie niveaus van bezorgdheid berekend: Hoog/extreem (veel tot extreem), Gemiddeld (een beetje tot matig) en Laag (helemaal niet). De meest gemelde zorgen in februari 2023 waren de energieprijzen, de oorlog in Oekraïne en de toekomst van de jongere generatie.

Verdeling (%) volwassenen volgens de mate van bezorgdheid over de verschillende onderwerpen, 2^{de} BELHEALTH-enquête (februari 2023), België



“ Vrouwen, mensen met ten hoogste een diploma secundair onderwijs, alleenstaanden met kinderen en mensen die in Wallonië wonen maakten zich beduidend meer zorgen over de energieprijzen. ”

“ Vrouwen, mensen met ten hoogste een diploma secundair onderwijs en alleenwonenden met kinderen maakten zich vaker zorgen over de gezondheid van hun gezin en over de toekomst van de jongere generaties. ”

“ Jongeren, 65-plussers en hoger opgeleiden maakten zich vaker zorgen over de klimaatverandering. ”

“ Mensen tussen 30 en 64 jaar maakten zich vaker zorgen over de oorlog in Oekraïne. ”

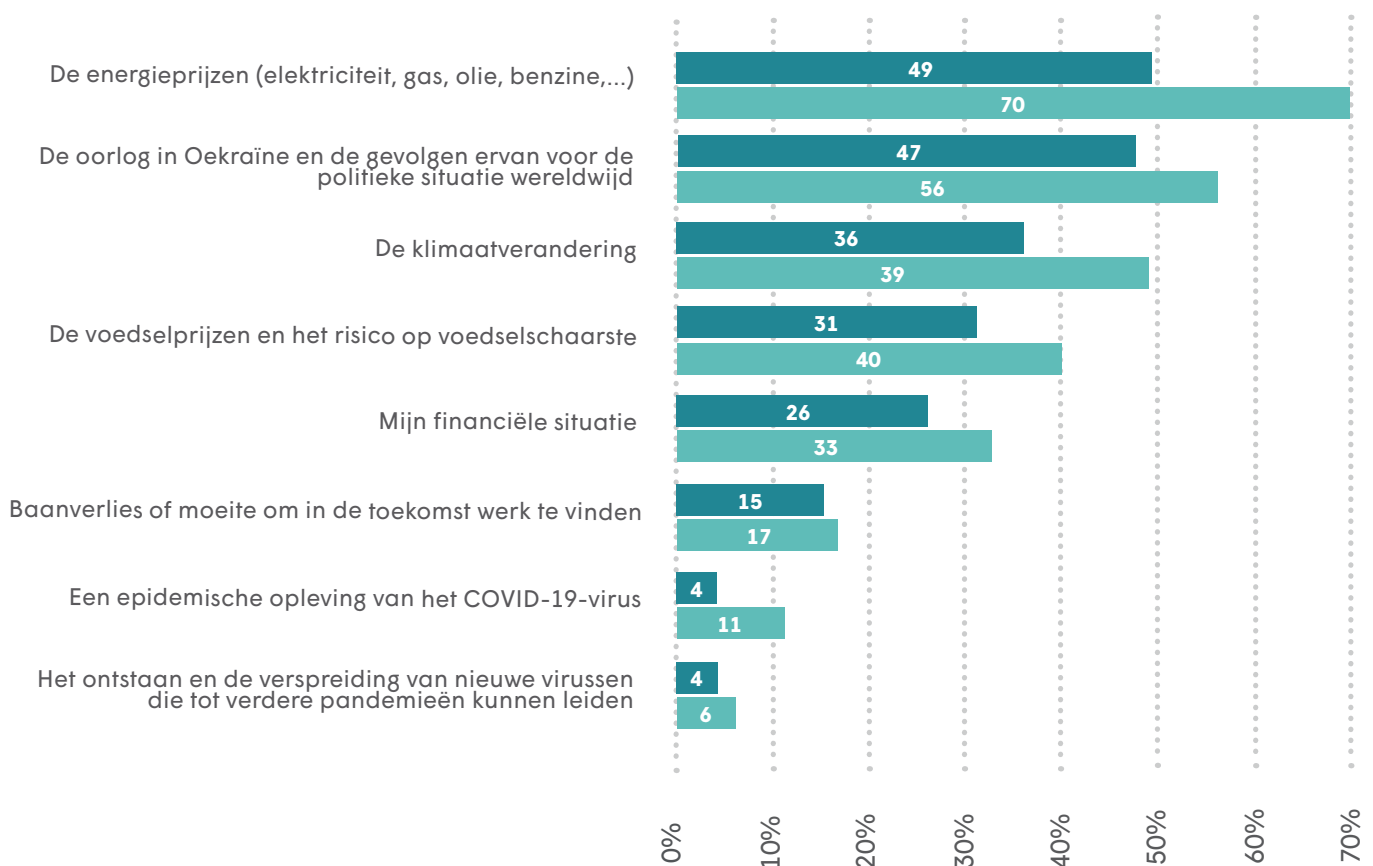
“Mensen met ten hoogste een diploma secundair onderwijs maken zich vaker zorgen over een epidemische opleving van COVID-19 of de verspreiding van nieuwe virussen.”

“Jongeren, vrouwen en alleenstaanden met kinderen maakten zich vaker zorgen over hun financiële situatie.”

“Jongeren, vrouwen en mensen met een betaalde baan maakten zich vaker zorgen over genderongelijkheid.”

Percentage (%) van zeer ongeruste volwassenen volgens de verschillende thema's en tijdsperiode, BELHEALTH-enquêtes 2022-2023, België

● Februari 2023 ● Oktober 2022



Behalve baanverlies of moeite om in de toekomst werk te vinden, lagen de percentages van volwassenen die zeer ongerust zijn in februari 2023 significant lager dan in oktober 2022.

Sociale ontevredenheid

De deelnemers werd gevraagd hun sociale contacten van de afgelopen 2 weken te beoordelen. Er waren vier antwoordcategorieën: 1= Zeer onbevredigend, 2= Eerder onbevredigend, 3= Eerder bevredigend en 4= Zeer bevredigend.

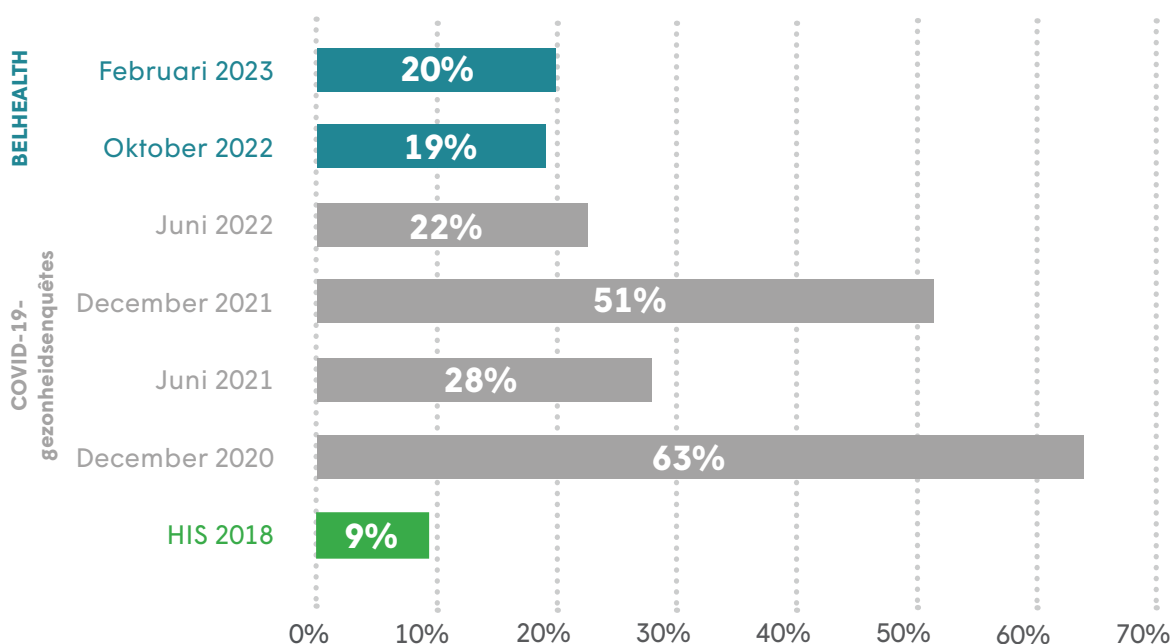


In **Februari 2023** gaf 20% van de volwassenen aan eerder tot zeer ontevreden te zijn met hun sociale contacten.

Ongelijkheden

Volwassenen die het vaakst ontevreden waren over sociale contacten waren mannen (21%), alleenstaande ouders (31%), mensen met ten hoogste een diploma secundair onderwijs (22%) en mensen die in Wallonië wonen (22%).

Evolutie in % volwassenen die niet tevreden zijn over hun sociale contacten, HIS 2018, COVID-19-gezondheidsenquêtes 2020-2022, BELHEALTH-enquêtes 2022-2023, België

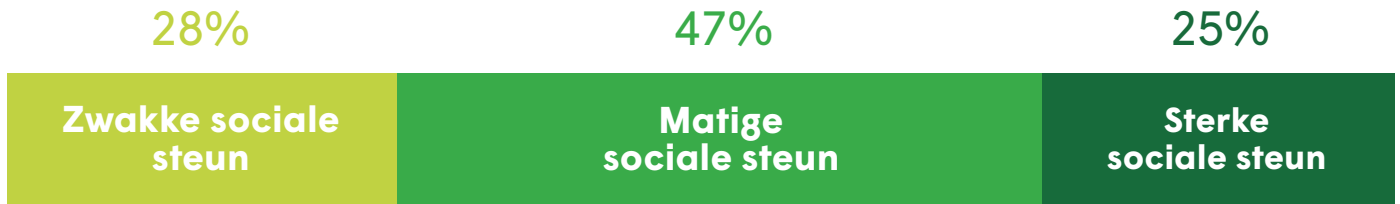


Het percentage volwassenen dat ontevreden was over zijn of haar sociale contacten in februari 2023 verschilt niet significant van oktober 2022 (19%) na controle voor leeftijd en geslacht. Dit percentage blijft echter significant hoger in vergelijking met de pre-pandemische prevalentie (9% HIS 2018).

Er is een verband tussen tevredenheid over sociale contacten en geestelijke gezondheid. Volwassenen die niet tevreden waren met hun sociale leven in februari 2023 hebben meer kans op angst en/of depressie in vergelijking met volwassenen die tevreden waren met hun sociale leven.

Sociale steun

Er werd aan de deelnemers gevraagd om de mate van steun die zij ontvangen van hun omgeving te beoordelen aan de hand van de Oslo Social Support Scale (OSSS-3). Er werden drie niveaus van sociale steun onderscheiden op basis van de ruwe totaalscore (bereik 0-11), "zwakke sociale steun" 0-5, "matige sociale steun" 6-8 en "sterke sociale steun" 9-11.

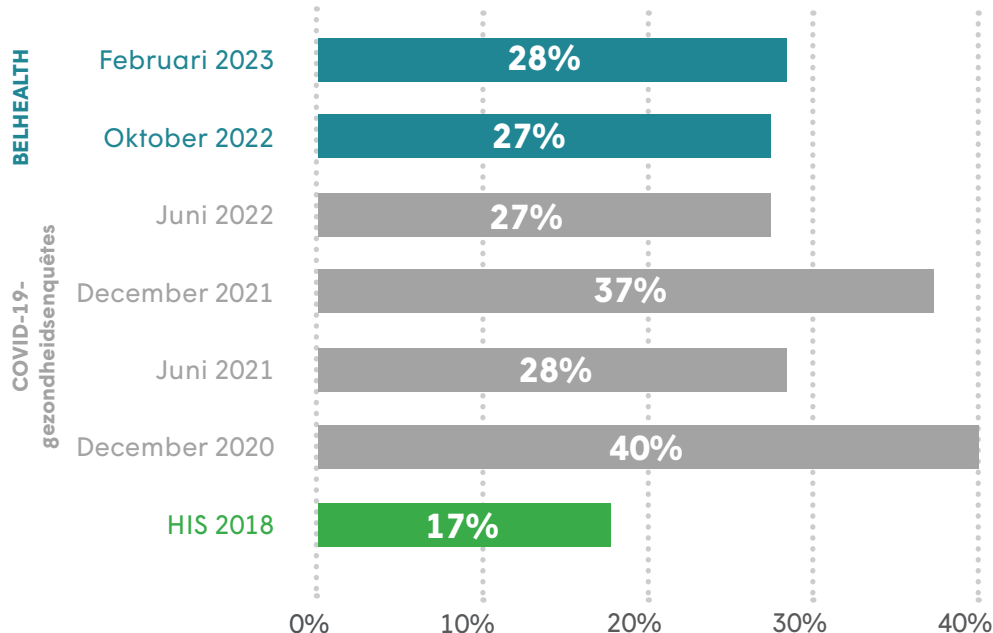


Volgens de resultaten van **februari 2023** gaf 28% van de volwassenen aan zich zwak ondersteund te voelen door hun omgeving.

Ongelijkheden

Mensen van 50-64 jaar (32,5%) en alleenstaanden met kinderen (46%) liepen een groter risico zich zwak ondersteund te voelen door hun omgeving.

Evolutie in percentage (%) volwassenen die zich zwak sociaal ondersteund voelen, HIS 2018, COVID-19-gezondheidsenquêtes 2020-2022, BELHEALTH-enquêtes 2022-2023, België



Het percentage volwassenen die zich zwak sociaal ondersteund voelen in februari 2023, verschilt niet significant van oktober 2022 (27%) na controle voor leeftijd en geslacht. Dit percentage ligt wel significant hoger in vergelijking met 2018 (17%).

Er is een verband tussen sociale steun en geestelijke gezondheid. Personen die zich in februari 2023 zwak sociaal ondersteund voelden, hadden meer kans op angst en/of depressie in vergelijking met personen die zich matig tot sterk sociaal ondersteund voelden.

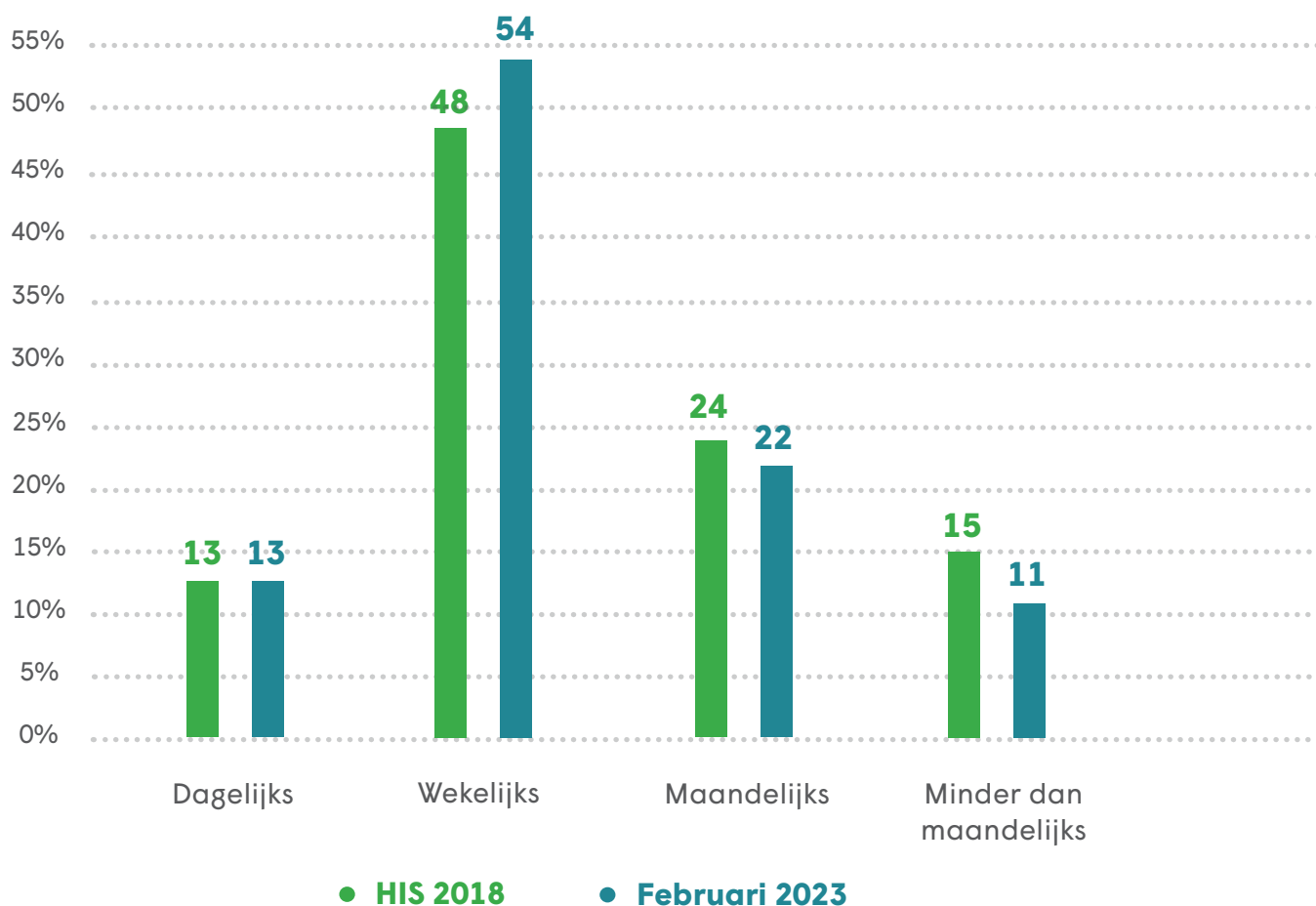
Gebruik van alcohol

De deelnemers werd gevraagd hoe vaak en hoeveel zij in de afgelopen 12 maanden alcohol dronken. Daarnaast werd hen ook gevraagd hoe vaak zij bij één gelegenheid 6 of meer drankjes met alcohol hebben gedronken. Ten slotte werd hen gevraagd naar hun gepercipieerde verandering in alcoholgebruik in vergelijking met zes maanden geleden (september 2022).

Huidig alcoholgebruik

In februari 2023 had 84% van de volwassenen alcohol gebruikt in de 12 maanden voorafgaand aan de enquête, 16% waren geheelonthouders (waarvan 10% nooit alcohol gebruikt heeft en 6% gestopt zijn).

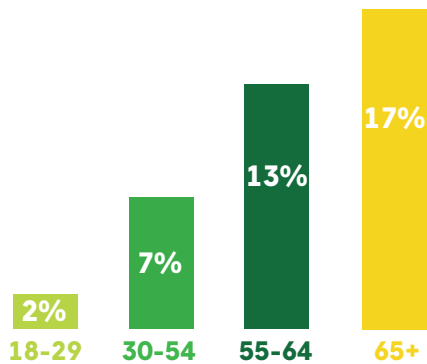
Verdeling (%) van volwassenen die de laatste 12 maanden alcohol gebruikten, HIS 2018, 2^{de} BELHEALTH-enquête (februari 2023), België



In vergelijking met het alcoholgebruik in 2018 zijn er meer volwassenen die wekelijks alcohol drinken (54% vs 48%) en minder volwassenen die maandelijks (22% vs 24%) of minder dan maandelijks (11% vs 15%) alcohol drinken.

Dagelijks alcoholgebruik

Percentage (%) volwassenen die dagelijks alcohol gebruiken, 2^{de} BELHEALTH-enquête (februari 2023), België



In **Februari 2023** gebruikte 11% van de volwassenen in België dagelijks alcohol. Vooral mannen (14% vs. 7% vrouwen) en 65-plussers (17%) liepen een hoger risico om dagelijks alcohol te drinken.

Gemiddeld aantal glazen alcohol per week

In **Februari 2023** werden gemiddeld 11 glazen alcohol per week gedronken. Hoewel aanzienlijk meer 65-plussers dagelijks alcohol drinken in vergelijking met de andere leeftijdscategorieën, is het totaal aantal geconsumeerde drankjes over een hele week gelijk voor alle leeftijdsgroepen.

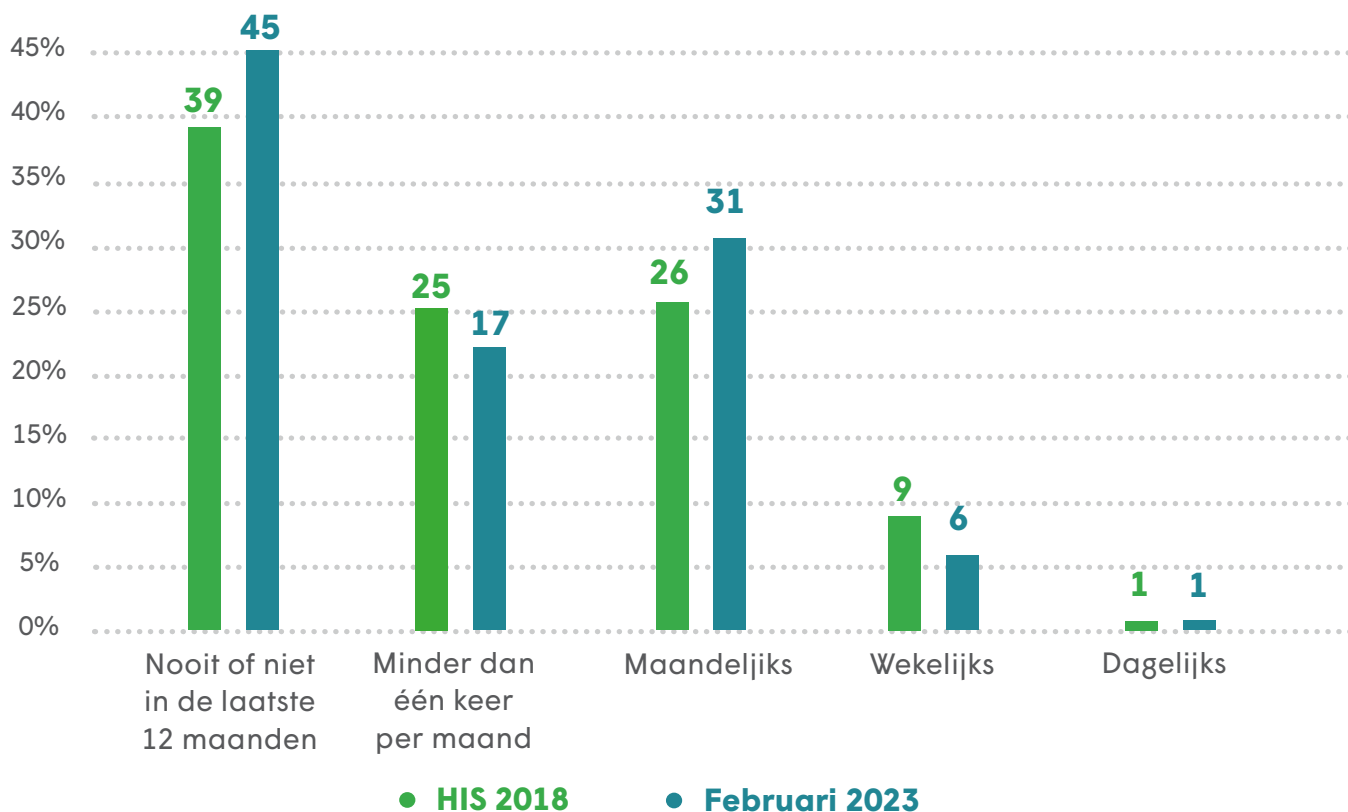
Volgens de aanbevolen grens van niet meer dan 10 glazen alcohol per week bleek 18% van de volwassen bevolking een hoger risico te lopen, of boven deze grens te gebruiken. Vooral mannen (27%), 65-plussers (20%), mensen met een betaalde baan (19%) en alleenstaanden (20%) vertoonden een hoger risico om 10 glazen of meer alcohol per week te drinken.

Risicovol drinken (RSOD)

Risky single occasion drinking (RSOD) verwijst naar het drinken van 6 standaardglazen of meer alcoholische consumpties bij één gelegenheid, bv. op een feestje, met vrienden of alleen thuis. Dit kan in verband worden gebracht met een aantal gezondheids-, sociale en economische factoren, zoals uit vele studies blijkt.

Het drinken van 6 of meer glazen alcohol bij dezelfde gelegenheid kwam niet voor bij 45% van de volwassen bevolking. Voor 17% kwam het minder dan één keer per maand voor. 31% van de bevolking dronk maandelijks 6 of meer alcoholische dranken bij dezelfde gelegenheid, 6% deed dat wekelijks en 1% dagelijks. Voor 7% van de volwassenen kwam het drinken van 6 of meer glazen bij dezelfde gelegenheid dus minstens één keer per week voor. Vooral mannen (12%), 18-29 jarigen (10%) en alleenstaanden (9%) liepen een groter risico om ten minste wekelijks 6 of meer glazen bij dezelfde gelegenheid te drinken.

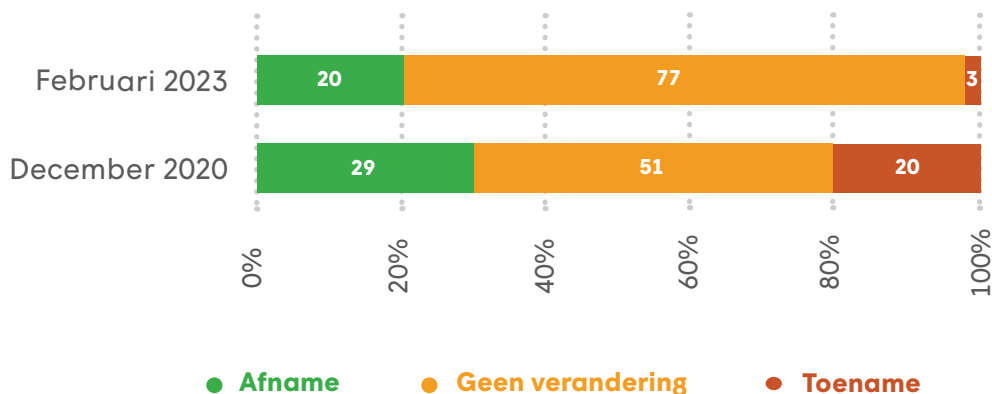
Verdeling (%) van volwassenen die de laatste 12 maanden alcohol gebruikten volgens risicovol drinken, 2^{de} BELHEALTH-enquête (februari 2023), België



Gepercipieerde verandering in alcoholgebruik

De deelnemers werd gevraagd naar hun waargenomen verandering in het gebruik van alcohol. De vragen hadden betrekking op "sinds de laatste 6 maanden", d.w.z. sinds september 2022. Er werden drie niveaus van verandering onderscheiden: "Afname" (ik heb mijn gebruik verminderd of ben sindsdien gestopt met het gebruik ervan), "Geen verandering" (mijn gebruik bleef hetzelfde als voorheen of gebruikte het niet eerder, noch nu) en "Toename" (ik heb mijn gebruik verhoogd). Deze vraag werd ook gesteld in de 5^{de} COVID-19-gezondheidsenquête in december 2020, waarbij de referentieperiode "vorig jaar" was, vóór de COVID-19-crisis.

Verdeling (%) van volwassenen volgens hun waargenomen verandering in alcoholgebruik, 5^{de} COVID-19-gezondheidsenquête (december 2020), 2^{de} BELHEALTH-enquête (februari 2023), België



Vergeleken met december 2020 (tijdens de COVID-19-crisis) meldden significant meer volwassenen geen verandering (77% vs 51%) en significant minder volwassenen een toename (3% vs 20%) van hun alcoholgebruik.

Gebruik van tabak

In de tweede enquête van BELHEALTH (februari 2023) werd met betrekking tot tabaksgebruik gevraagd of men momenteel rookt ("Ja, elke dag" - "Ja, af en toe" - "Nee, helemaal niet") en of hun gebruik van tabak de afgelopen 6 maanden, sinds augustus 2022, veranderd is. Deze vragen werden ook gesteld in de 8^{ste} COVID-19-gezondheidsenquête (oktober 2021) en in de HIS 2018, zodat een vergelijking in de tijd mogelijk is.

Percentage (%) volwassenen die roken (af en toe of dagelijks), HIS 2018, 8^{de} COVID-19-gezondheidsenquête (oktober 2021), BELHEALTH-enquête (februari 2023), België



In vergelijking met het tabaksgebruik in 2018 is er een afname van het dagelijks tabaksgebruik (13% vs 16%).

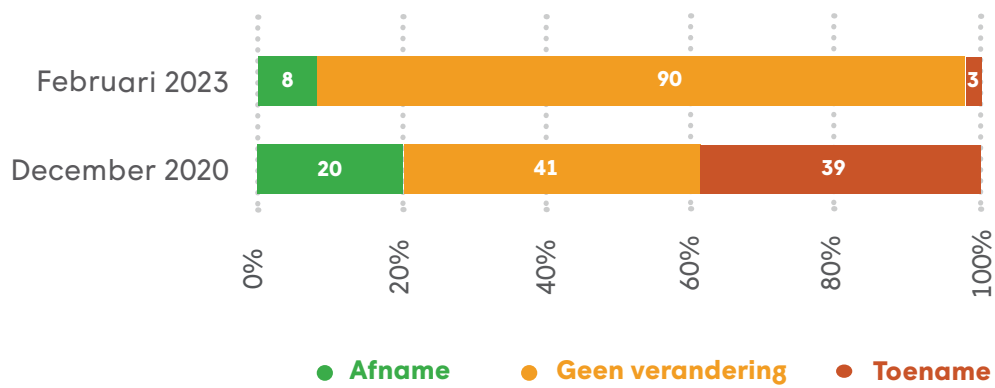
Dagelijks tabaksgebruik

In **Februari 2023** rookte 13% van de volwassenen in België dagelijks. Vooral mensen tussen 30-49 jaar (15%) en 50-64 jaar (16%), mensen die in Wallonië wonen (14%), mensen met ten hoogste een diploma secundair onderwijs (16%), mensen zonder betaald werk (28%), mensen die niet in staat zijn om te werken (27%), alleenstaanden zonder (20%) en met (21%) kinderen liepen een groter risico om dagelijks te roken.

Gepercipieerde verandering in het tabaksgebruik

De deelnemers werd gevraagd naar hun gepercipieerde verandering in tabaksgebruik. Deze vraag kwam overeen met de vraag naar de verandering in alcoholgebruik, waarbij drie niveaus van verandering werden onderscheiden: afname, geen verandering en toename.

Verdeling (%) van volwassenen volgens hun waargenomen verandering in tabaksgebruik, 5^{de} COVID-19-gezondheidsenquête (december 2020), 2^{de} BELHEALTH-enquête (februari 2023), België



Vergeleken met december 2020 (tijdens de coronacrisis) meldden significant meer volwassenen geen verandering (90% vs 41%) en significant minder volwassenen een toename (3% vs 39%) in hun tabaksgebruik in de afgelopen 6 maanden.

Conclusie

Op basis van de bevindingen van de tweede BELHEALTH-enquête in februari 2023 kunnen we besluiten dat de geestelijke gezondheid een belangrijk punt van zorg blijft bij de volwassen bevolking in België. De prevalentie van angst en depressie blijft hoog: respectievelijk 19% en 17% van de bevolking heeft te maken met deze problematieken. Bovendien is het gebruik van slaapmiddelen en antidepressiva relatief gebruikelijk: respectievelijk 14% en 13% van de volwassenen zegt deze geneesmiddelen te gebruiken. Verder bleek dat een kwart van de volwassenen aangaf behoefte te hebben aan geestelijke gezondheidszorg, maar dat slechts 58% professionele hulp kreeg. Uit de enquête bleek ook dat een aanzienlijk deel van de volwassenen zich niet gesteund voelt door de mensen om hen heen: 28% meldt dit probleem, en 20% is ontevreden met zijn sociale contacten.

Ondanks de afname van de specifieke bezorgdheden in vergelijking met oktober 2022, maakte een bepaald deel van de Belgische volwassen bevolking zich nog steeds zorgen over de toekomst van de jongere generatie, de energieprijis en de oorlog in Oekraïne. Bovendien is de prevalentie van risicogedrag zoals het overschrijden van de aanbevolen alcohollimiet nog steeds een punt van zorg: respectievelijk 18% en 13% van de volwassenen meldt dit gedrag.

Uit de resultaten bleek ook dat geestelijke gezondheidsproblemen nog steeds worden gestigmatiseerd.

Vragen? Neem contact op met belhealth@sciensano.be of raadpleeg onze Belgische Gezondheids- en Welzijnscohort [website](#).

De volgende enquête vindt plaats in juni 2023. Een uitnodiging wordt per mail verstuurd naar alle deelnemers.



BELHEALTH
BELGIAN HEALTH AND WELLBEING COHORT

By

 sciensano