

Nek/schouder-, arm- en rugklachten in relatie tot computergebruik, lichamelijke activiteit en psychosociale gezondheid

Diepenmaat A.C.M.,¹ M.F. van der Wal²

¹GG&GD Amsterdam, Cluster EDG

²GG&GD Amsterdam

E-mail: adiepenmaat@gg&gd.amsterdam.nl

Rug, nek en schouderklachten zijn belangrijke oorzaken van ziekteverzuim onder de beroepsbevolking. Het zijn tevens veel voorkomende klachten onder jongeren waarin internationaal een toename wordt gesignaleerd. Uit onderzoek blijkt dat beschermende en risicofactoren van rug- nek/schouderklachten onder te verdelen zijn in lichamelijke en psychische factoren. Statistieken laten een toename zien in computergebruik. Mogelijk is er een relatie tussen het frequente computergebruik en de klachten aan het bewegingsapparaat. Om nek/schouder-arm- en rugklachten te voorkomen is onderzoek gedaan onder jongeren naar de relatie tussen het hebben van deze klachten en computergebruik, lichamelijke activiteit en psychosociale gezondheid.

In het schooljaar 2002/2003 zijn in Amsterdam 44 scholen van het voorgezet onderwijs benaderd voor deelname aan het onderzoek. In totaal hebben 3485 leerlingen (71,1%) een schriftelijke vragenlijst ingevuld. De vragenlijst bestond uit vragen over de mate en ernst van klachten aan respectievelijk de nek/schouder, rug en arm, depressie (CES-D), stress, lichamelijke activiteit en vragen over de mate van computergebruik. Uit het onderzoek blijkt dat 20,9% van de leerlingen nek/schouder-arm- of rugklachten heeft. Meisjes (OR=1,55), Turkse jongeren (OR=1,41) en jongeren die niet bij hun eigen vader en moeder wonen (OR=1,33) rapporteerden vaker nek/schouder-arm- en rugklachten. Verder blijken nek/schouder, arm en rugklachten gerelateerd te zijn aan veel computergebruik (OR=1,35) maar met name aan depressie (OR=2,31) en stress (OR=1,64).

In Samenspraak: een evaluatie van een huisbezoekproject bij alleenstaande 55-plussers

Kuilman M., P. Kocken

GGD Rotterdam e.o.

E-mail: kuilmanm@ggd.rotterdam.nl

In het project In Samenspraak wordt een op de behoefte van 55-plussers aangepast aanbod van eenzaamheidsvoorkomende activiteiten ontwikkeld en geëvalueerd. Het doel van het project is om de sociale participatie van ouderen te bevorderen en eenzaamheidsgevoelens te voorkomen of verminderen. Alle zelfstandig wonende, alleenstaande 55-plussers uit twee wijken in Ridderkerk zijn benaderd voor een interview. De interviewer maakt een inventarisatie van behoeften aan eenzaamheidsvoorkomende activiteiten. Activiteiten die in het project worden aangeboden zijn activerend huisbezoek, ontmoetingsactiviteiten, voorlichtingsbijeenkomsten en preventieve cursussen. Deze activiteiten en het (activerend) huisbezoek vinden plaats bovenop de dagelijkse praktijk van het activiteitenaanbod in Ridderkerk. De effectiviteit van de huisbezoeken en van de op de behoefte van het individu toegesneden eenzaamheids-

voorkomende activiteiten, is geëvalueerd door middel van een experimenteel, gerandomiseerd design (RCT). Behalve de baselinemeting (het behoefte-interview), heeft een eerste en een tweede nameting plaats gevonden.

Uit de resultaten van de eerste nameting blijkt dat de experimentele en controlegroepen significant verschillen in afname in eenzaamheidsgevoelens ($F = 2,87$, $p < 0,05$). Bij personen die twee of meer huisbezoeken hebben gehad is het verschil tussen de baselinemeting en de eerste nameting het grootst (verschilscore van 2,08). Een significant effect op de uitkomstmaten deelname aan hobby's en activiteiten, en depressie is op de korte termijn van de eerste nameting niet aangetroffen. Met het onderzoek is veel inzicht verkregen in behoeften aan eenzaamheidsvoorkomende activiteiten bij ouderen en mogelijkheden van een aanbod op lokaal niveau.

Eén keer in de week is niet genoeg: effecten van meer bewegen voor ouderen (MBvO-gym) op kwaliteit van leven en zelfredzaamheid; Een gerandomiseerde Gecontroleerde studie

Stiggelbout M.,¹ D.Y. Popkema,^{2,3} M. Hopman-Rock,^{1,5}

M. de Greef,³ W. van Mechelen^{4,5}

¹TNO Preventie en Gezondheid

²UC Pro Motion/GALM-SCALA

³Instituut voor Bewegingswetenschappen, Rijksuniversiteit Groningen

⁴Afdeling voor Sociale Geneeskunde van de Vrije Universiteit en EMGO Instituut van het VU Medisch Centrum, Amsterdam

⁵Body @ Work Onderzoekscentrum Bewegen, Arbeid en Gezondheid TNO VUMC.

E-mail: m.stiggelbout@pg.tno.nl

Achtergrond: Meer Bewegen voor Ouderen biedt al sinds 1980 een aantal speciaal op ouderen afgestemde georganiseerde bewegingsactiviteiten aan. Ondanks het feit dat MBvO al ruim 25 jaar bestaat en er wekelijks naar schatting 300.000 mensen deelnemen aan diverse activiteiten (gymnastiek, dansen, zwemmen, etc.), zijn effecten op de kwaliteit van leven en zelfredzaamheid nooit aangetoond.

Doel/onderzoekspopulatie: TNO Preventie en Gezondheid voerde, in samenwerking met het Instituut voor Bewegingswetenschappen van de Rijksuniversiteit Groningen en het Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen, een onderzoek uit naar de effecten van MBvO-gymnastiek op de kwaliteit van leven en zelfredzaamheid bij zelfstandig wonende ouderen van 65 - 80 jaar.

Methode/strategie: Het betrof een gerandomiseerde gecontroleerde studie met voormeting en nameting. Deelnemers zijn gerekruteerd via het Groningen Actief Leven Model. Na een initiële fitheidstest, werden de minst fitte deelnemers geselecteerd op basis van de wandeltest van de Groningen Fitheidstest voor Ouderen. MBvO-gymnastiek werd gegeven door ervaren MBvO docenten. De interventie duurde 10 weken en er waren drie onderzoeksgroepen: MBvO1 (eenmaal per week MBvO-gym; $n=125$), MBvO2 (tweemaal per week MBvO-gym ($n=68$), en een controle groep ($n=193$), deze ontving een gezondheidsvoorlichtingsprogramma (drie maandelijkse bijeenkomsten gedurende 90 minuten).

Resultaten: Na 10 weken gymnastiek bleek dat er geen effecten konden worden aangetoond op de kwaliteit van leven en de zelfredzaamheid. Wel bleek dat als de gymnastiek twee maal per week werd aangeboden er voor die groep bij de van tevoren minst actieve deelnemers een positief effect was op de kwaliteit van leven.

Conclusies en aanbevelingen: Eenmaal in de week MBvO gymnastiek heeft geen effecten op de kwaliteit van leven en zelfredzaamheid. Aanbevolen wordt om de frequentie van de reguliere MBvO-gymnastiek – indien haalbaar – te verhogen, meer voorlichting te geven over het belang van een actieve leefstijl en zich bij de werving van nieuwe deelnemers vooral te richten op inactieve ouderen.

PRESENTATIES: GEZONDHEIDSVERSCHILLEN 2

Voorzitter: prof. dr. N. Klazinga

Bruggen Bouwen: effectevaluatie van de begeleiding van Turkse en Marokkaanse vrouwen met stressgerelateerde pijnklachten door allochtone zorgconsulenten in Rotterdamse huisartspraktijken

*Joosten-van Zwanenburg E., P.L. Kocken, T. de Hoop
GGD Rotterdam e.o.*

E-mail: joostene@ggd.rotterdam.nl

De zorg van huisartsen aan allochtone patiënten wordt door taal- en cultuurverschillen bemoeilijkt. Bij een inventarisatie onder Rotterdamse huisartsen bleek de communicatie met allochtone vrouwen met psychosomatische klachten moeizaam te verlopen. De interventie Bruggen Bouwen is ontwikkeld, gericht op Turkse en Marokkaanse vrouwen die zich in de huisartspraktijk presenteren met stressgerelateerde pijnklachten, met een volgens huisartsen psychosomatische achtergrond. Patiënten zijn gedurende een jaar begeleid door twee Turkse en twee Marokkaanse zorgconsulenten. Doel is verbetering van de communicatie tussen huisarts en patiënt, vergroting van kennis over psychosomatische pijnklachten, eigen-effectiviteit en sociale steun bij het omgaan met deze pijnklachten, en verbetering van de (psychische) gezondheid. Bruggen Brouwen is geëvalueerd door de GGD Rotterdam e.o. met subsidie van ZonMw en liep van november 1999 tot eind 2003.

De effectevaluatie vond plaats volgens een RCT; 111 van 139 verwezen patiënten zijn geïncludeerd. Patiënten uit de experimentele groep namen deel aan de interventie, patiënten uit de controlegroep niet. Een voor- en nameting vond plaats bij zowel patiënten (via interviews in eigen taal) als huisartsen (via postenquêtes). De begeleiding van de Turkse/Marokkaanse vrouwen door de zorgconsulenten heeft geleid tot verbeteringen in de communicatie tussen huisarts en patiënt en tot verbetering van de ervaren (psychische) gezondheid. Bij patiënten uit de interventiegroep geven huisartsen aan dat zij na het project voldoende inzicht hebben in achterliggende problematiek van de patiënt, dat voor hen vaker duidelijk is wat patiënten bedoelen wanneer zij over de pijnklachten spreken en dat zij vaker tevreden zijn over het contact met de patiënt. Patiënten uit de interventiegroep gaven aan de huisarts beter te begrijpen, volgen

advies/therapie vaker op dan patiënten uit de controlegroep, zijn positiever over hun gezondheid en kunnen beter met hun pijnklachten omgaan in vergelijking met controlepatiënten. Een effect van de interventie op de determinanten kennisopvattingen, eigen effectiviteit en sociale steun is in dit evaluatieonderzoek niet gevonden.

Geconcludeerd kan worden dat de inzet van allochtone zorgconsulenten in Rotterdamse huisartspraktijken bij Turkse/Marokkaanse patiënten met spierspanningspijn en andere stressgerelateerde klachten wat betreft de communicatie tussen huisarts en patiënt en de (psychische) gezondheid effectief is gebleken.

Predictoren van emotionele en gedragsproblemen bij Marokkaanse jeugdigen in Nederland

*Stevens G.W.J.M.,¹ W.A.M. Vollebergh,² T. Pels,³ A.A.M. Crijnen¹
¹Afdeling Kinder- en Jeugdpsychiatrie, ErasmusMC/Sophia, Rotterdam*

²Trimbo-instituut, Utrecht/Katholieke Universiteit Nijmegen

³Verwey-Jonker Instituut, Utrecht

E-mail: g.w.j.m.stevens@erasmusmc.nl

Marokkaanse jongens zijn oververtegenwoordigd in de populatie jeugdige delinquenten en leerkrachten rapporteren een hoog niveau van gedragsproblemen bij Marokkaanse jeugdigen. Inzicht in factoren die samenhangen met emotionele en gedragsproblemen bij Marokkaanse jeugdigen is daarom zeer relevant. In deze studie wordt onderzocht welke kind-, oudergezins-, sociale steunfactoren en levensgebeurtenissen samenhangen met psychische problematiek bij Marokkaanse kinderen.

De onderzoeksgroep bestaat uit kinderen in de leeftijd van 4-18 van wie tenminste één ouder is geboren in Marokko. Kinderen zijn geselecteerd door middel van een aselechte steekproef uit de gemeentebestanden van Rotterdam en Den Haag. Interviews zijn afgenomen bij 819 Marokkaanse ouders (respons 73%) en 387 adolescenten in de leeftijd van 11-18 (respons 96%). 541 leerkrachten vulden een vragenlijst over het kind in (respons 83%).

Marokkaanse jeugdigen die zich regelmatig vervelen, zich gediscrimineerd voelen en schoolproblemen hebben, vertonen meer emotionele en gedragsproblemen dan andere jeugdigen. Een positief verband werd gevonden tussen het omgaan met deviante vrienden, rondhangen op straat en gedragsproblemen. Emotionele problemen van de ouders, onenigheid tussen ouders over opvoeding, ouderlijke steun aan het kind en conflicten tussen ouders en kind hangen samen met emotionele en gedragsproblemen. Kinderen van wie ouders regelmatig affectie tonen naar het kind, toezicht houden op het kind en gematigd straffen, hebben minder emotionele en gedragsproblemen. Geen verband werd gevonden tussen sociaal economische variabelen en emotionele en gedragsproblemen; een zwak verband werd gevonden tussen levensgebeurtenissen en emotionele en gedragsproblemen. Verschillende associaties bleken seksespecifiek.

Emotionele en gedragsproblemen bij Marokkaanse kinderen gerapporteerd door zowel ouders, adolescenten en leerkrach-