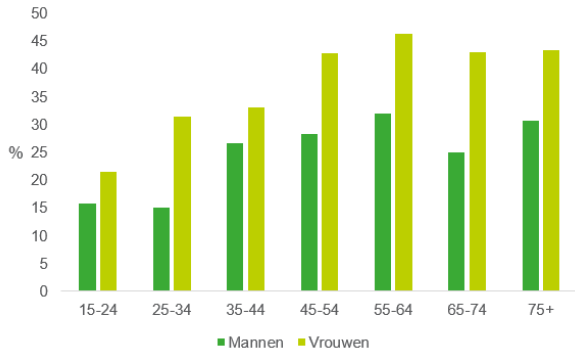


## Bijna één op de drie mensen ervaart lichamelijke pijn



31,6% van de bevolking van 15 jaar en ouder heeft in de afgelopen 4 weken matige tot hevige lichamelijke pijn ervaren.

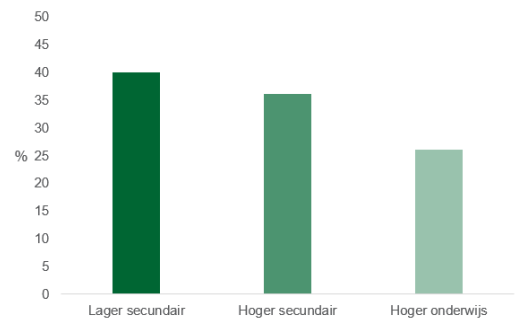
## Vrouwen van 55-64 jaar (46,3%)



Meer vrouwen (38,0%) dan mannen (24,9%) ervaren lichamelijke pijn.

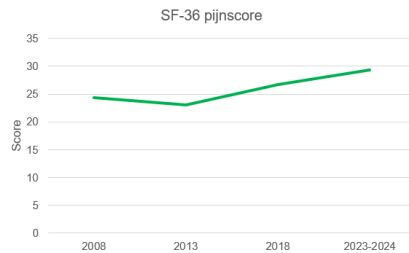
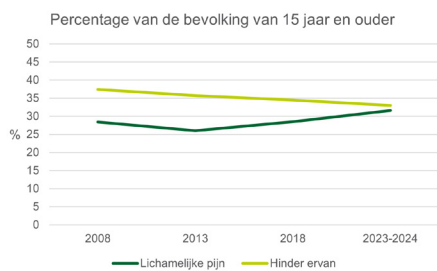
Lichamelijke pijn neemt toe met de leeftijd: 18,4% van de 15-24-jarigen tot 38,0% van de 75-plussers.

## Lager opgeleiden grootste risicogroep



40,1% van de mensen met hoogstens een diploma lager secundair en 36,0% van de mensen met een diploma hoger secundair ervaren lichamelijke pijn tegenover 26,1% van de mensen met een diploma hoger onderwijs.

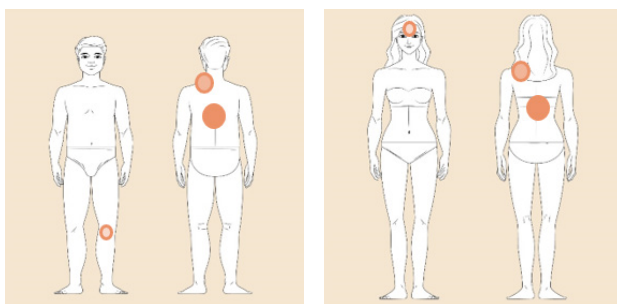
## Toename sinds 2008



De SF-36 pijnscore combineert de ernst van lichamelijke pijn en de hinder ervan in het dagelijks leven in de afgelopen 4 weken.

Deze score is gestegen van 24,3 in 2008 tot 29,3 in 2023-2024.

## Rugpijn is meest voorkomende pijn



Bron: nl.freepick.com

## Aanbevelingen

- Pijnbehandeling door een multidisciplinair team.
- Patiënten aanhoren en steunen.
- Preventieve maatregelen zoals:
  - regelmatig bewegen
  - gezonde houding tijdens het werk
  - stressbeheersing