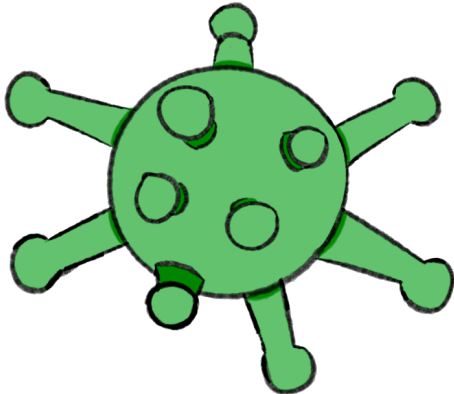


Corona uit het nieuws, maar nog niet uit het leven



Uitkomsten monitoronderzoek 2020-2024 laaggeletterden en mensen met een licht verstandelijke beperking.

De lange termijn impact van de COVID-19-pandemie.

Laaggeletterden en mensen met een licht verstandelijke beperking (LVB) zijn mentaal en sociaal hard getroffen tijdens de COVID-19 pandemie. Sociale contacten, dagbesteding en begeleiding vielen voor een groot deel weg, waardoor het minder goed ging met deze doelgroep. Uit ons toegankelijke monitoronderzoek¹ bleek dat veel van hen zich somber, eenzaam en gestrest voelden tijdens de pandemie².

Inmiddels ligt de pandemie alweer ver achter ons. Sommige mensen ervaren er echter nog steeds impact van ervan, op lichamelijk, sociaal of mentaal gebied. Om inzicht te krijgen in de lange termijn gevolgen voor laaggeletterden en mensen met een LVB, is er opnieuw onderzoek gedaan. Net als eerder hebben we een toegankelijke online vragenlijst verspreid onder laaggeletterden en mensen met een LVB en hebben we aanvullende groepsgesprekken gevoerd met een vertegenwoordiging van betrokken partijen om de resultaten te duiden. In deze factsheet delen we de belangrijkste resultaten van dit vervolg-onderzoek.



Wie heeft de vragenlijst ingevuld?

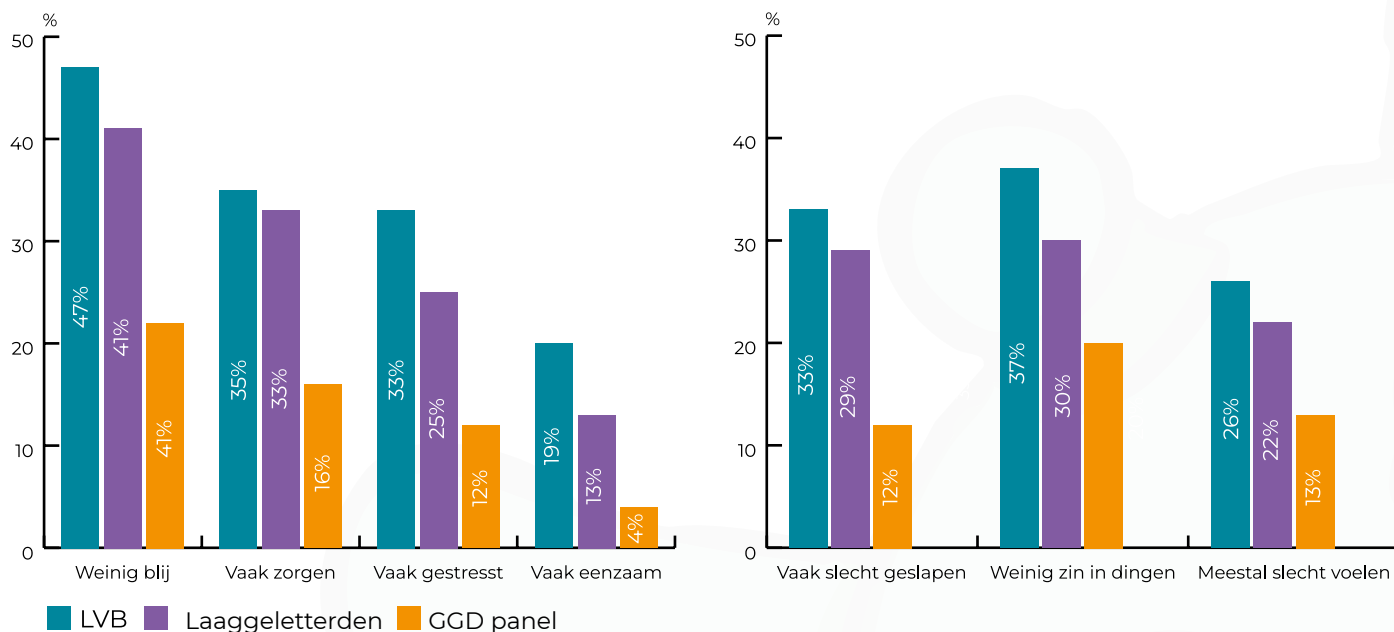
Het onderzoek vond plaats in april t/m mei 2024. De vragenlijst is door 174 mensen die moeite hebben met lezen en schrijven ingevuld.

De werving vond met name plaats via tussenpersonen en organisaties die al in contact staan met deze doelgroep, zoals zorgorganisaties, bibliotheken, taalhuizen en dagbestedingsplekken.

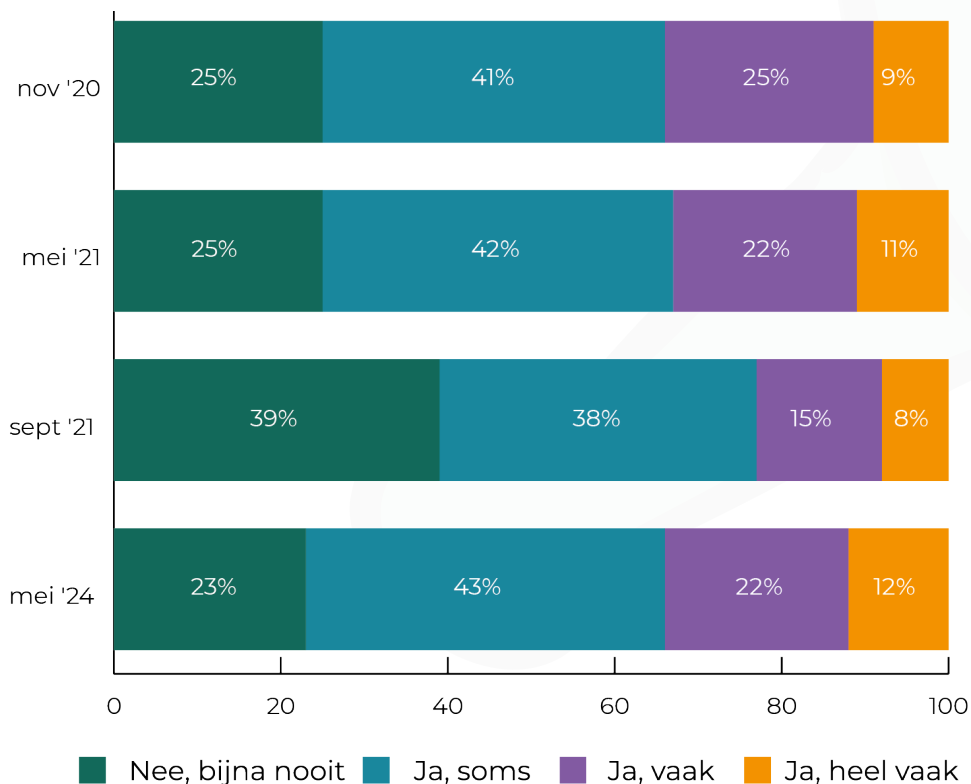
Op basis van de vraag "Krijg jij thuis hulp zoals zorg of begeleiding?" zijn de deelnemers verdeeld in twee groepen, 60 laaggeletterden en 114 mensen met een LVB. Om een vergelijking mogelijk te kunnen maken, zijn de panelleden van GGD Gelderland-Zuid en Gelderland-Midden gevraagd om mee te werken aan het onderzoek.

1. Koks-Leensen et al, 2024. Toegankelijk monitoronderzoek voor mensen met een lichte verstandelijke beperking en/of laaggeletterden. TSG Tijdschr Gezondheidswet (2024) 102:74-79 <https://doi.org/10.1007/s12508-024-00430-4>
2. Koks-Leensen et al, 2024. An Accessible Web-Based Survey to Monitor the Mental Health of People With Mild Intellectual Disability or Low Literacy Skills During the COVID-19 Pademic: Comparative Data Analysis JMIR Public Health Surveill;10:e44827doi: 10.2196/44827

Mentale gezondheid | Meetronde 4 (april-mei 2024)



Verloop van respons op de vraag 'Hoe vaak maak jij je zorgen?'



Om het verloop weer te geven hebben we de variabele 'Zorgen' gebruikt ("Maakte je je de afgelopen dagen zorgen?", vierpuntschaal 1 = Nee, bijna nooit, 2 = Ja, soms, 3 = Ja, vaak, 4 = Ja, heel vaak). De andere variabelen die mentale gezondheid in kaart brengen laten een vergelijkbaar verloop zien.

Mentale gezondheid

Laaggeletterden en mensen met een LVB scoren in 2024, net als in eerdere metingen, beduidend slechter op de bevraagde aspecten van mentale gezondheid dan het GGD-panel. De resultaten van de laatste meting tijdens de pandemie (sept 2021) lieten een vermindering van mentale klachten zien in vergelijking met metingen eerder in de pandemie (nov 2020). Deze ervaring, die samen viel met het afschalen van corona-maatregelen, lijkt in 2024 weer teniet gedaan, aangezien de mentale gezondheid weer wordt gescoord op hetzelfde niveau als eerdere rondes. De scores van het GGD-panel laten een soortgelijk patroon zien.

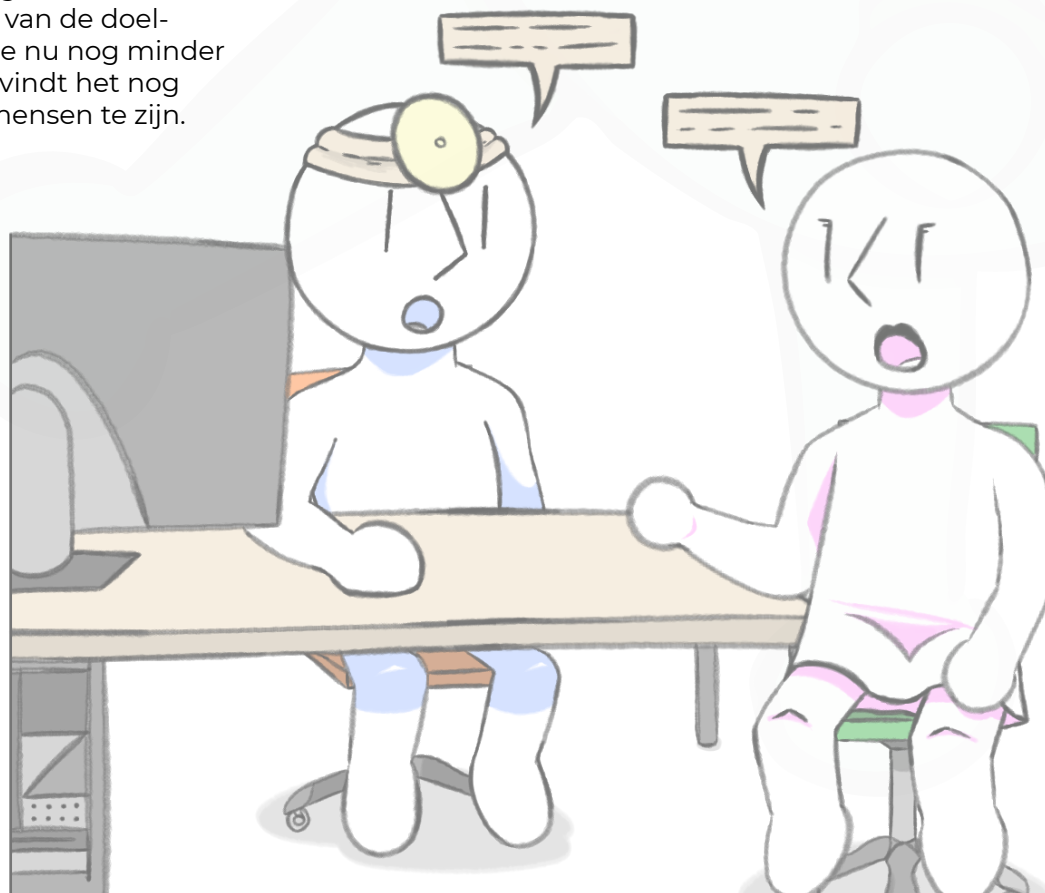
Dit patroon is moeilijk te verklaren, omdat allerlei factoren hierbij een rol kunnen spelen. De COVID-19 pandemie heeft namelijk voor een deel van de deelnemers een lange mentale nasleep, onder andere door sociale isolatie, het wegvallen van structuur, ziekte en het verlies van naasten. Hoewel het opheffen van de maatregelen voor verlichting zorgde, ervoeren sommige mensen opnieuw prestatie- en sociale druk en daardoor extra stress.

Uit de groepsgesprekken blijkt dat de coronaperiode nog steeds sterk geassocieerd wordt met angst en ontregeling, en dat een deel van de mensen met LVB of laaggeletterden nog steeds bang is om ziek te worden.

Zij rapporteren ook in 2024 een grotere mate van stress en zorgen dan deelnemers van het GGD-panel; 31% geeft aan vaak of heel vaak stress te ervaren, tegenover 12% van het GGD-panel. Voor zorgen is dit 34% versus 16%. Bovendien geeft 18% van de doelgroep aan door de coronaperiode nu nog minder goed in hun vel te zitten, en 16% vindt het nog steeds spannend om onder de mensen te zijn.

Tegelijkertijd werden er ook positieve gevolgen gerapporteerd; 20% van de mensen met LVB of laaggeletterden, tegenover slechts 3% van het GGD-panel, rapporteert beter in hun vel te zitten sinds de coronatijd. Positieve gevolgen die genoemd worden zijn een gezondere leefstijl (19%), een betere band met familie (17%) en betere hygiëne (30%). Tijdens de groepsgesprekken werd ook het leren beeldbellen vaak als een positief gevolg genoemd.

Bredere maatschappelijke ontwikkelingen hebben uiteraard ook invloed op het welzijn van laaggeletterden en mensen met een LVB, en huidige ontwikkelingen kunnen mogelijk mede het wisselende patroon in mentale gezondheid over de tijd verklaren. Van de doelgroep geeft namelijk 33% aan dat andere mensen minder aardig zijn geworden door de coronatijd, en 32% zegt minder vertrouwen te hebben in de politiek. Daarnaast worden in een open vraag en in de groepsgesprekken ook andere maatschappelijke ontwikkelingen genoemd, los van de coronapandemie, die mogelijk invloed hebben op hun mentale gezondheid, zoals personeelstekorten in de zorg, toename van desinformatie, politieke onrust en verharding van de maatschappij.



Lange termijn impact op andere gebieden

Naast mentale gezondheid zijn ook andere aspecten uitgevraagd. Zo zagen we in onze metingen tijdens de pandemie dat veel dagelijkse activiteiten van laaggeletterden en mensen met LVB gestopt of veranderd waren, en informatie over bijvoorbeeld vaccinaties niet altijd duidelijk gevonden werd. Terughoudendheid in het oppakken van activiteiten en lichamelijke gezondheidsklachten kunnen ook hun weerslag hebben op mentale gezondheid.

Het oppakken van activiteiten na COVID-19

De resultaten van het vervolgonderzoek laten zien dat de meeste laaggeletterden en mensen met een LVB hun leven en activiteiten weer hebben opgepakt. 63% van hen geeft aan weer hetzelfde te doen als voor de coronatijd, tegenover 82% van het GGD-panel.

Deelnemers zijn grotendeels teruggekeerd naar (vrijwilligers)werk, school en vrijetijdsactiviteiten. Voor een kleiner deel van de doelgroep (16%) blijft het echter spannend om weer onder de mensen te zijn, uit angst voor besmetting of het sociale contact. Deels heeft dit te maken met de kwetsbare gezondheid van (een deel van) de doelgroep, waardoor een besmetting extra riskant en impactvol is.

Sommigen worstelden altijd al met sociaal contact, terwijl anderen deze angst tijdens corona hebben ontwikkeld, blijkt uit de groepsgesprekken. We zien dan ook dat voor deze groepen een grotere mate van eenzaamheid wordt gerapporteerd, en een groter deel van de activiteiten niet hervat zijn na corona in vergelijking met GGD-panel.

Coronabesmettingen en lichamelijke klachten

In totaal geven 114 deelnemers met LVB of laaggeletterdheid aan een COVID-19 infectie te hebben gehad. Van hen geeft 38% aan nog klachten na hun coronabesmetting te ervaren, zoals vermoeidheid, hoofdpijn, vergeetachtigheid en somberheid. In groepsgesprekken komt vertelt de doelgroep dat het moeilijk is om te bepalen of deze klachten daadwerkelijk door een coronabesmetting komen, of een andere oorzaak hebben bijvoorbeeld door een al bestaande lichamelijke aandoening of de mentale nasleep van de pandemie.

Van de mensen met klachten zoekt het merendeel hier geen hulp voor (doelgroep: 60%, GGD-panel: 57%). Laaggeletterden en mensen met LVB geven aan dat dit komt doordat ze de klachten niet herkennen, of dat het simpelweg niet bij hen opkomt hulp te zoeken. Daarnaast is er een groep met negatieve ervaringen bij huisartsen of zorgprofessionals; zij voelen zich niet serieus genomen, begrijpen de uitleg niet goed, en vinden het lastig om telefonisch een afspraak te maken en hun klachten uit te leggen. Een deel van de doelgroep blijkt hun klachten te bespreken met hun begeleiding. Uit de groepsgesprekken blijkt dat deze begeleiders hier een belangrijk rol in spelen en helpen bij het verklaren van de klachten en geruststellen van hun cliënten.

Vaccinatie

De resultaten laten zien dat 54% van zowel de doelgroep als het GGD-panel een corona boostervaccinatie heeft gehad. Een deel van beide groepen behoren tot kwetsbare populaties die worden uitgenodigd voor de boostervaccinatie. Voor de doelgroep kan dit bijvoorbeeld gelden vanwege hun beperking, en voor het GGD-panel vooral vanwege de overwegend hogere leeftijd van de deelnemers.

Zo'n 10% van de doelgroep heeft de booster niet gehad maar zou er wel een willen of twijfelt nog (GGD-panel: 12%). In de groepsgesprekken geven laaggeletterden en mensen met LVB aan dat ze veel onduidelijkheid ervaren rondom de boostervaccinaties. De uitnodiging is te ingewikkeld en niet iedereen ontvangt er een, terwijl ze bijvoorbeeld wel een uitnodiging krijgen voor de grieprik. Hierdoor is het lastig om te bepalen of een boostervaccinatie nodig is. Verder zorgen het gebrek aan nabijgelegen priklocaties en duidelijke informatie ervoor dat mensen de prik niet halen.



Wat kan helpen?

Monitoren en signalering

Vanwege hun aangetoonde kwetsbaarheid is het belangrijk om zicht te houden op de mentale en fysieke gezondheid van laaggeletterden en mensen met een LVB. Het structureel monitoren van hun gezondheid kan hieraan bijdragen, maar zal op een inclusieve manier moeten gebeuren die past bij hun vaardigheden en belevingswereld. Het betrekken van de doelgroep bij de ontwikkeling en implementatie van een dergelijke vragenlijst is daarbij essentieel.

Naast onderzoek spelen begeleiders en naasten een onmisbare rol in het signaleren van problemen. Zij staan dicht bij de doelgroep en kunnen veranderingen in gedrag of gezondheid sneller opmerken. Voor mensen zonder vaste begeleiding, voornamelijk de laaggeletterde doelgroep, is er minder zicht op hun welzijn. Het is daarom belangrijk om hen op andere manieren te bereiken, bijvoorbeeld via buurtinitiatieven of het wijkteam.

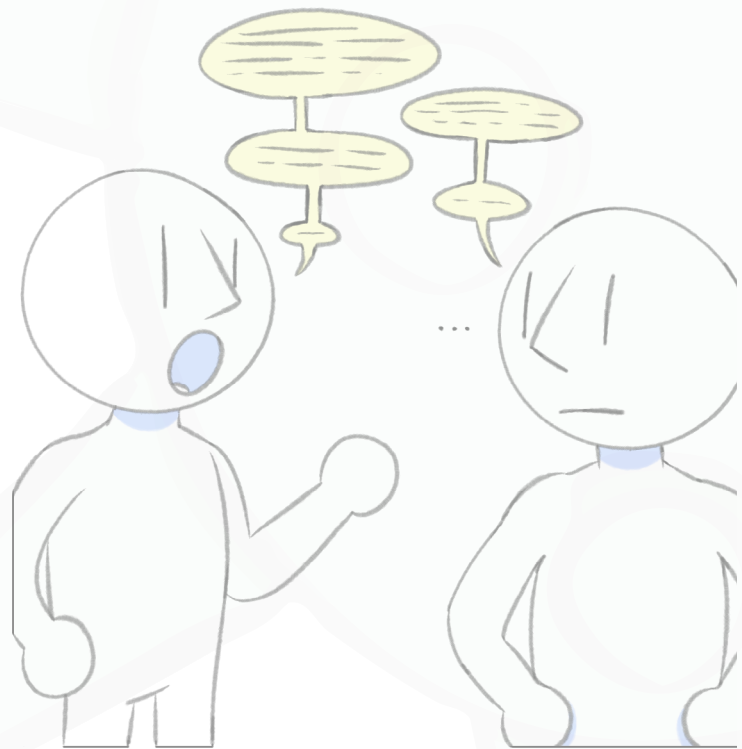
Ondersteuning bij mentale gezondheid

Het is belangrijk dat zorgverleners op een laagdrempelige manier met de doelgroep in gesprek kunnen gaan over zaken die drukken op de mentale welzijn van de doelgroep. Angst en stress worden vaak versterkt door een gebrek aan informatie of door maatschappelijke veranderingen die niet goed begrepen worden.

Sinds september 2024 is er het NOS journaal in makkelijke taal van start gegaan. Hier wordt informatie gegeven over het nieuws op een rustige en begrijpelijke manier. Door samen het nieuws te bespreken en maatschappelijke ontwikkelingen in hun context te plaatsen, kunnen zorgen en angst afnemen. Het faciliteren van voldoende capaciteit en middelen door de overheid, zodat zorgverleners deze mentale ondersteuning kunnen bieden, is hierbij essentieel.

Echter, laaggeletterden hebben vaak geen toegang tot vaste zorg of ondersteuning. Zij zijn hiervoor vaak afhankelijk van hun sociale netwerk, dat soms beperkt is, of niet in staat is de juiste ondersteuning te bieden. Dit maakt dat landelijke initiatieven en herkenbare en toegankelijke aanspreekpunten, waar mensen met hun zorgen, vragen en verhaal terecht kunnen, onmisbaar zijn voor deze doelgroep.

Een specifiek aandachtspunt is het herkennen van corona- en longcovidklachten. Voor de LVB-doelgroep is het vaak lastig om deze bij zichzelf te herkennen en er vervolgens naar te handelen. De resultaten laten zien dat begeleiders en naasten een belangrijke rol spelen in het duiden van gezondheidsklachten en het geruststellen bij zorgen daarover. Het is helpend als zij waakzaam zijn op klachten, signalen oppikken en hier het gesprek over aangaan. Waar nodig kan het helpen om de doelgroep door te verwijzen naar de huisarts en samen de doktersafspraken voor te bereiden.



Praktische ondersteuning

Naast mentale ondersteuning, is ook praktische ondersteuning van groot belang. Begeleiders en naasten blijken een belangrijke rol te spelen bij het oppakken van activiteiten. Zij kunnen geruststellen, praktisch helpen om dagbesteding of activiteiten te regelen en wijzen op het aanbod van initiatieven die passend zouden kunnen zijn. Vaak is er namelijk genoeg aanbod per gemeente, maar is de doelgroep hier niet mee bekend of vinden ze het moeilijk zelf initiatief te nemen voor (deelname aan) nieuwe activiteiten.

De weg vinden

Bij het weer oppakken van activiteiten, nadat deze een tijd hebben stilgelegen zoals tijdens de pandemie, profiteert de doelgroep van een stapsgewijze opbouw, aanmoediging en geruststelling. Ook daarin kunnen begeleiders of naasten ondersteunen. Overheidsinstanties, zorgorganisaties en gemeenten zijn verantwoordelijk voor het creëren van plekken waar informatie te vinden is over infectieziekten, vaccinaties en mentale gezondheid, of waar vragen gesteld kunnen worden. Begeleiders en naasten kunnen de doelgroep verwijzen naar al beschikbare ondersteuning of informatiebronnen

Iedereen die heeft bijgedragen aan het onderzoek; hartelijk bedankt.

Dit project wordt mogelijk gemaakt door:



Maakt onderdeel uit van het programma
COVID-19

Vaccinatie

Een duidelijke en makkelijke uitleg over vaccinaties helpen bij het maken van een keuze. Hier is meer hierover te vinden op Pharos. Mensen die niet naar een GGD- priklocatie kunnen komen, kunnen contact opnemen met de GGD om een thuisprik te regelen (in Gelderland via tel. 0800 – 7070).

Handvatten voor professionals

Voor professionals in het sociaal domein, zorg of onderwijs kan het soms lastig zijn om goed aan te sluiten bij mensen met LVB of bij laaggeletterden in het werken met of voorlichten van deze doelgroepen. Het kenniscentrum LVB en landelijk expertisecentrum Pharos ontwikkelen ondersteuning hiervoor;

- In de toolkit “Blik op LVB” zijn toegankelijke handvatten te vinden om beter aan te sluiten bij mensen met een LVB en daardoor prettiger en met meer resultaat te werken. Deze toolkit is te vinden op de website van het landelijke kenniscentrum LVB.
- Pharos heeft tools ontwikkeld voor het herkennen van laaggeletterdheid en/of lagere gezondheidsvaardigheden en het geven van makkelijke voorlichting.



Juni 2025

Opgesteld door:

Monique Koks-Leensen, Fieke Raaijmakers, Jane van Geenen, Kris Bevelander en Meike Theunissen

Meer interesse?

Ga dan naar de website: <https://www.sterkeropeigenbenen.nl/onderzoek/impact-covid-19-pandemie/>
(Daar is ook de makkelijke versie en de video te vinden.)