

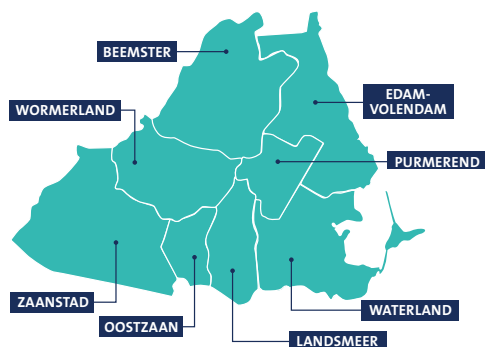
Panel GGD Zaanstreek-Waterland

PSYCHISCHE GEZONDHEID



Zaanstreek-Waterland

Het eerste panelonderzoek van GGD Zaanstreek-Waterland ging over psychische gezondheid. Doel van het onderzoek was om een beeld te krijgen van de houding van de inwoners van Zaanstreek-Waterland tegenover depressie en hoe bekend inwoners zijn met diverse vormen van hulpverlening bij psychische problemen.



1872

1872 personen, tussen de 18 en 81 jaar oud, hebben aan het onderzoek meegedaan. Alle 8 gemeenten van de regio Zaanstreek-Waterland zijn in dit onderzoek vertegenwoordigd.

In vergelijking met de bewoners van Zaanstreek-Waterland is het aandeel vrouwen in het panel veel groter. Ook zijn de hoger opgeleiden oververtegenwoordigd in dit panel. De resultaten zijn daardoor niet zonder meer te vertalen naar de (gemiddelde) mening van de inwoner van de regio, maar geven wel een goede indicatie.

Heeft u de afgelopen tijd iets gezien, gelezen of gehoord over (hulp bij) psychische problemen?

Ja, namelijk...

Angststoornissen, burn-out, depressie, eigen ervaring als patiënt of professional, via familie of bekenden, suïcide zijn zaken die veel genoemd zijn.

De meeste mensen horen of zien iets over depressie via:



1

Televisie



2

Familie/
vrienden/kennissen



3

Werkgever
collega's



4

Landelijke
dagblad/krant



5

Nieuwssite

33%
van de respondenten heeft de afgelopen tijd iets gezien, gelezen of gehoord over (hulp bij) psychische problemen

Volwassenen van 19-35 jaar horen het meeste via familie/vrienden/kennissen, televisie en facebook.

Volwassenen van 35-50 jaar horen het meeste via televisie, familie/vrienden/kennissen en werkgever/collega's.

Volwassenen van 50-65 jaar horen het meest via televisie, dagblad/krant en familie/vrienden/kennissen.

Senioren horen het meest via de televisie.

Houding depressie

Definitie van een depressie volgens DSM-5

Een depressie laat zich kort beschrijven als ongewone somberheid en/of nergens meer plezier in hebben, gedurende twee weken of langer. In combinatie met problemen als verminderde eetlust, slapeloosheid, weinig energie, vermoeidheid, concentratieproblemen, besluiteloosheid, lichamelijke onrust en gedachten over de dood of zelfdoding. Kenmerkend voor een depressie is dat de klachten het dagelijks functioneren belemmeren en dat er sprake is van psychisch lijden.

Wat is een depressie volgens u?

Enkele antwoorden die gegeven zijn:

"Als je het gevoel hebt dat je in een hele diepe zwarte kuil zit, de wolken niet meer kan zien en je hebt geen idee hoe eruit te klimmen."

"Iemand die het psychische niet meer aan kan."

"Ziekte waar je inzit en moeilijk weer uitkomt."

"Dat je het allemaal ff niet meer ziet zitten."

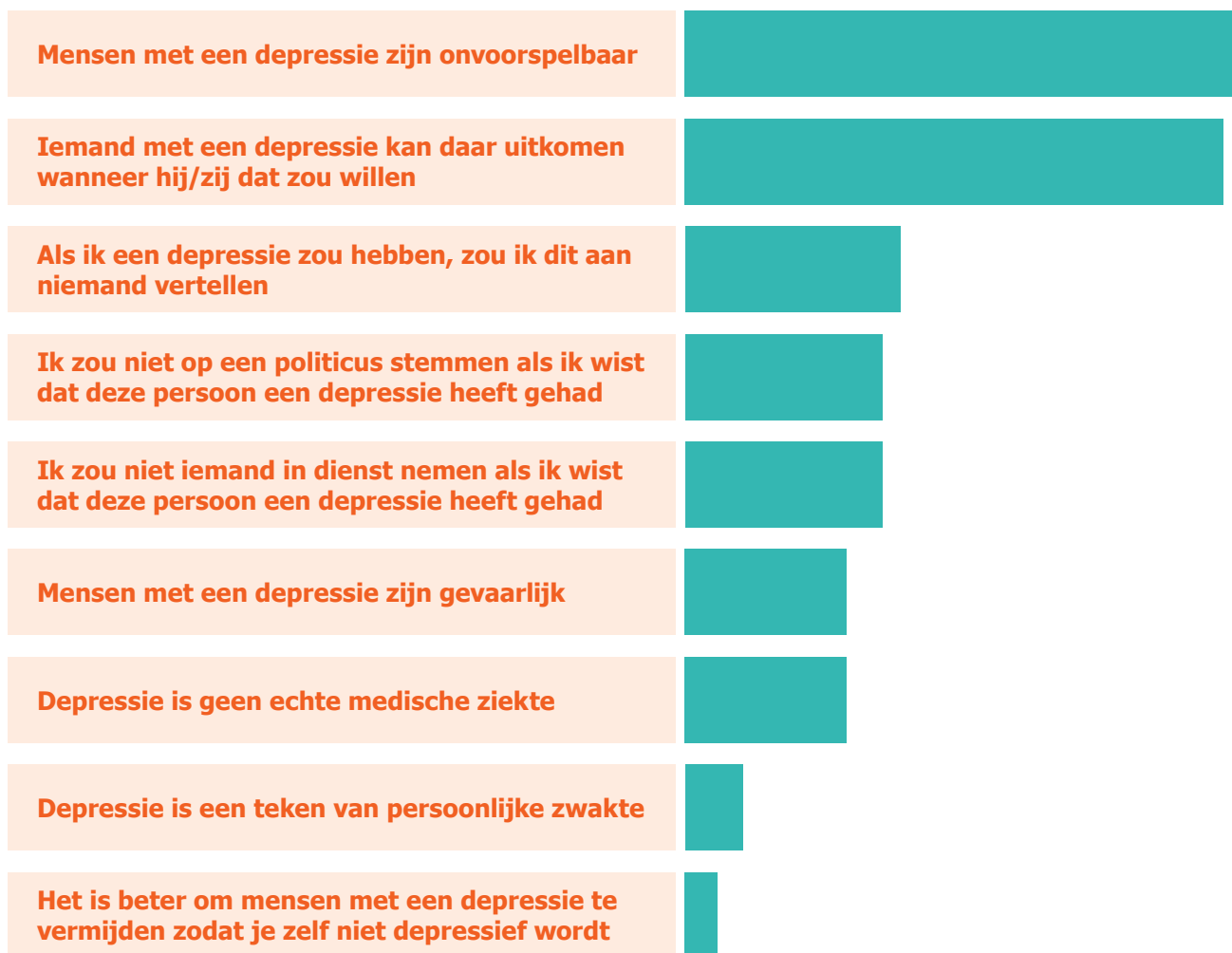
"Dat je negatief in het leven staat."

"Overspannen burnout."

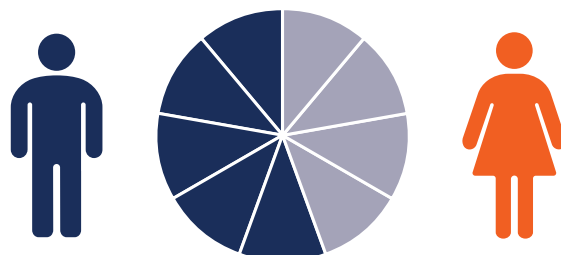
"Een dodelijke ziekte."

"Een echte depressie is een langdurige periode waarin het metabolisme echt verstoord is geraakt na aanhoudende negatieve gedachten en gevoelens. Er is geen levenslust meer, geen sterke impulsen, zeer weinig energie."

De volgende stellingen zijn aan de panelleden voorgehouden, zij konden aangeven of zij het er helemaal mee oneens, oneens, neutraal, eens of helemaal eens zijn.



Mannen hebben vaker vooroordelen over een depressie dan vrouwen. Op 5 van de 9 stellingen is een significant verschil tussen mannen en vrouwen. Er is geen verschil in opleidingsniveau.



Hulpverlening

Vooraf beroepsgroepen zoals de huisarts, psychiater/psycholoog en sociaal maatschappelijk werk zijn bekende hulpverleners. Ook de GGD is voor de meeste mensen bekend. Specifieke organisaties, bijvoorbeeld 113online of depressielijn, zijn minder bekend als het om depressie gaat.

Eigen psychische problemen

Van de personen die ooit zelf psychische problemen heeft besproken met een hulpverlener, heeft:



Van deze groep is 20% behandeld door de hulpverlener zelf en 61% is doorverwezen. Er wordt voornamelijk doorverwezen naar de psycholoog of psychiater.

De resultaten van dit panelonderzoek helpen ons bij het organiseren van voorlichting en ondersteuning van kwetsbare mensen, zoals mensen met verward gedrag en mensen met suïcidale gedachten.