

# Ziekten en beperkingen bij ouderen

## Factsheet Sociale Atlas Overijssel

Thema: Ziekten en beperkingen bij ouderen  
Nummer 3, april 2011

De informatie in deze factsheet is afkomstig uit de ouderenmonitor 2010 van de GGD Regio Twente en is na te lezen op de [Sociale Atlas Overijssel](#) van Arcon

Voor vragen naar aanleiding van deze factsheet kunt u contact opnemen met:  
Sybren Bouwsma  
([sbouwsma@arcon.nl](mailto:sbouwsma@arcon.nl))  
074-2426520

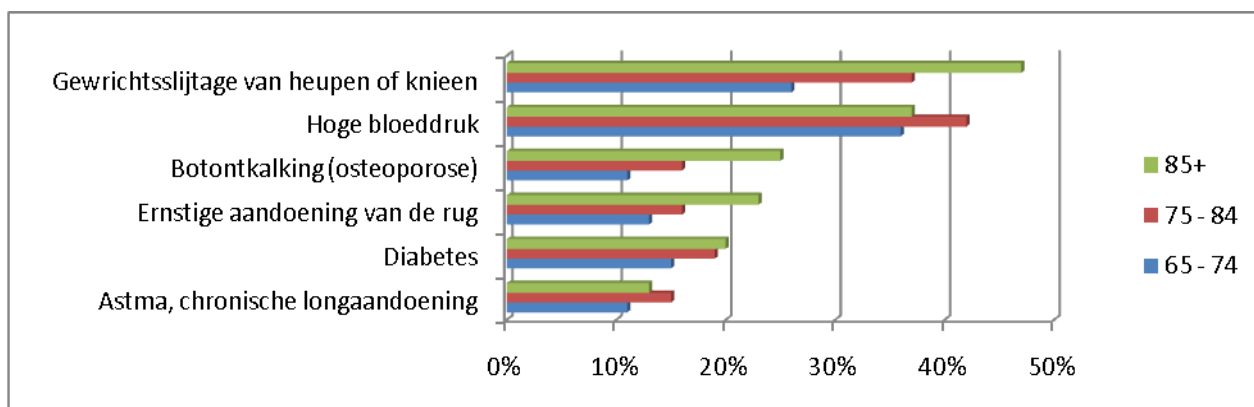
Veel ouderen hebben één of meerdere chronische ziekten. Hoe ouder men wordt, hoe groter de kans op een ziekte of aandoening. Niet alleen leeftijd, maar ook geslacht speelt een rol, evenals leefstijl, psychische gezondheid, fysieke omgeving en sociaal-economische status. Naast ziekten krijgen ouderen ook vaak te maken met functionele beperkingen. Beperkingen zijn er vooral op het gebied van horen, zien en mobiliteit. Vroegtijdige signalering en behandeling kan de gevolgen van deze beperkingen minder ernstig maken en complicaties voorkomen. Een gezonde leefstijl vermindert de kans op veel ziekten en beperkingen.

### Wat zijn chronische ziekten?

De belangrijkste kenmerken van chronische ziekten zijn: een gemiddeld lange ziekteduur, de onomkeerbaarheid van de aandoening en het ontbreken van uitzicht op volledig herstel.

### Chronische ziekten

Naarmate mensen ouder worden, neemt de kans op een chronische ziekte of aandoening toe. Ruim een kwart (28%) van de volwassenen heeft één of meerdere chronische ziekten. Bij ouderen stijgt dit percentage naar 76%. Ongeveer de helft van de ouderen heeft twee of meer chronische ziekten. Bij volwassenen is dat 10%. De meest voorkomende chronische ziekten naar leeftijd zijn weergegeven in figuur 1.



Figuur 1 Chronische ziekten en aandoeningen naar leeftijd

Uit de figuur blijkt dat de toename van chronische ziekten zich per leeftijdscategorie verschillend ontwikkelt. De toename zet ook na het 85<sup>e</sup> jaar door, behalve voor astma, COPD/CARA en hoge bloeddruk.

Hoe vaak chronische ziekten voorkomen verschilt niet alleen naar leeftijd, maar ook naar geslacht en opleidingsniveau, zo blijkt uit tabel 1.

	Man	Vrouw	Laag	Midden	Hoog	Totaal
	%	%	%	%	%	%
Hoge bloeddruk	34	41	41	38	30	38
Gewrichtsslijtage	21	40	37	29	21	32
Diabetes	16	17	20	15	9	17
Rugaandoening	13	17	17	14	11	15
Botontkalking	5	22	17	13	8	14
Astma, COPD/CARA	13	13	14	11	11	13

Tabel 1 Veel voorkomende chronische ziekten en aandoeningen naar geslacht en opleidingsniveau

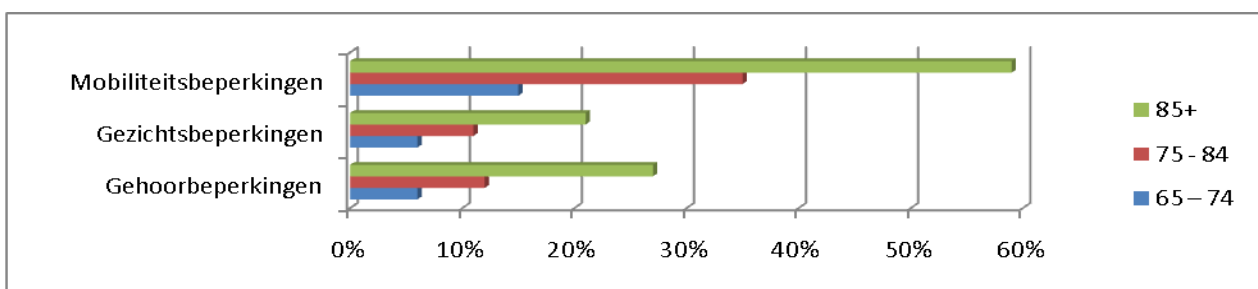
Vrijwel alle chronische ziekten komen bij vrouwen vaker voor. De verschillen met de mannen zijn met name groot bij botontkalking, gewrichtsslijtage en hoge bloeddruk. Hart- en vaatziekten komen vaker bij mannen voor. De verschillen zijn daar echter klein.

Bij de meeste chronische ziekten en aandoeningen is er ook een verband met opleidingsniveau. Hoe hoger het opleidingsniveau, hoe minder vaak een chronische ziekte voorkomt. Het verband is nog sterker als er sprake is van twee of meer chronische ziekten (multimorbiditeit).

Gegevens over het voorkomen van chronische ziekten naar leeftijd en geslacht uit de ouderenmonitor van de GGD is ook te vinden op deze [pagina](#) in de Sociale Atlas Overijssel.

### Functionele beperkingen

Naast chronische ziekten en aandoeningen hebben veel ouderen functionele beperkingen. Vooral mobiliteitsbeperkingen komen vaak voor. Bij deze beperkingen gaat het om een zwaar voorwerp dragen, buigen en iets van de grond pakken en aan één stuk lopen over een afstand van 400 meter. Beperkingen nemen sterk toe met de leeftijd, zo blijkt uit figuur 2.



**Figuur 2 Functionele beperkingen naar leeftijd**

Beperkingen hangen niet alleen samen met leeftijd, maar ook met geslacht en opleidingsniveau. Vrouwen hebben veel vaker te maken met mobiliteitsbeperkingen. Gezichtsbeperkingen komen bij vrouwen twee keer zo vaak voor dan bij mannen. Mannen hebben vaker gehoorbeperkingen. Ook de invloed van opleidingsniveau is hier zichtbaar. Hoe hoger het opleidingsniveau, hoe minder vaak functionele beperkingen voorkomen.

	Man	Vrouw	Laag	Midden	Hoog	Totaal
	%	%	%	%	%	%
Gehoorbepkingen	11	9	14	7	4	10
Gezichtsbeperkingen	6	12	13	6	4	9
Mobiliteitsbeperkingen	16	35	34	22	11	26

**Tabel 2 Functionele beperkingen naar geslacht en opleidingsniveau**

### Ervaren gezondheid

In de monitor van de GGD is aan ouderen gevraagd om een oordeel te geven over de eigen gezondheid. Het blijkt dat ouderen ondanks vele ziekten en beperkingen tamelijk positief denken over hun gezondheid, al wordt dit oordeel in de loop der jaren minder goed.

	Man	Vrouw	65 - 74	75 - 84	85+	Totaal
	%	%	%	%	%	%
Uitstekend/zeer goed	22	15	23	13	13	18
Goed	54	53	54	54	44	53
Matig	21	28	20	29	38	25
Slecht	3	5	3	4	6	4

**Tabel 3 Ervaren gezondheid naar geslacht en leeftijd**

Gemiddeld beoordeelt 71% van de ouderen de eigen gezondheid als (zeer) goed tot uitstekend. Dit is een goed uitgangspunt om ouderen te motiveren deze situatie zo lang mogelijk in stand te houden, zelfredzaam te blijven en daardoor langer zelfstandig te kunnen blijven wonen.