

Resultaten 0-meting WZZHM Zoetermeer

In Zoetermeer heeft voor de preventiecampagne We Zijn Zelf Het Medicijn – WZZHM de 0-meting plaatsgevonden in de periode 10 november 2021 tot 6 januari 2022.

Om inzicht te krijgen in het effect van de campagne-activiteiten is het belangrijk te weten wat het kennisniveau van de inwoners van Zoetermeer over dementie is voorafgaande aan de campagne, de 0-meting. De tussenmeting is in de periode 18 mei – 1 juli. De eindmeting volgt in december. Door de resultaten uit de 0-meting te vergelijken met de tussenmeting en eindmeting kan men zien of inwoners in Zoetermeer door de campagne bewust zijn geworden dat zij het risico op dementie kunnen verkleinen. Daarnaast geeft het inzicht in de interesse en (on)mogelijkheden in de bereidheid om iets aan de hersengezondheid te doen. Tevens kan worden opgemaakt op welke wijze de inwoner hiervan op de hoogte wil worden gesteld. Deze informatie helpt om richting te geven aan de activiteiten van de campagne.

Methodiek

De 0-meting is afgenomen in de periode 10 november 2021 tot 6 januari 2022 en vanwege de maatregelen rondom corona vooral digitaal uitgezet. In de InZet locaties kon men, op verzoek, hulp krijgen bij het invullen van een papieren vragenlijst.

Via een flyer met QR code (bijlage 2) kreeg men toegang tot de vragenlijst. De flyers met QR code zijn verspreid via de volgende (online-)kanalen:

- Bulletin wijkzorgnetwerk online,
- Corona-vaccinatielocaties van de GGD;
- InZet locaties
- KZA apotheken,
- Neurologie/geriatrie Het LangeLand ziekenhuis
- Stichting voedselgroep Oosterfaantje, in elke tas een flyer (500),
- Wijk Samenwerkingsverbanden SGZ en op hun intranet,
- Wijkwebsites
- Zorgpensions

Een grote rol voor de werving was toebedacht aan de huisartsen. Helaas werd deze door de coronapandemie beperkt.

De beoogde doelgroep is mensen in de leeftijd 40 – 75 jaar.

Vragenlijst

We hebben gekozen voor de gevalideerde vragenlijst zoals die in Limburg is gebruikt, zie bijlage 1. Zo zijn de uitkomsten later goed te vergelijken met de uitkomsten uit Limburg.¹ Anderzijds krijgen we op deze manier goed inzicht in het kennisniveau van de Zoetermeerse inwoner en waar hij/zij behoefte aan heeft. Er wordt vooral naar kennis over dementie gevraagd, hoe mensen op kennisniveau ondersteund willen worden en naar belemmeringen om aan de slag te gaan.

- A. 4 vragen over demografie: burgerlijke staat, leeftijd, geslacht, opleidingsniveau
- B. 1 vraag inschatting eigen kennis over dementie
- C. 13 vragen over awareness dementie risicoreductie: algemeen, bloeddruk, roken,

¹ [Resultaten steekproefmeting campagne "We zijn zelf het medicijn" | Alzheimer Centrum Limburg](#)

Resultaten 0-meting WZZHM Zoetermeer

alcoholgebruik, lichaamsbeweging, depressie, diabetes, overgewicht, mentale gesteldheid, hartziekte, nierziekte, cholesterol, gezonde voeding

- D. 4 vragen over interesse in hersengezondheid: algemeen, hoe de informatie vinden, weerstand, appgebruik.

Respons

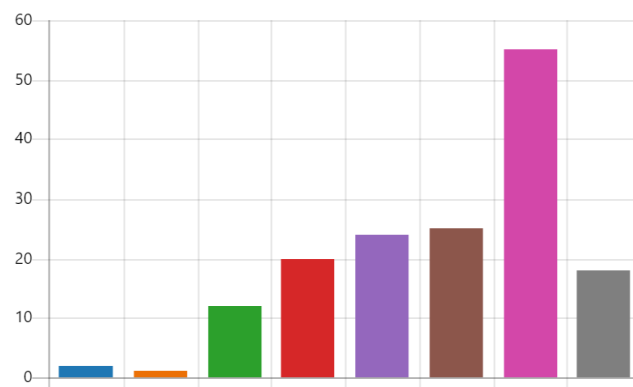
Zoetermeer heeft een respons van 155 respondenten, in de leeftijd van 19-81 jaar. Voor een betrouwbaarheid van 95% zou er een respons behaald moeten worden van 383.

De belangrijkste antwoorden zijn hieronder verwerkt.

A. Demografie

- Leeftijd: 19-81 jaar
- Geslacht: 44 man, 111 vrouw
- Hoogst voltooide opleiding: figuur

● Geen opleiding (lager onderwi...	2
● Lager onderwijs (basisschool, ...	1
● Lager of voorbereidend beroe...	12
● Middelbaar algemeen voortge...	20
● Middelbaar beroepsonderwijs ...	24
● Hoger algemeen en voorberei...	25
● Hoger beroepsonderwijs (zoal...	55
● Wetenschappelijk onderwijs (...)	18



B. Kennis dementie Inschatting eigen kennis

Dementie bestaat uit een verzameling symptomen waaronder met name geheugenverlies. Daarnaast komen plotselinge stemmingswisselingen, het vergeten wie mensen zijn en het niet op woorden kunnen komen vaak voor. De ziekte van Alzheimer is één vorm van dementie. Hoe schat u uw eigen kennis over dementie in?

Uitstekend	8
Goed	58
Redelijk	72
Gering	14
Geen	1
Weet ik niet	2
Totaal:	155

C. Awareness dementie risicoreductie

- 'Je kunt niets doen om je kans op dementie te verlagen'
- | | |
|-------------------------------|-----|
| Helemaal mee eens | 1 |
| Mee eens | 24 |
| Niet mee eens/niet mee oneens | 44 |
| Mee oneens | 69 |
| Helemaal mee oneens | 17 |
| Totaal: | 155 |

De pijlers van de campagne: eet gezond, beweeg regelmatig en blijf nieuwsgierig:

- 'Gezonde voeding verlaagt de kans op dementie'

Helemaal mee eens	26
Mee eens	86
Niet mee eens/niet mee oneens	38
Mee oneens	5
Helemaal mee oneens	0
Totaal:	155

- 'Regelmatige lichaamsbeweging verlaagt de kans op dementie'

Helemaal mee eens	37
Mee eens	87
Niet mee eens/niet mee oneens	26
Mee oneens	5
Helemaal mee oneens	0
Totaal:	155

- 'Mentaal (geestelijk)actief zijn verlaagt de kans op dementie'

Helemaal mee eens	48
Mee eens	85
Niet mee eens/niet mee oneens	16
Mee oneens	6
Helemaal mee oneens	0
Totaal:	155

D. Interesse in hersengezondheid

- 'Zou u interesse hebben in informatie over hoe u uw hersengezondheid kunt verbeteren?'

Ja	96
Nee	25
Misschien	34

- 'Stel u zou iets meer willen weten over uw eigen hersengezondheid. Hoe zou u deze informatie dan willen vinden? (meerdere keuzes mogelijk)'

Internet (via een zoekopdracht)	93
huisarts of praktijkondersteuner	75
website van de GGD	27
website van Alzheimer Nederland	71
bibliotheek	10
geen van bovenstaande	5
weet ik niet	7
vul ik liever niet in	6
andere	9

- 'Stel u denkt er over om iets te doen aan uw eigen hersengezondheid. Wat zou u ervan weerhouden om iets aan uw eigen hersengezondheid te doen (meerdere keuzes mogelijk)'

Onvoldoende kennis hierover	45
Onvoldoende tijd	26
Financiële problemen	8
Onvoldoende motivatie	23
Moeilijk te organiseren	8
Gezondheidsproblemen	17
Geen van bovenstaande	36
Weet ik niet	38
Vul ik liever niet in	4

- 'Stel er zou een app (mobiele applicatie) bestaan voor op uw telefoon, die u zonder kosten meer informatie geeft over uw hersengezondheid en u informatie geeft hoe u die zou kunnen verbeteren, zou u hier dan gebruik van willen maken?'

Ja	90
Nee	14
Misschien	51

Samenvatting:

- In de periode van de 0-meting zat Nederland midden in de coronapandemie en had te maken met beperkende maatregelen en lockdown. Verspreiding van de vragenlijsten en eventuele hulp bij het invullen hiervan werd daardoor beperkt.
- Het aantal respondenten in de leeftijd van 40 – 75 jaar is beperkt, daarom zijn de antwoorden van alle deelnemers, 155, in de 0-meting meegenomen.
- Veel hoogopgeleiden hebben de vragenlijst ingevuld.
- Meer dan driekwart van de respondenten schat de eigen kennis over dementie redelijk tot goed in.
- 16% van de respondenten vindt dat je niets kan doen om de kans op dementie te verlagen, 28% weet het niet.
- Dat gezonde voeding, regelmatige lichaamsbeweging en mentaal actief zijn de kans op dementie verlaagt weet resp. 72%, 80% en 86% van de respondenten.
- 62% van de respondenten is geïnteresseerd in informatie om hersengezondheid te verbeteren.
- De top drie hoe de respondenten de informatie willen vinden is via: 1. internet, 2. de huisarts of praktijkondersteuner, 3. de website van Alzheimer Nederland.
- Wat de respondenten weerhoudt om iets te doen aan de eigen hersengezondheid is (meerdere keuzes aangeven was mogelijk): onvoldoende kennis (45), onvoldoende tijd (26), financiële problemen (8), onvoldoende motivatie (23), moeilijk te organiseren (8), gezondheidsproblemen (17), geen van genoemde mogelijkheden (36), onbekend (38), vul ik liever niet in (4).
- Wanneer er een gratis app (mobiele applicatie) voor de telefoon zou zijn, zou 58% van de respondenten hier zeker gebruik van maken, 33% twijfelt en 9% zou hier geen gebruik van maken.

BIJLAGEN

- Bijlage 1. Vragenlijst voormeting Dementie



Vragenlijst
dementie in Zoetermeer

- Bijlage 2. Flyer werving nulmeting



Enquête over Dementie in Zoetermeer

Het aantal mensen met dementie in Zoetermeer neemt de komende jaren fors toe

Wat weet u over dementie?

Bent u tussen de 40 en 75 jaar?

Scan de QR code en vul de vragenlijst in

Uw bijdrage is waardevol! Alvast bedankt, namens:
Plicare en Vierstroom Zorg Thuis, InZet, Alzheimer NL afdeling Zoetermeer, GGD Haaglanden, Stichting Georganiseerde eerstelijnszorg Zoetermeer (SGZ) en de Gemeente Zoetermeer.