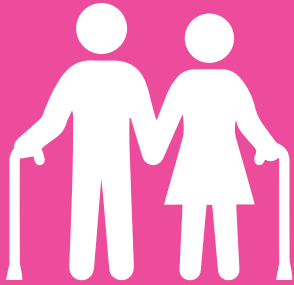


# Gezondheidsmonitor ouderen



GGD Drenthe beschermt, bewaakt en bevordert de gezondheid van inwoners van Drenthe. Hiervoor doen we elke vier jaar een gezondheidsonderzoek onder ouderen (65 jaar en ouder). In 2016 zijn 4.426 ouderen bevroegd. In deze infographic leest u de belangrijkste resultaten.

## Ervaren gezondheid



**65%** (zeer) goede ervaren gezondheid

## Bewegen en Sporten



Bijna de helft (45%) van de ouderen voldoet aan de Nederlandse Norm Gezond Bewegen (vijf dagen per week 30 minuten matig intensieve lichaamsbeweging).

## Mantelzorg



20% van de ouderen heeft de afgelopen 12 maanden mantelzorg gegeven en 13% heeft mantelzorg ontvangen. 18% van de mantelzorgers ervaart het geven van mantelzorg als belastend.



**31%** van de ouderen is kwetsbaar

## Kwetsbaarheid

De afgelopen vier jaar is het aantal kwetsbare ouderen in Drenthe toegenomen met 3000 personen. Het aandeel is het hoogst in de verstedelijkte gebieden en het laagst in de vergrijsde gemeenten. Meer dan 40% van de kwetsbare ouderen heeft behoefte aan zorg of ondersteuning die zij (nog) niet ontvangen.

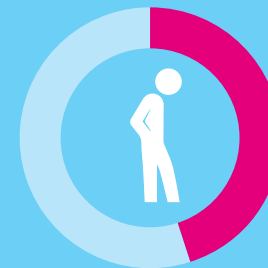
## Psychische gezondheid

Drentse ouderen zijn psychisch gezonder dan in de rest van Nederland



Matig tot hoog risico op een angststoornis of depressie

**33%** | Nederland 42%



Eenzaam

**45%** | Nederland 48%

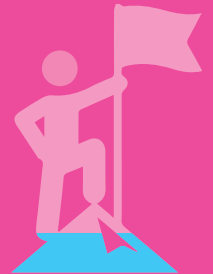
## Gewicht



**61%** van de ouderen heeft overgewicht of obesitas

(Ernstig) overgewicht komt bij Drentse ouderen vaker voor dan elders in het land (59%).

## Ervaren regie



**14%** van de ouderen ervaart onvoldoende eigen regie, in Nederland 15%.