



GGD

Rotterdam-Rijnmond

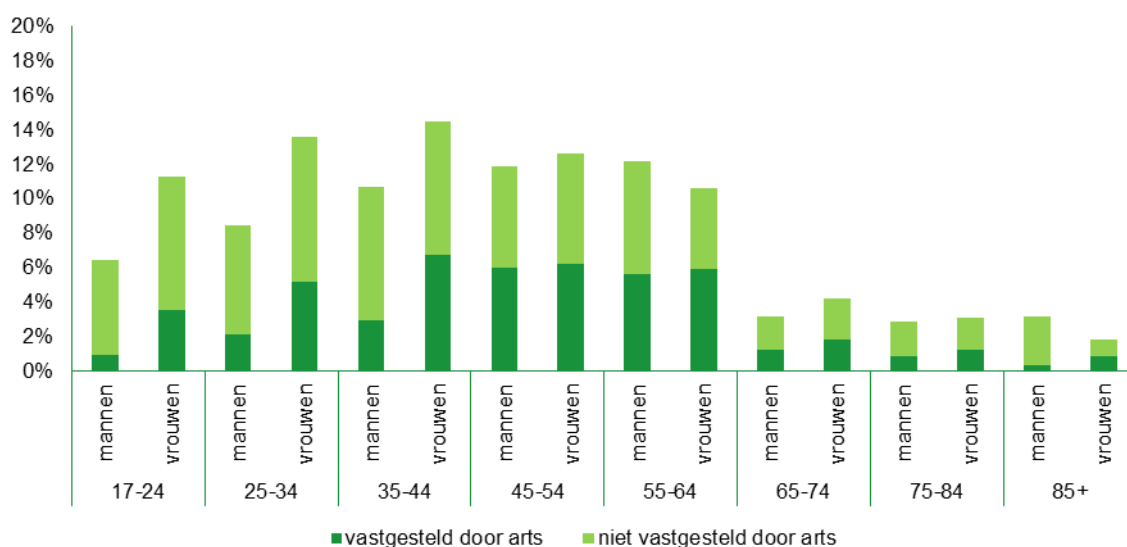
Feitenkaart Overspannenheid en burn-out

Gezondheidsmonitor

Het effect van een veranderende arbeidsmarkt op de volksgezondheid

In de themaverkenning Verandering arbeidsmarkt van het RIVM worden een aantal ontwikkelingen beschreven in arbeidsmarkt in relatie tot het mogelijk effect op de volksgezondheid. Eén daarvan is de toenemende vraag naar mantelzorg. Met deze toenemende vraag zullen mensen meer taken moeten combineren, zoals arbeid, zorg voor kinderen en mantelzorg. Hoewel dit speelt in alle fasen van het leven, is de druk vooral aanwezig in de gezinsfase, waarbij de zorg voor kinderen gecombineerd wordt met werk. Bij mensen in de leeftijd van 46 tot 60 jaar speelt vooral de combinatie met mantelzorgtaken. Deze combinatie van taken kan zorgen voor een verminderd welzijn, met gevoelens van gejaagdheid, ervaren tijdsdruk, maar ook burn-out klachten. Grafiek 1 laat zien dat de klachten het meest voorkomen bij vrouwen in de leeftijd van 25 tot en met 44 jaar.

Grafiek 1 Percentage inwoners (17+) die in het afgelopen jaar een burn-out mee maakte of overspannen was in de regio Rotterdam-Rijnmond



Ook het altijd bereikbaar (moeten) zijn kan leiden tot stress. Met de toename van smartphones en andere ICT devices kunnen zij dat ook. De grenzen tussen werk en privé vervagen hierdoor. Het constant verbonden en bereikbaar zijn kan leiden tot een grotere werkdruk en weinig tijd voor rust en bezinning

voor de werknemer. Een diffuse scheiding van werk en privé kan leiden tot een toename van stress en de kans op burn-out vergroten. Of je er last van ondervindt zal mede afhangen van de cultuur op het werk wat betreft afspraken over bereikbaarheid, en persoonskenmerken, zoals in staat zijn om ruimte te nemen voor afstand van het werk en rust.

Hoeveel inwoners in regio Rotterdam-Rijnmond zijn overspannen of hebben een burn-out?

In de regio Rotterdam-Rijnmond geeft 12% van de volwassenen 3% van de ouderen aan in het afgelopen jaar overspannen te zijn geweest of te maken hebben gehad met een burn-out (tabel 1). In Schiedam (16%) en Rotterdam (13%) is het aandeel volwassenen met deze klachten hoger vergeleken met het regionaal gemiddelde.

Tabel 1 Percentage inwoners die in het afgelopen jaar een burn-out mee maakten of overspannen waren (al dan niet vastgesteld door een arts)

Gemeenten	19 tot en met 64 jaar	65 jaar en ouder
Albrandswaard	9%	3%
Barendrecht	9%	3%
Brielle	9%	5%
Capelle aan den IJssel	12%	3%
Goeree Overflakkee	9%	2%
Hellevoetsluis	8%	2%
Krimpen aan den IJssel	10%	3%
Lansingerland	10%	3%
Maassluis	7%	3%
Nissewaard	11%	4%
Ridderkerk	8%	3%
Rotterdam	13%	4%
Schiedam	16%	3%
Vlaardingen	8%	4%
Westvoorne	10%	1%
Regio Rotterdam-Rijnmond	12%	3%

Welke samenhang is er met persoonskenmerken en sociaaleconomische status?

Vrouwen rapporteren iets vaker overspannenheid en burn-out dan mannen (tabel 2). De inwoners in de leeftijd van 35 tot en met 44 jaar hebben het vaakst te maken met overspannenheid / burn-out. Alleenstaanden zijn vaker overspannen of hebben vaker te maken met een burn-out in vergelijking met gehuwden of samenwonenden. Inwoners met een migratieachtergrond rapporteren vaker overspannenheid of burn-out in vergelijking met inwoners met een Nederlandse migratieachtergrond. We zagen geen verschil in het voorkomen van een burn-out of overspannenheid tussen mensen die mantelzorg geven en mensen die geen mantelzorg geven.

Naarmate men lager is opgeleid en meer inkomen heeft en meer moeite heeft om rond te komen van het inkomen, neemt het aandeel inwoners met een burn-out of overspannenheid toe. Onder mensen met betaald werk heeft 9% last van deze klachten. Van de mensen zonder betaalde baan geeft 18% aan deze klachten te hebben of te hebben gehad. Uit deze gegevens is niet op te maken wat het oorzaak-gevolg-mechanisme is van de overspannenheid of burn-out. Andersom bekeken heeft driekwart van de mensen zonder klachten betaald werk. De arbeidsdeelname onder mensen met klachten is lager, 57% heeft betaald werk.

Tabel 2 Percentage inwoners van 19 tot en met 64 jaar die in het afgelopen jaar een burn-out mee maakte of overspannen was in regio Rotterdam-Rijnmond naar achtergrondkenmerken van de persoon

Achtergrondkenmerken	Overspannenheid / burn-out
Geslacht	
Mannen	10%
Vrouwen	13%
Leeftijd	
19-24 jaar	10%
25-34 jaar	11%
35-44 jaar	13%
45-54 jaar	12%
55-64 jaar	11%
Burgerlijke staat	
Gehuwd, samenwonend	9%
Ongehuwd	14%
Gescheiden	21%
Weduwe, weduwnaar	19%
Migratieachtergrond	
Nederland	10%
Overig westerse landen	14%
Overige niet-westerse landen	15%
Generatie	
Nederland	10%
1 ^e Generatie	16%
2 ^e Generatie	13%
Regio Rotterdam-Rijnmond	12%

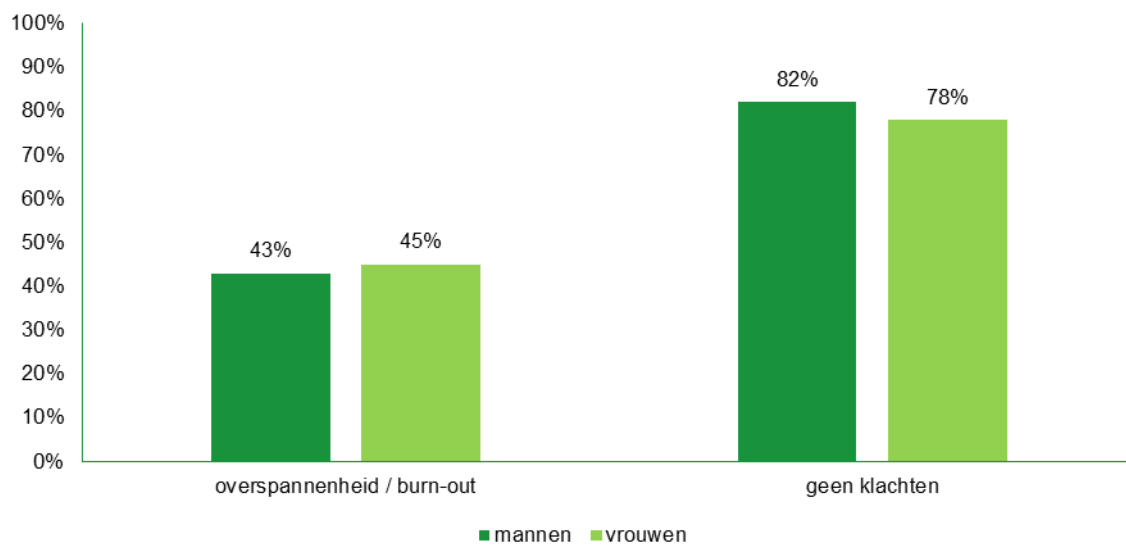
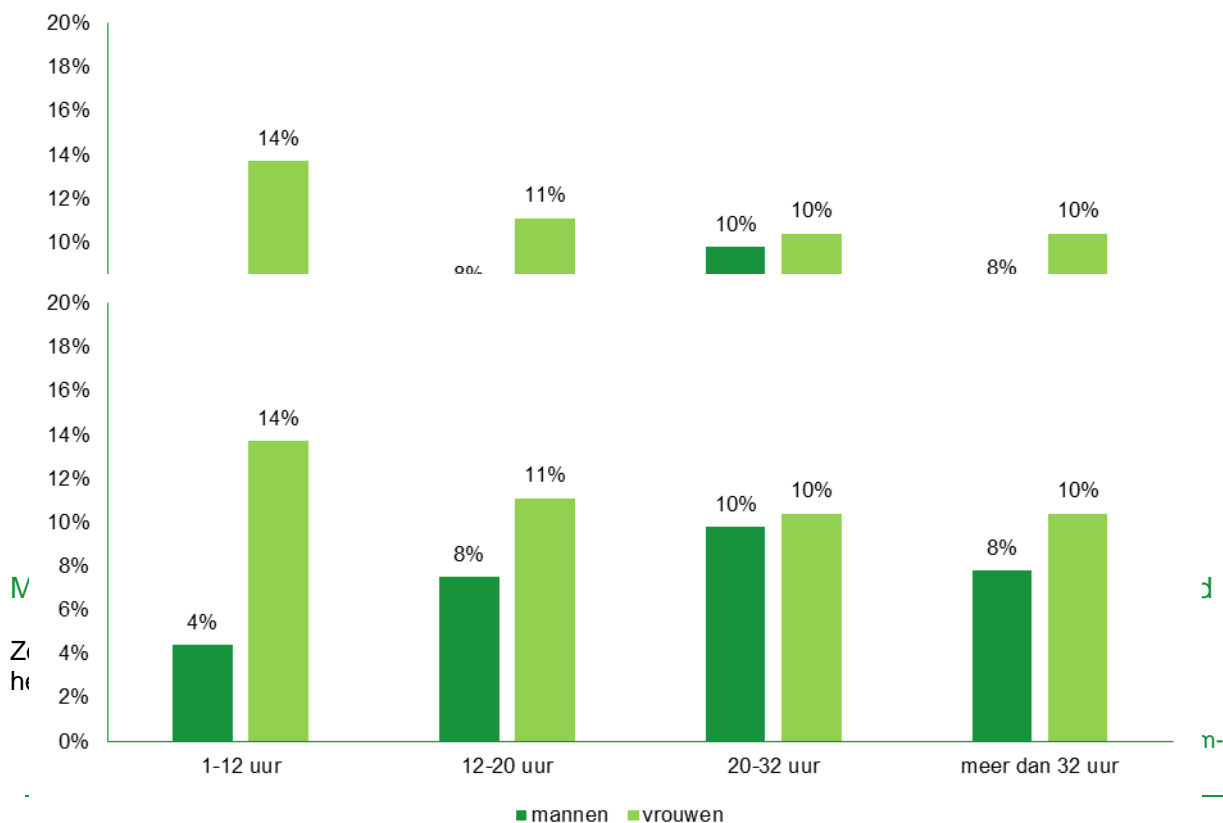
Tabel 3 Percentage inwoners van 19 tot en met 64 jaar die in het afgelopen jaar een burn-out mee maakte of overspannen was in regio Rotterdam-Rijnmond naar sociaaleconomische kenmerken

Sociaaleconomische status	Overspannenheid / burn-out
Opleidingsniveau	
Laag (lo)	16%
Midden 1 (mavo, lbo)	14%
Midden 2 (havo, vwo, mbo)	12%
Hoog (hbo, wo)	9%
Huishoudinkomen	
Maximaal €16.100	19%
€16.100 - €21.300	15%
€21.300 - €27.200	12%
€27.200 - €35.100	8%
Minimaal €35.100	2%
Rondkomen met inkomen	
Ja, moeite met rondkomen	8%
Nee, geen moeite met rondkomen	21%
Betaald werk	
Ja	9%
Nee	18%

Samenhang omvang betaald werk en overspannenheid en burn-out

Overspannenheid en burn-out komen in vergelijkbare mate voor bij banen vanaf 12 uur tot meer dan 32 uur (Grafiek 2). Bij betaald werk minder dan 12 uur komen er bij mannen minder klachten voor en bij vrouwen iets meer.

Grafiek 2 Percentage inwoners van 19 tot en met 64 jaar die in het afgelopen jaar een burn-out mee maakte of overspannen was in regio Rotterdam-Rijnmond naar omvang van betaald werk



Hoe zijn de vragen gesteld in de Gezondheidsmonitor?

Wilt u bij de volgende ziekten en aandoeningen aangeven of u die heeft of in de afgelopen 12 maanden heeft gehad?

Hierna volgt een lijst met 19 verschillende aandoeningen waaronder overspannenheid, burn-out.

Antwoordmogelijkheden:

Nee

Ja, NIET door arts vastgesteld

Ja, door arts vastgesteld

Auteurs

Gea Schouten, Onderzoek en Business Intelligence, gemeente Rotterdam, januari 2018, versie 1.0.
Met dank aan Netty van Veelen en Nathalie Koene-Smit.

Meer informatie

Deze factsheet is te vinden op www.gezondheidinkkaart.nl

Vragen over de Gezondheidsmonitor mailt u naar Gezondheidsmonitor@rotterdam.nl

Bronnen en verwijzingen

Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2016, GGD'en, CBS en RIVM.

<https://www.vtv2018.nl/Verandering-arbeidsmarkt>