LHBTI 65+ GEZONDHEID IN BEELD

Lichamelijk en psychologisch welzijn van LHBTI 65+ inwoners van Amsterdam

Een samenwerking tussen het AmsterdamPinkPanel en de Gemeentelijke Gezondheidsdienst Amsterdam

Allard R. Feddes (Universiteit van Amsterdam)

Hannah J. Babetti (Universiteit van Amsterdam)

Stephan Cremer (Gemeentelijke Gezondheidsdienst Amsterdam)

Kai J. Jonas (Maastricht University)

10 februari 2020

Over de auteurs

Allard R. Feddes is als Universitair Docent verbonden aan de Afdeling Psychologie van de Universiteit van Amsterdam.

Contact: a.r.feddes@uva.nl

Hannah J. Babetti was ten tijde van het onderzoek als junior onderzoeker verbonden aan de Afdeling Psychologie van de Universiteit van Amsterdam. Ze is momenteel als onderzoeker verbonden aan het Amsterdam Universitair Medische Centra (Amsterdam UMC).

Contact: hannahbabetti@gmail.com

Stephan Cremer is hoofd Epidemiologie, Gezondheidsbevordering en Zorginnovatie Team Volwassenen & Ouderen.

Contact: scremer@ggd.amsterdam.nl

Kai J. Jonas is Professor Toegepaste Sociale Psychologie aan de Faculteit Psychologie en Neurowetenschappen van de Universiteit Maastricht.

Contact: kai.jonas@maastrichtuniversity.nl

ACHTERGROND VAN HET ONDERZOEK

Het huidige rapport is tot stand gekomen middels een samenwerking van het AmsterdamPinkPanel[1] (APP) en de Gemeentelijke Gezondheidsdienst Amsterdam (GGD Amsterdam). Een vragenlijstonderzoek is uitgevoerd in de periode van februari 2019 tot en met maart 2019 onder lesbische, homoseksuele, biseksuele, transgender en interseks (hierna afgekort als LHBTI)[2] senioren van 65 jaar en ouder die wonen en leven in Amsterdam en omstreken. De vragenlijst is gebaseerd op de Amsterdamse Gezondheidsmonitor 65+ uitgevoerd door de GGD Amsterdam in 2016 (in het hiernavolgende genoemd als *Gezondheidsmonitor 2016* wanneer we een vergelijking trekken).[3] Daarbij zijn er vragen toegevoegd die relevant zijn voor de LHBTI-gemeenschap (bv. vragen over HIV status en discriminatie).

Het doel van het huidige rapport is om het psychologisch en lichamelijk welzijn van de LHBTI 65+ senioren uit Amsterdam in kaart te brengen. In dit rapport maken wij ook de verdiepende vergelijking met de 65+ ouderen uit Amsterdam gebaseerd op de Gezondheidsmonitor 2016.[4] Ook kijken we of er verschillen zijn tussen de grootste deelnemersgroepen in deze studie, lesbische en homoseksuele LHBTI 65+ inwoners van Amsterdam. De resultaten uit het huidige rapport berusten voornamelijk op de lesbische en de homoseksuele seniorengemeenschap vanwege de kleine aantallen biseksuele, transgender en interseks deelnemers in onze steekproef.

[1] Voor meer informatie over de AmsterdamPinkPanel: https://app.uva.nl/
[2] In de huidige studie houden we de afkorting LHBTI aan in navolging van COC Nederland en de Gemeente Amsterdam.
[3] GGD Amsterdam (2018). Gezondheid in Beeld: Resultaten Amsterdamse Gezondheidsmonitor 2016. Verkrijgbaar via http://www.ggd.amsterdam.nl/agm
[4] Hierbij richten we ons op de hoogopgeleide 65+ deelnemers uit de GGD Amsterdam Gezondheidsmonitor 2016 en de hoogopgeleide 65+ LHBTI-deelnemers uit het huidige onderzoek.

METHODE

Vragenlijst en procedure

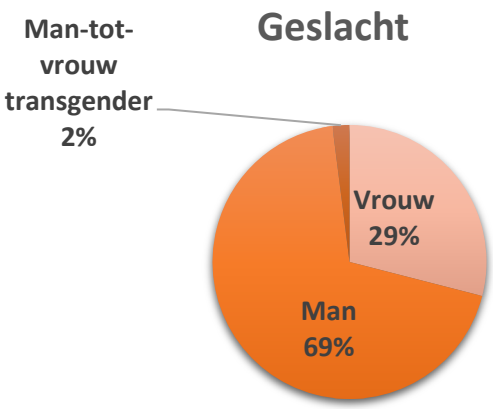
LHBTI-senioren vanaf 65 jaar die wonen in Amsterdam en omstreken zijn in de periode tussen februari 2019 en maart 2019 uitgenodigd voor deelname aan het vragenlijstonderzoek. De vragenlijst bestond uit twee delen. Eerst vulden deelnemers hun demografische gegevens in (geslacht, leeftijd, opleiding, inkomen, seksuele oriëntatie, relatiestatus) waarna vragen werden gesteld over verschillende thema's over het psychologisch en lichamelijk welbevinden. Deze thema's waren, respectievelijk, algemeen welbevinden en gezondheid, lichamelijke beperkingen, gezondheidszorg, valongevallen, cognitief functioneren, middelengebruik, voeding, sociale contacten, chronische ziekten en aandoeningen, zorggebruik, mantelzorg, sociale contacten, en de financiële situatie.

De complete vragenlijst is weergegeven in **Appendix I**. In het navolgende worden resultaten vaak in percentages weergegeven. In **Tabel 1 in Appendix II** is een volledig overzicht gegeven van de demografische gegevens in zowel aantallen als percentages.

Demografische en sociaaleconomische kenmerken van LHBTI 65+ deelnemers in Amsterdam

In totaal hebben 174 LHBTI-inwoners uit Amsterdam en omgeving vanaf 65 jaar deelgenomen aan deze studie. Eenendertig procent (n = 54) van de deelnemers was lid van het *AmsterdamPinkPanel*. Deze deelnemers werden per e-mail uitgenodigd om deel te nemen. Daarnaast is er gebruik gemaakt van de zogenaamde *sneeuwbalmethode* (deelnemers werden gevraagd om ook anderen uit te nodigen). Ook zijn uitnodigingen om deel te nemen aan het onderzoek verstuurd via nieuwsbrieven in LHBTI-organisaties, is er een Facebook-campagne op LHBTI *social mediasites* opgezet, en is veldwerk verricht tijdens LHBTI-seniorenbijeenkomsten in Amsterdam. De uitnodigingen via LHBTI-organisaties, de Facebook-campagne en het veldwerk leverde het merendeel van de deelnemers op, namelijk 69% (n = 120) van het totaal aantal deelnemers.

De gemiddelde leeftijd van de deelnemers was 71 jaar (SD = 4.8) en varieerde van 65 tot 93 jaar oud. Tachtig procent van de deelnemers was tussen de 65-74 jaar oud. 20% was 75 en ouder. In Figuur 1 is de steekproefverdeling naar geslacht in percentages weergegeven. Opvallend is de verdeling mannen en vrouwen. Mannen waren sterk oververtegenwoordigd (69%, n = 121) vergeleken met het aantal vrouwen (29%, n = 50). Dit is een aanzienlijk verschil met de deelnemerspopulatie van de GGD 2016 monitor. In die studie was het aantal vrouwen in de *meerderheid* in alle leeftijdscategorieën (55% vrouwen vergeleken met 45% mannen). Het is dus opvallend dat in de huidige studie relatief weinig vrouwen hebben deelgenomen.

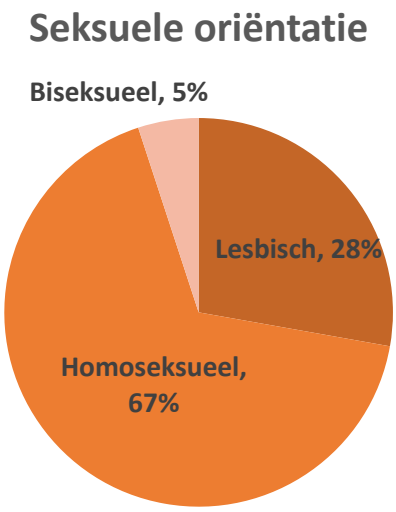


Figuur 1

Zelf gerapporteerde geslacht identificatie in percentages van LHBTI 65+ deelnemers uit Amsterdam.

Seksuele oriëntatie

In Figuur 2 is de seksuele oriëntatie van de deelnemers in percentages weergegeven. Het grootste aandeel van deelnemers in onze studie gaf aan homoseksueel te zijn (67% van de deelnemers). Achtentwintig procent van de deelnemers waren lesbiennes en een kleine minderheid gaf aan biseksueel te zijn.



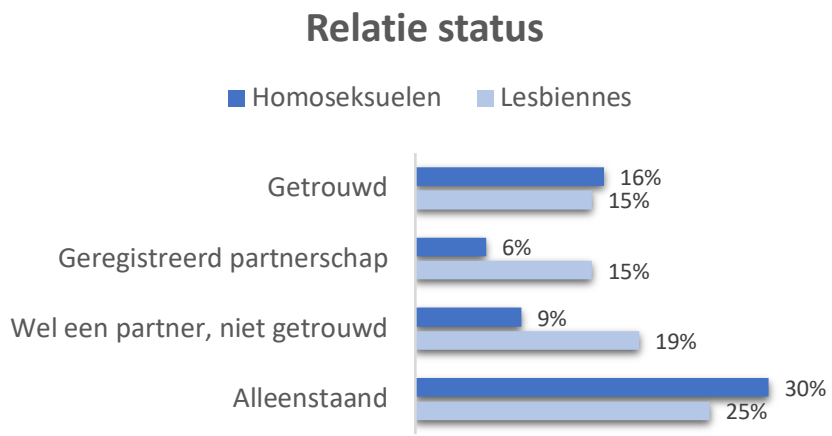
Figuur 2

Zelf gerapporteerde seksuele oriëntatie in percentages van LHBTI 65+ deelnemers uit Amsterdam.

Relatie status

Een groot aantal deelnemers (36%) heeft deze vraag niet beantwoord. Van de deelnemers die hun relationele status wel hebben gerapporteerd, gaf een derde aan vrijgezel te zijn, een derde gaf aan gehuwd te zijn en een derde gaf een ongeregistreerd of geregistreerd partnerschap aan. In onze verdere analyses maken we op enkele punten een onderscheid tussen homoseksuele en lesbische deelnemers. Zo zijn in Figuur 3 de resultaten met betrekking tot relatie status apart weergegeven voor deze groepen. De data voor de gehele studiepopulatie is gegeven in Tabel 2 van Appendix II.

In de figuur is te zien dat het aantal getrouwde homoseksuele deelnemers in onze steekproef vergelijkbaar is met het aantal getrouwde lesbische deelnemers. Het percentage ongeregistreerde en geregistreerde partnerschappen ligt iets hoger bij lesbische deelnemers.

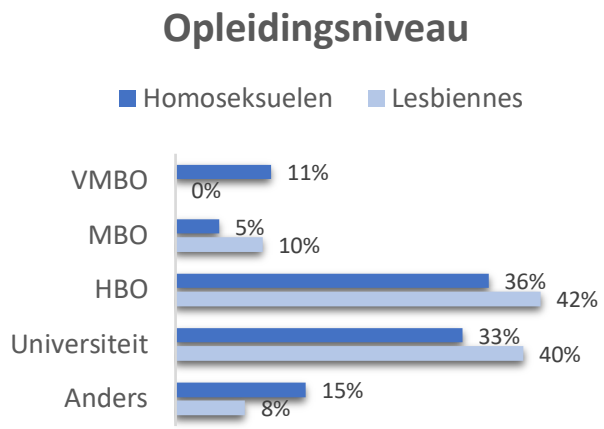


Figuur 3

Relationele status in percentages van LHBTI 65+ deelnemers uit Amsterdam onderverdeeld naar homoseksuele en lesbische deelnemers.

Opleidingsniveau

De deelnemers in onze steekproef waren over het algemeen zeer hoog opgeleid. Van de deelnemers die hun opleidingsniveau hebben gerapporteerd, heeft het merendeel een HBO of WO studie voltooid (72%), waarbij lesbiennes vaker een HBO/WO opleiding hebben afgerond vergeleken met homoseksuele deelnemers (82% versus 69%). Een volledig overzicht van het opleidingsniveau van mannen en vrouwen is weergegeven in Figuur 4. Het was opvallend moeilijk om laagopgeleide LHBTI 65+ inwoners te bereiken in het huidige onderzoek.



Figuur 4

Opleidingsniveau in percentages van LHBTI 65+ deelnemers uit Amsterdam onderverdeeld naar homoseksuele en lesbische deelnemers.

RESULTATEN PER THEMA

In navolging van de Gezondheidsmonitor 2016 worden in de volgende hoofdstukken de resultaten besproken aan de hand van vier thema's:

1) Gezondheid en functioneren

2) Psychosociale gezondheid

3) Participatie en ondersteuning

4) Leefgewoonten

Per thema bespreken we de resultaten voor de gehele steekproef. Op enkele punten maken we een directe vergelijking tussen de grootste twee groepen in onze steekproef, homoseksuele en lesbische deelnemers. Ook maken we, waar van toepassing, een vergelijking met de resultaten uit de Gezondheidsmonitor 2016.[5] Hierbij vergelijken we enkel de hoogopgeleide deelnemers (HBO en Universiteit) uit de huidige studie met de hoog opgeleide deelnemers uit de Gezondheidsmonitor 2016.[6] Dit vanwege de oververtegenwoordiging van hoogopgeleide LHBTI 65+ deelnemers in de huidige studie (72% gaf aan het HBO of de universiteit te hebben afgerond).

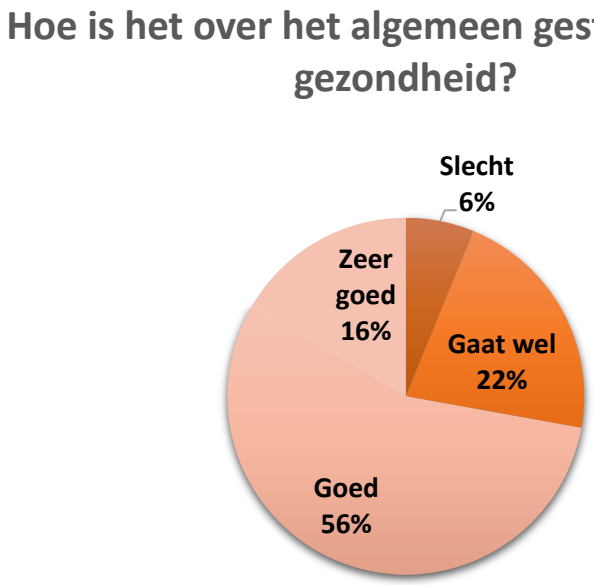
[5] GGD Amsterdam (2018). Gezondheid in Beeld: Resultaten Amsterdamse Gezondheidsmonitor 2016. Verkrijgbaar via www.ggd.amsterdam.nl/agm

[6] We danken Dr.ir. Fatima el Fakiri van de GGD voor het mogelijk maken van deze analyses.

1 Gezondheid en functioneren

Ervaren gezondheid

Het merendeel van de deelnemers (70%) geeft aan zich goed tot zeer goed te voelen (zie Figuur 5). Zoals genoemd in de voorgaande Methodesectie, hebben we om de resultaten te kunnen vergelijken met de Gezondheidsmonitor 2016, de analyse herhaald enkel voor de *hoogopgeleide deelnemers* uit het huidige onderzoek. Deze vergelijken we vervolgens met de *hoogopgeleide deelnemers (HBO of Universiteit)* uit de 2016 monitor. Hierbij vinden we dat onder de Amsterdamse 65+ deelnemers uit de 2016 monitor 72% zich goed of zeer goed voelt. Ter vergelijking, 72% van de hoogopgeleide LHBTI 65+ deelnemers geeft eveneens aan zich goed of zeer goed te voelen. Deze percentages komen dus exact overeen.



Figuur 5

Twee derde van de LHBTI 65+ deelnemers uit Amsterdam geeft aan zich goed tot zeer goed te voelen.

Van de deelnemers die aangaven een slechte gezondheid te ervaren, gaf het merendeel aan dat dit *sterk* of *in enige mate* komt door een chronische ziekte en/of stoornis. Ongeveer de helft van de deelnemers geeft aan dat de gezondheid wordt beïnvloed door een langdurige ziekte (zie Figuur 6).

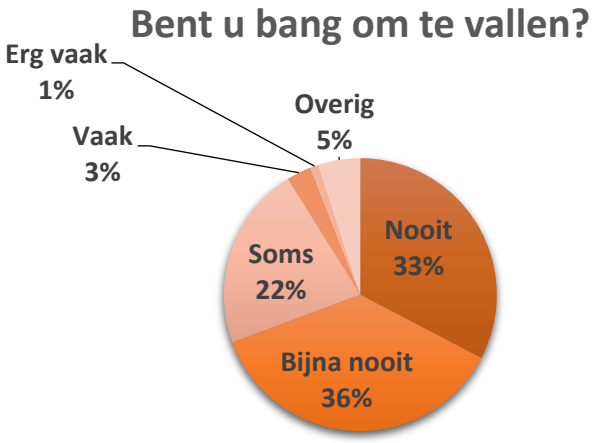


Figuur 6

Invloed van chronische ziekte en/of stoornis op de gezondheid van LHBTI 65+ deelnemers uit Amsterdam in percentages.

Valincidenten

Ongeveer 1 op de 3 ondervraagden is een keer gevallen in 12 maanden voorafgaande aan dit onderzoek. Eenendertig procent van de hoogopgeleide deelnemers uit de huidige studie is 1 keer of vaker gevallen. Dit is iets lager vergeleken met de 36% van 65+ deelnemers uit de Gezondheidsmonitor 2016 die aangeven 1 keer of vaker gevallen te zijn. Eén op de vier deelnemers geeft aan wel eens bang te zijn om te vallen (zie Figuur 7).



Figuur 7

Een vijfde van de LHBTI 65+ deelnemers uit Amsterdam geeft aan soms wel eens bang te zijn om te vallen.

Slaapproblemen

Bijna de helft van de deelnemers geeft aan last te hebben van slaapproblemen. In Figuur 8 is te zien dat een derde van de deelnemers aangeeft er mee te kunnen leven en dat een kleine groep er last van heeft. Het percentage 65+ Amsterdammers dat aangaf slaapproblemen te hebben is niet gerapporteerd in de Gezondheidsmonitor 2016. Met het oog op toekomstige onderzoeken is het aan te bevelen om dit onderwerp wel op te nemen aangezien een aanzienlijk deel van de LHBTI 65+ deelnemers hier last van heeft. Het valt te verwachten dat dit ook zal gelden voor de algemene 65+ bevolking van Amsterdam.



Figuur 8

Bijna de helft van de LHBTI 65+ deelnemers uit Amsterdam geeft aan last te hebben van slaapproblemen maar de meeste deelnemers geven aan er mee te kunnen leven.

Slaapmiddelengebruik

Vier op de tien Amsterdamse LHBTI 65+ deelnemers geeft aan last te hebben van slaapproblemen. Ongeveer 1 op de 10 deelnemers neemt hiervoor slaapmedicatie in (8%). Figuur 9 geeft aan hoe vaak deelnemers slaapmedicatie hebben gebruikt in de afgelopen 4 weken. Vier procent geeft een zeer hoog aantal aan, namelijk meer dan 20 keer.



Figuur 9

Acht procent van de LHBTI 65+ deelnemers uit Amsterdam geeft aan slaapmedicatie te hebben gebruikt in de afgelopen 4 weken.

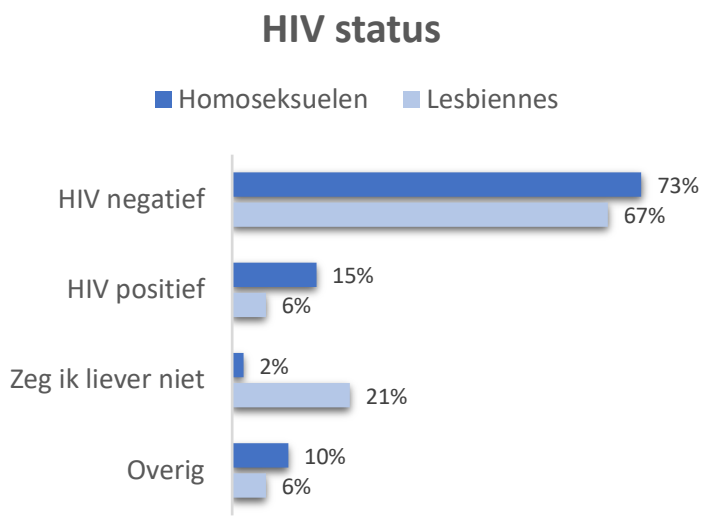
Mobiliteit

Het overgrote deel van de deelnemers (96,3%) geeft aan zonder moeite zelfstandig te kunnen reizen met het openbaar vervoer.

HIV status

Vijftien procent van de homoseksuele LHBTI 65+ deelnemers en 6% van de Lesbische deelnemers geeft aan HIV positief te zijn, met een gemiddelde HIV positieve leeftijd (tijd verstreken sinds HIV seroconversie) van 19 jaar (zie Figuur 10).

Uit informele gesprekken die we hebben gevoerd tijdens de dataverzameling blijkt dat een aandachtspunt is dat LHBTI 65+ ouderen zich soms een “proefkonijn” voelen bij de HIV consulent/specialist/huisarts en/of in de zorg over het algemeen. Ook vinden zij het soms moeilijk een weg te vinden in de bureaucratie om de zorg te ontvangen die zij nodig hebben.



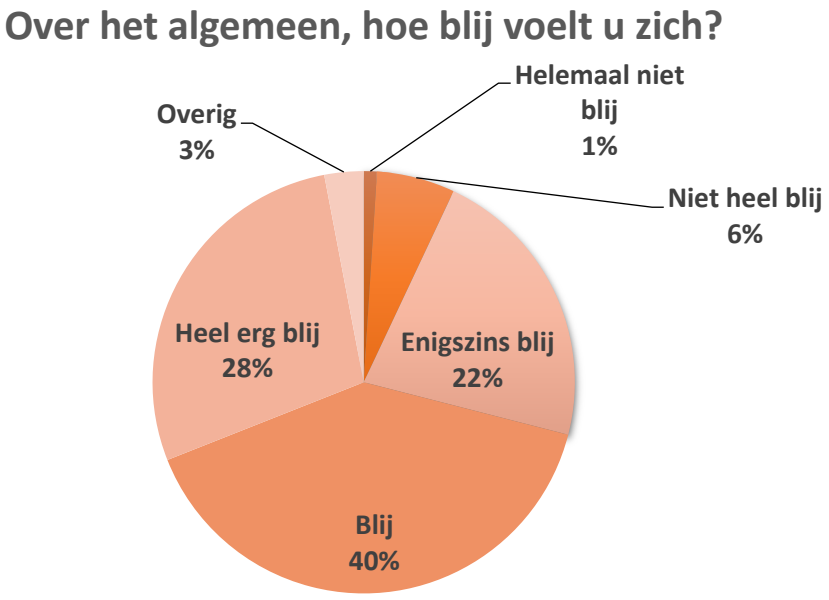
Figuur 10

HIV status in percentages van LHBTI 65+ deelnemers uit Amsterdam onderverdeeld naar homoseksuele en lesbische deelnemers.

2 Psychosociale gezondheid

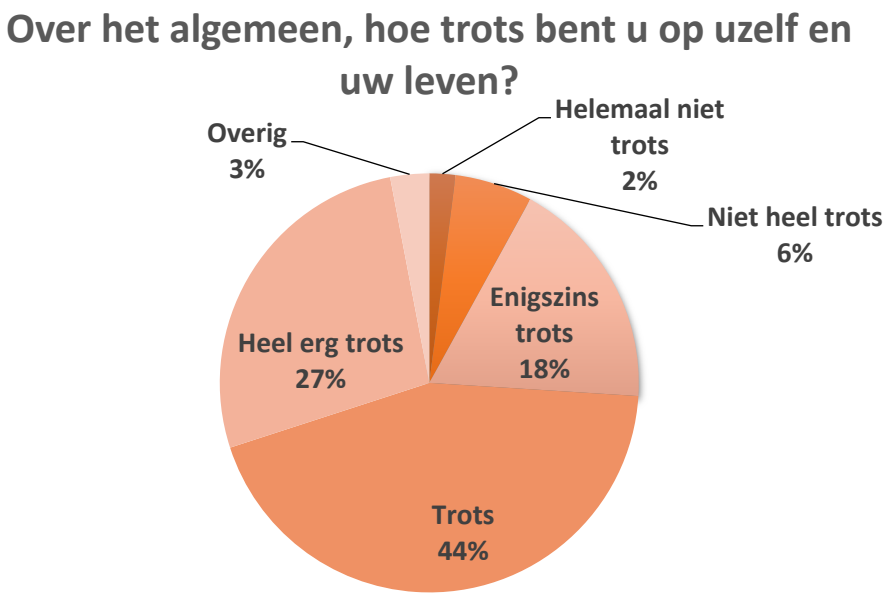
Het tweede thema dat we onderzocht hebben betreft de psychosociale gezondheid. Dit heeft betrekking op het algemeen welbevinden en de sociale contacten. Zoals weergegeven in Tabel 2 in Appendix II geven de deelnemers aan een hoog welbevinden te ervaren. Deelnemers voelen zich doorgaans blij en trots (zie Figuren 11 en 12). Deelnemers zijn over het algemeen tevreden met hun leven, ervaren zingeving en hebben doorgaans het gevoel de regie te hebben over het eigen leven. We hebben daarbij een vergelijking gemaakt tussen homoseksuele en lesbische deelnemers op de vraag hoe trots en blij zij zich voelen. We vonden hier geen verschillen, homoseksuele deelnemers en lesbische deelnemers voelden zich even trots (respectievelijk M = 3.90 en M = 4.00 op een schaal van 1-5; $t(156) = .67$, *ns*) en blij (respectievelijk 3.90 en M = 3.91; $t(156) = .09$, *ns*).

We vinden gemiddeld genomen geen hoge scores op gevoelens van depressiviteit, rusteloosheid of somberheid. De ouderen ervaren hun leven als nagenoeg ideaal en vinden dat zij de belangrijke dingen in hun leven hebben bereikt. Wanneer er wordt gevraagd naar nare gebeurtenissen, rapporteert 5% van de deelnemers dat zij in de afgelopen 12 maanden verbale mishandeling heeft meegemaakt.



Figuur 11

Bijna zeven van de tien LHBTI 65+ deelnemers uit Amsterdam geeft aan soms blij tot heel erg blij te zijn.



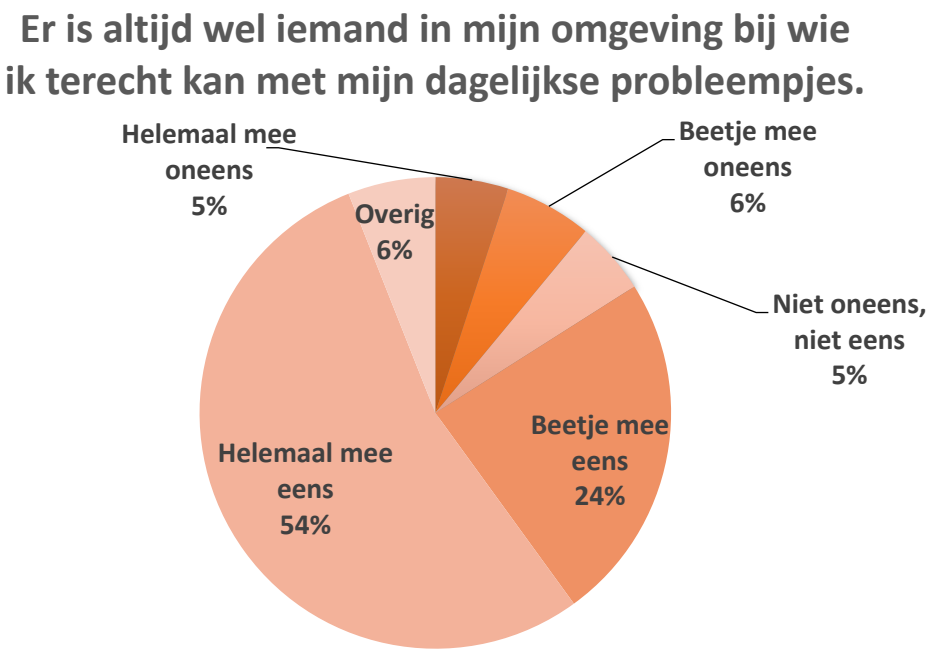
Figuur 12

Bijna driekwart van de LHBTI 65+ deelnemers uit Amsterdam geeft aan trots of heel erg trots te zijn.

Sociaal contact

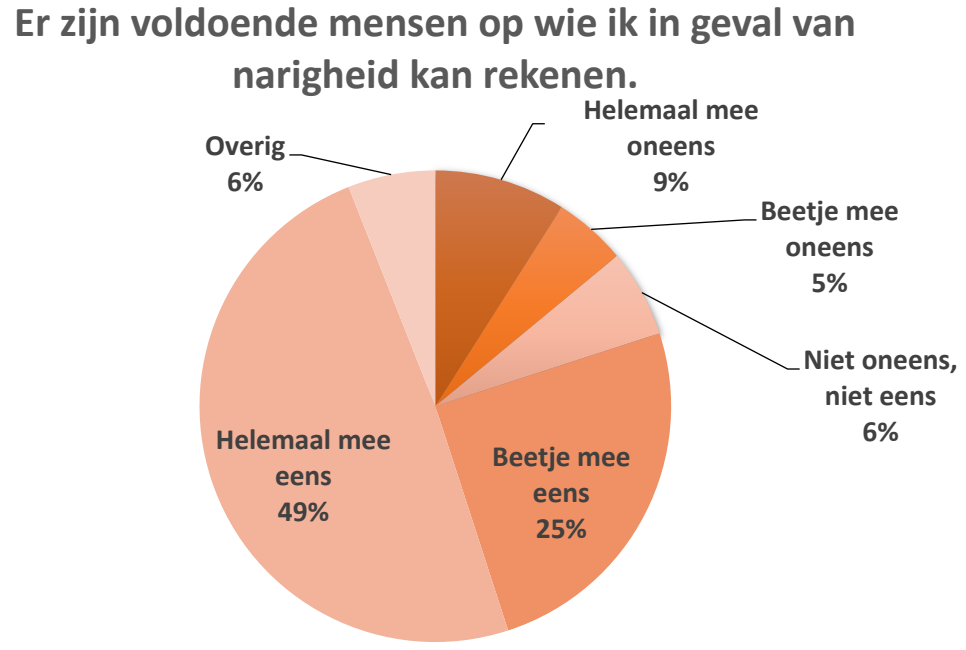
Een belangrijk aspect van psychosociale gezondheid is de sociale omgeving van mensen. Hebben LHBTI 65+ deelnemers veel of weinig sociaal contact? En in welke mate voelen zij zich eenzaam of in de steek gelaten? Een redelijk positief beeld komt naar voren bij sociaal contact met vrienden en in de buurt. De meerderheid geeft aan bij anderen terecht te kunnen in geval van dagelijkse problemen of narigheid (zie Figuren 13 en 14). Eén op de vijf LHBTI 65+ deelnemers uit onze steekproef mist mensen om zich heen en één op de tien voelt zich vaak in de steek gelaten (zie Figuren 15 en 16). Op basis van deze data is te stellen dat de LHBTI 65+ Amsterdammers het behoorlijk goed doen op sociaal gebied.

Als we een vergelijking maken tussen lesbiennes en homoseksuelen dan zijn er geen grote verschillen gevonden met betrekking tot sociale eenzaamheid. Bijvoorbeeld, op de vraag "Ik mis mensen om me heen" geeft 16% (n = 8) van de lesbiennes aan het hier een beetje of helemaal mee eens te zijn, dit is vergelijkbaar met de homoseksuele 65+ deelnemers (19%, n = 22).



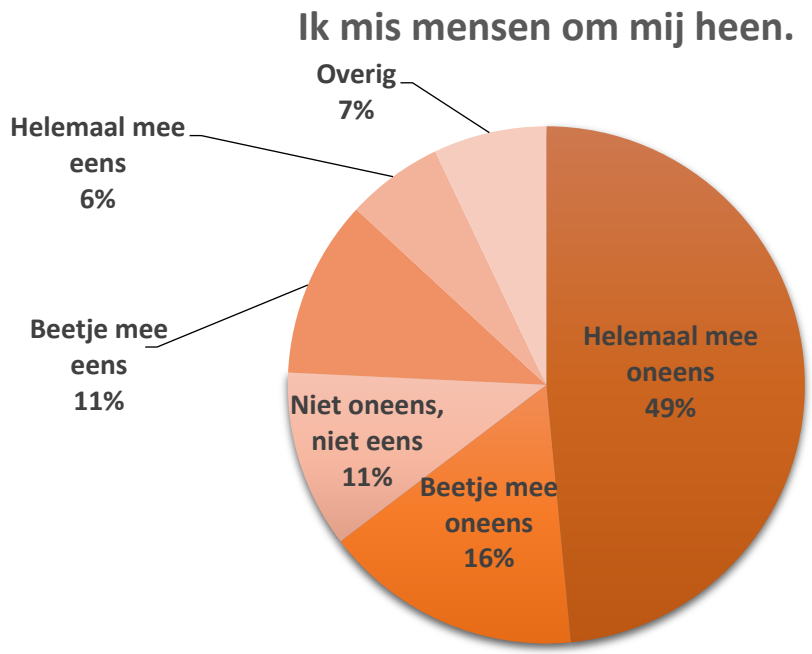
Figuur 13

Eén op de tien LHBTI 65+ deelnemers uit Amsterdam geeft aan niet bij anderen terecht te kunnen in geval van dagelijkse probleempjes.



Figuur 14

Eén op de vijf LHBTI 65+ deelnemers uit Amsterdam geeft aan niet bij voldoende mensen terecht te kunnen in geval van narigheid.



Figuur 15

Eén op de vijf LHBTI 65+ deelnemers uit Amsterdam mist mensen om zich heen.



Figuur 16

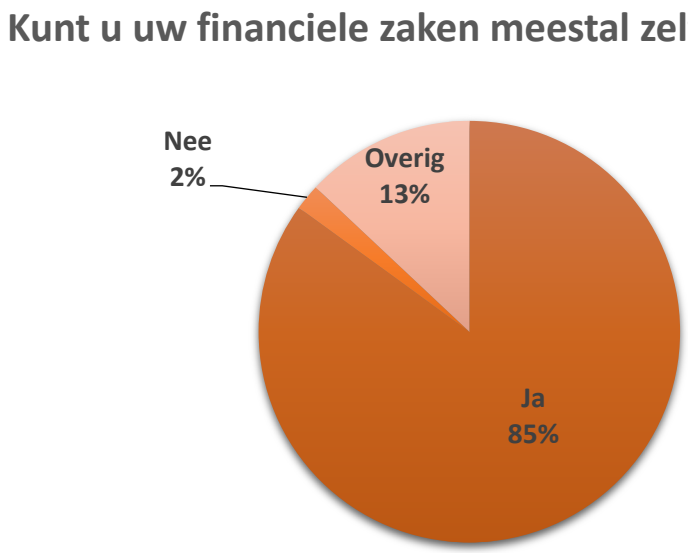
Eén op de tien LHBTI 65+ deelnemers uit Amsterdam geeft aan zich vaak in de steek gelaten te voelen.

Over het algemeen valt te stellen dat het goed gaat met de psychosociale gezondheid van de LHBTI 65+ gemeenschap in Amsterdam. Samengenomen voelde 68% van de deelnemers in deze studie zich blij tot zeer blij en 71% gaf aan zich trots tot heel erg trots te voelen. We vonden geen verschillen tussen homoseksuele en lesbische deelnemers op de vraag hoe trots en blij ze zich voelden. Desalniettemin gaf een best grote groep (5%) aan zich verbaal mishandeld te voelen. Een op de tien deelnemers geeft aan zich vaak in de steek gelaten te voelen en een op de vijf van de deelnemers mist mensen om zich heen.

3 Participatie en ondersteuning

Administratie

Qua invullen van formulieren weet het merendeel van de LHBTI 65+ deelnemers zich prima te redden. Acht van de tien LHBTI 65+ deelnemers geeft aan dat ze hun eigen financiën afhandelen (zie Figuur 17).



Figuur 17

Het merendeel van de LHBTI 65+ deelnemers uit Amsterdam geeft aan hun eigen financiële zaken goed te kunnen afhandelen.

Voor de hoogopgeleide deelnemers hebben we weer een vergelijking gemaakt met de 2016 monitor. 87% (N = 108) van de LHBTI 65+ deelnemers geeft aan formulieren zelf in te kunnen vullen. Dit is iets lager vergeleken met de uitslag van de hoogopgeleide deelnemers in de 2016 monitor waar 94% aangaf zelfstandig formulieren in te kunnen vullen. Achtentachtig procent van de LHBTI 65+ deelnemers geeft aan zelf bankzaken te kunnen afhandelen wat ook iets lager is vergeleken met de 2016 monitor waar 96% aangaf zelf de financiën te regelen.

Hulp bij de persoonlijke verzorging

We hebben ook de zorggebruik en de zorgverlening onder LHBTI 65+ deelnemers onderzocht. Van onze deelnemers gaf slechts een enkeling aan op dit moment hulp te krijgen bij de persoonlijke verzorging (94% gaf aan dit niet te krijgen). Daarentegen geeft een kwart van de deelnemers aan

hulp te krijgen bij huishoudelijke bezigheden (maaltijden bereiden, boodschappen doen, het huis schoonhouden). Van deze groep betaalt een vijfde deel de hulp zelf. In slechts twee gevallen werd de zorg verleend door vrienden, familie, buren of kennissen. Een op de tien deelnemers ontvangt deze zorg vanwege de gezondheid.

Zorggebruik vinden

Achtentwintig procent van de deelnemers geeft aan dat zij niet weten wat zij moeten doen wanneer zij wel zorg wensen te ontvangen, maar deze nog niet krijgen in hun huidige situatie (zie Figuur 18). Dit is een behoorlijk hoog percentage in acht genomen dat onze deelnemers over het algemeen hoog opgeleid zijn.



Figuur 18

Een derde van de LHBTI 65+ deelnemers uit Amsterdam geeft aan niet te weten waar terecht te kunnen indien ze persoonlijke verzorging of hulp in de huishouding zouden wensen.

Mantelzorg

Een derde van de Amsterdamse LHBTI 65+ deelnemers heeft in de afgelopen 12 maanden mantelzorg verleent. Onder hoogopgeleiden was dit 28% (N = 35). Dit is vergelijkbaar met de 2016 monitor waar een kwart van de deelnemers aangaven mantelzorg te verlenen. De LHBTI 65+ mantelzorgers verleenden allen drie maanden of langer zorg met een gemiddelde duur van 5 uur per week. Van de mensen die aangaven zelf mantelzorg te geven gaf 12% aan zich enigszins belast te

voelen hierdoor. Slechts vijf deelnemers (3%) gaven aan zelf mantelzorg te hebben ontvangen. Negen deelnemers (5%) gaven aan particuliere zorg te hebben. Negenentwintig procent van de deelnemers gaf aan niet te weten waar ze terecht kunnen mochten ze zorg nodig hebben (zie Figuur 19). Dit is ook een behoorlijk hoog percentage gezien het hoge opleidingsniveau van onze deelnemers.



Figuur 19

Een derde van de LHBTI 65+ deelnemers uit Amsterdam geeft aan niet te weten waar terecht te kunnen indien ze zorg nodig hebben.

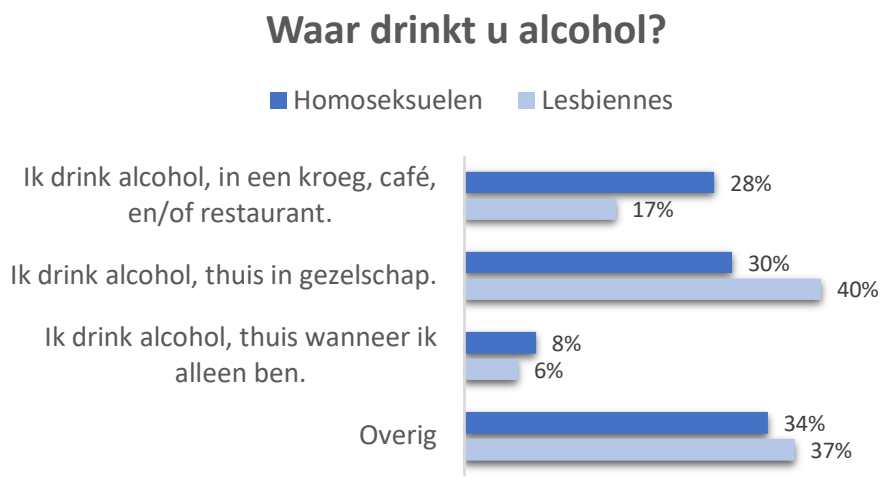
4 Leefgewoonten

Rookgedrag

Naarmate de respondenten ouder worden neemt het rookgedrag af. Achttien procent van de ouderen geeft aan momenteel te roken. Dit in vergelijking met 74% van de deelnemers die aangeven vroeger gerookt te hebben. Onder hoogopgeleide deelnemers was het percentage rokers 15% (N = 18) wat vergelijkbaar is met de hoogopgeleide deelnemers in de 2016 monitor (16%).

Alcoholgebruik

Het overgrote deel van de ouderen drinkt alcohol (79%), zowel de homoseksuele (79%) als lesbische (75%) deelnemers. Dit gebeurt voornamelijk thuis in gezelschap of in de kroeg. Een kleiner deel (ongeveer een tiende) drinkt thuis wanneer zij alleen zijn. In Figuur 20 hebben we het onderverdeeld naar homoseksuele en lesbische deelnemers. Te zien valt dat homoseksuele deelnemers vaker alcohol drinken buitenshuis in gezelschap dan lesbiennes, die vaker thuis in gezelschap alcohol drinken.



Figuur 20

Situaties waarin LHBTI 65+ deelnemers uit Amsterdam alcohol drinken, onderverdeeld naar homoseksuele en lesbische deelnemers.

Voedingsmiddelen

Een derde van de deelnemers geeft aan iedere dag een thuisbereide maaltijd te maken met verse ingrediënten. Eén op de tien deelnemers geeft aan dit niet of nauwelijks te doen of één tot twee dagen per week. We gaven de deelnemers een beschrijving van de dagelijks aanbevolen hoeveelheid voedingsstoffen op basis van de SchijfvanVijf. Zoals te zien in Figuur 21 gaf 30% van de deelnemers aan niet de aanbevolen hoeveelheid voedingsstoffen binnen te krijgen op een dag. Een derde van de deelnemers geeft daarbij aan niet de hoeveelheid vocht te drinken dat wordt aangeraden door het Voedingscentrum Nederland (dat is minstens 8 tot 10 glazen vocht, inclusief thee, koffie en zuivel).

Het monitoronderzoek 2016 onder 65+ Amsterdammers gaf aan dat 7 op de 10 ouderen niet voldoende groente binnenkrijgen. Dit beeld is dus vergelijkbaar met de hoogopgeleide LHBTI 65+ Amsterdammers uit onze steekproef.



Figuur 21

Drie op de tien LHBTI 65+ deelnemers uit Amsterdam geeft aan niet de dagelijkse hoeveelheid voedingsstoffen binnen te krijgen.

Overgewicht

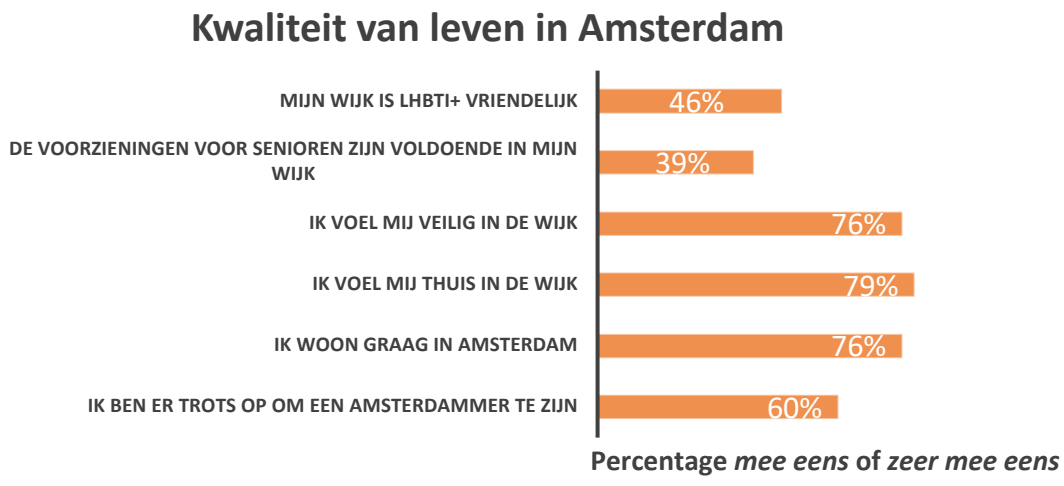
Op basis van de berekende BMI (Body Mass Index) kunnen we concluderen dat ongeveer 1 op de 10 deelnemers kampt met obesitas (een BMI-waarde van 30 of hoger). Als we kijken naar de hoogopgeleide deelnemers dan is het percentage LHBTI 65+ deelnemers met obesitas iets lager (9%) dan in de algemene populatie op basis van de 2016 Gezondheidsmonitor (11%).

Overgewicht (een BMI van 25 of hoger) is een probleem dat geldt voor vele Amsterdamse 65+ inwoners. Zo toonde het eerdergenoemde onderzoek van de GGD onder alle Amsterdammers aan dat 44% van de hoogopgeleide 65+ inwoners kampt met overgewicht (GGD Amsterdam, 2016). Onder de hoogopgeleide LHBTI 65+ deelnemers was dit percentage vergelijkbaar, 46%.

In de Gezondheidsmonitor 65+ uit 2016 wordt gerapporteerd dat mannen vaker aan overgewicht lijden en vrouwen meer met obesitas kampen. We hebben de homoseksuele en lesbische deelnemers van de huidige studie met elkaar vergeleken. Er is geen significant verschil gevonden tussen de BMI waarden van lesbiennes (M = 25.7) en homoseksuelen (M = 25.2; $t(159) = .49$, *ns*).

Kwaliteit van leven in de buurt en de stad

Ook al voelt een aanzienlijk deel van de LHBTI 65+ deelnemers zich wel eens eenzaam, velen geven aan tevreden te zijn met de kwaliteit van leven in de buurt en de stad. Zoals te zien in Figuur 22 is 60% van de deelnemers er trots op om Amsterdammer te zijn. Zesenzeventig procent van de deelnemers geeft aan zich veilig te voelen in de wijk en graag in Amsterdam te wonen. Over seniorenvoorzieningen en LHBTI+ vriendelijkheid is echter minder dan de helft van de deelnemers tevreden.



Figuur 22

Kwaliteit van leven in de wijk en in Amsterdam van LHBTI 65+ deelnemers, percentages geven het deel van de deelnemers weer dat geantwoord heeft met "Mee eens" of "Zeer mee eens".

CONCLUSIES

Het beeld op basis van de resultaten uit onze steekproef is dat het over het algemeen goed gaat met de LHBTI 65+ gemeenschap in Amsterdam en omgeving. Deelnemers voelen zich over het algemeen blij en zijn trots, wat belangrijke indicatoren zijn voor psychologisch welbevinden.

Om een vergelijking te maken hebben we de hoogopgeleide deelnemers (HBO/WO) uit het huidige onderzoek vergeleken met de hoogopgeleide deelnemers uit de GGD Gezondheidsmonitor Amsterdam 2016. Wanneer we de resultaten van de vier thema's - (1) Gezondheid en functioneren, (2) Psychosociale gezondheid, (3) Participatie en ondersteuning, (4) Leefgewoonten - vergelijken met de Amsterdamse Gezondheidsmonitor uit 2016 dan vinden we geen grote verschillen.

Ondanks dat het goed gaat met de deelnemers blijven er uitdagingen. Zo gaf een groep van deelnemers (5%) aan zich in het afgelopen jaar verbale mishandeling te hebben meegemaakt. Ook gaf 1 op de 10 deelnemers aan zich vaak in de steek gelaten te voelen en gaf 1 op de vijf deelnemers aan mensen om zich heen te missen.

Het wordt hoogstwaarschijnlijk een uitdaging voor een deel van onze steekproef met een hoge sociaal economische status en een hoge kwaliteit van leven om dit ook op latere leeftijd te behouden. Hun relatieve deprivatie (het vergelijken van de huidige levensstandaard met die uit het verleden) is naar verwachting groter dan voor mensen met een andere (lagere) kwaliteit van leven. Hier liggen ook uitdagingen voor de overheid en gemeente mensen te faciliteren om hun kwaliteit van leven te bewaren.

Een tweede punt van uitdaging is om de informatievoorziening over zorgmogelijkheden te verbeteren. Negenentwintig procent van onze deelnemers gaf aan niet te weten waar ze terecht kunnen indien ze zorg nodig hebben. Dit is een behoorlijk hoog percentage gezien het feit dat onze deelnemers over het algemeen hoog opgeleid waren.

Beperkingen van het onderzoek

Een grote uitdaging voor dit onderzoek was het werven van voldoende respondenten. Het raadplegen van het ledenbestand van de AmsterdamPinkPanel was een grote hulp, maar bleek onvoldoende. Een Facebookcampagne en de samenwerking opzoeken met meerdere LHBTI

gerelateerde verenigingen was nodig om tot het huidige aantal deelnemers te komen. Een veelgehoorde kritiek op de vragenlijst was dat deze te lang was. Dit zou demotiverend werken om deel te nemen aan de vragenlijst.

Zoals vaak het geval bij moeilijk te bereiken doelgroepen had ook dit onderzoek te lijden onder participatiebias. Onze deelnemers waren vaak hoogopgeleid en over het algemeen fysiek en mentaal gezond. Het merendeel van de deelnemers waren homoseksuele mannen. Lesbische vrouwen waren relatief moeilijk te bereiken. Biseksuele, transgender en interseks deelnemers waren niet of nauwelijks vertegenwoordigd in deze vragenlijst. Wij kunnen dus geen uitspraken doen over deze doelgroepen.

Uit gevoerde gesprekken met deelnemers en organisatoren van roze evenementen komt naar voren dat het bereiken van lesbische 65+ mensen een blijvende uitdaging vormt. Enkele lesbische deelnemers aan dit onderzoek benadrukten dat het gevoel heerst dat studies weinig relevante thema's aankaarten voor hen. De motivatie tot deelname is daarom laag. Om toch onderzoek te kunnen doen bij deze groep zou het gebruik van andere onderzoeksmethoden een oplossing kunnen zijn. Interviews of focusgroep studies zouden verricht kunnen worden om toch inzicht te krijgen in het psychologisch en lichamelijk welzijn van deze moeilijk bereikbare LHBTI 65+ subgroepen.

Ondanks deze beperkingen zien wij dit onderzoek als een waardevolle aanvulling op de GGD Gezondheidsmonitor 2016 over het welzijn onder 65+ inwoners van Amsterdam. Het leert ons dat de LHBTI 65+ gemeenschap over het algemeen positief en sterk in het leven staat, maar ook, net als heteroseksuele 65+ ouderen, gesterkt kan worden in sociale contacten en informatievoorziening in relatie tot zorg.

APPENDIX I

De vragenlijst gebruikt in de studie naar psychologisch en lichamelijk welbevinden van LHBTI 65+ inwoners van Amsterdam en directe omgeving.

ALGEMEEN WELBEVINDEN

1) Over het algemeen, hoe ...

... blij voelt u zich op dit moment?

... trots bent u op uzelf en uw leven?
(1 = helemaal niet tot 5 = helemaal wel)

ALGEMENE GEZONDHEID

2) Hoe is over het algemeen uw gezondheid? Is deze:

1 = Zeer goed

2 = Goed

3 = Gaat wel

4 = Slecht

5 = Zeer slecht

ZIEKTE

3) Heeft u één of meer langdurige ziekten of aandoeningen?
Langdurig is (naar verwachting) 6 maanden of langer.
1 = Ja

2 = Nee

BEPERKINGEN

4) In welke mate bent u vanwege problemen met uw gezondheid sinds 6 maanden of langer beperkt in activiteiten die mensen gewoonlijk doen?

1 = Ernstig beperkt

2 = Wel beperkt, maar niet ernstig

3 = Helemaal niet beperkt

Bij de volgende vragen gaat het erom wat u normaal kunt doen. Het gaat niet om tijdelijke problemen van voorbijgaande aard.
Geef op iedere regel uw antwoord

5) Kunt u een gesprek volgen in een groep van 3 of meer personen (zo nodig met hoorapparaat)?

6) Kunt u met één andere persoon een gesprek voeren (zo nodig met hoorapparaat)?

7) Zijn uw ogen goed genoeg om de kleine letters in de krant te kunnen lezen (zo nodig met bril of contactlenzen)?

8) Kunt u op een afstand van 4 meter het gezicht van iemand herkennen (zo nodig met bril of contactlenzen)?

9) Kunt u een voorwerp van 5 kg (bijvoorbeeld een volle boodschappentas) 10 meter dragen?

10)Kunt u als u staat, bukken en iets van de grond oppakken?

11) Kunt u 400 meter aan een stuk lopen, zonder stil te staan (zo nodig met stok?)

(1 = Ja, zonder enige moeite, 2 = Ja, met enige moeite, 3 = Ja, met grote moeite, 4 = Nee, dat kan ik niet)

12) Hieronder staan een paar handelingen waar sommige mensen moeite mee hebben. Wilt u telkens aangeven of u het zonder moeite, met enige moeite, met grote moeite of alleen met hulp van anderen kan doen?
Geef op iedere regel uw antwoord.

Eten en drinken

Gaan zitten en opstaan uit een stoel

In en uit bed stappen

Aan- en uitkleden

Zich verplaatsen naar een andere kamer op dezelfde verdieping

De trap op- en aflopen

De woning verlaten en binnen gaan

Zich verplaatsen buitenshuis

Het gezicht en handen wassen

Zich volledig wassen

(1 = Zonder moeite, 2 = Met enige moeite, 3 = Met grote moeite, 4 = Alleen met hulp van anderen)

GEZONDHEID HULP

13) Krijgt u op dit moment hulp bij uw persoonlijke verzorging?
Met persoonlijke verzorging bedoelen we één van de volgende handelingen: wassen, baden of douchen, kleden, naar het toilet gaan, opstaan en gaan zitten.

1 = Ja

2 = Nee

Indien Nee verder met 15

14) Van wie krijgt u deze hulp?
Er zijn meerdere antwoorden mogelijk.

Partner of andere huisgenoot

Kind(eren)

Andere familie, vrienden, buren of kennissen

Een hulp die u zelf betaalt

Thuiszorg

Iemand via de 'persoonsgebonden budget regeling' (PGB)

Iemand anders

15) Hieronder staan een aantal handelingen waar sommige mensen moeite mee hebben. Kunt u voor iedere handeling aangeven wat het meeste op u van toepassing is? Het kan zijn dat u sommige dingen nooit doet. In dat geval willen wij graag weten of u het lichamelijk wel nog zou kunnen.

Boodschappen doen

Warme maaltijd klaarmaken

Licht huishoudelijk werk (stof afnemen, afwassen)

Zwaar huishoudelijk werk (dweilen, ramen wassen)

Gebruik maken van eigen vervoer

Gebruik maken van openbaar vervoer

(1 = Zonder moeite, 2 = Met moeite, 3 = Kan het niet vanwege mijn gezondheid, 4 = Kan het niet vanwege andere redenen)

16) Krijgt u op dit moment hulp bij huishoudelijke bezigheden?
Met huishoudelijke bezigheden bedoelen we o.a. maaltijden bereiden, boodschappen doen, het huis schoonhouden.

1 = Ja

2 = Nee

Indien Nee verder met 19

17) Van wie krijgt u deze hulp?
Er zijn meerdere antwoorden mogelijk.

1 = Partner of andere huisgenoot

2 = Kind(eren)

3 = Andere familie, vrienden, buren of kennissen

4 = een hulp die u zelf betaalt

5 = Thuiszorg

6 = Iemand via de 'persoonsgebonden budget regeling' (PGB)

7 = Iemand anders, namelijk: _____

18) Krijgt u deze huishoudelijke hulp vanwege uw gezondheid en/of leeftijd?

1 = Ja

2 = Nee

19) Indien u geen hulp krijgt bij uw persoonlijke verzorging en/of bij huishoudelijke bezigheden en deze **wel** wenst te krijgen. Weet u waar u terecht kunt voor hulp?

1 = Ja

2 = Nee

VALONGEVALLEN

20) Gebruikt u een hulpmiddel bij het lopen?

1 = Nee

2 = Ja, een stok

3 = Ja, een rollator

4 = Ja, een ander hulpmiddel

21) Zit u in een rolstoel?

1 = Ja

2 = Nee

22) Hoe vaak bent u de afgelopen 12 maanden gevallen?

1 = Nooit

2 = 1 keer gevallen

3 = 2 keer gevallen

4 = 3 of meer keer gevallen

Indien 1 verder met 25

23) De laatste keer dat u viel, waar was dat?

1 = Binnenshuis

2 = Buitenshuis

3 = Weet ik niet meer

24) Heeft u letsel opgelopen tijdens de laatste keer dat u viel?
Met letsel wordt bijvoorbeeld bedoeld een open wond, kneuzing, verstuiking of een botbreuk.

1 = Ja

2 = Nee

25) Bent u bang om te vallen?

1 = Nooit

2 = Bijna nooit

3 = Soms

4 = Vaak

5 = Erg vaak

WELBEVINDEN

26) De volgende vragen gaan over hoe u zich voelde in de afgelopen 4 weken.
Geef op iedere regel het antwoord aan dat het beste omschrijft hoe vaak u dit gevoel heeft.

Hoe vaak voelde u zich erg vermoeid zonder duidelijke reden?

Hoe vaak voelde u zich zenuwachtig?

Hoe vaak was u zo zenuwachtig dat u niet tot rust kon komen?

Hoe vaak voelde u zich hopeloos?

Hoe vaak voelde u zich rusteloos of ongedurig?

Hoe vaak voelde u zich zo rusteloos dat u niet meer stil kon zitten?

Hoe vaak voelde u zich somber of depressief?

Hoe vaak had u het gevoel dat alles veel moeite kostte?

Hoe vaak voelde u zich zo somber dat niets hielp om u op te vrolijken?

Hoe vaak vond u zichzelf afkeurenswaardig, minderwaardig of waardeloos?

(1 = Nooit, 2 = Af en toe, 3 = Soms, 4 = Meestal, 5 = Altijd)

27) Kies de antwoordoptie die u het beste bij uzelf vindt passen. Probeer de vragen vlot door te lopen:

In vele opzichten is mijn leven nagenoeg ideaal.

Mijn levensomstandigheden zijn uitstekend.

Ik ben tevreden met mijn leven.

Tot nu toe heb ik de belangrijke dingen in het leven bereikt.

Als ik mijn leven over zou kunnen doen dan zou ik bijna niets veranderen.

Ik ben tevreden met mijn seksleven.

(1 = Helemaal mee oneens, 2 = Een beetje mee oneens, 3 = Neutraal, 4 = Een beetje eens, 5 = Helemaal mee eens)

KIJK OP HET LEVEN

28) Kunt u voor elk van onderstaande stellingen aangeven in hoeverre u het ermee eens bent?
Geef op iedere regel uw antwoord

Ik heb weinig controle over de dingen die me overkomen

Sommige van mijn problemen kan ik met geen mogelijkheid oplossen

Er is weinig dat ik kan doen om belangrijke dingen in mijn leven te veranderen

Ik voel me vaak hulpeloos bij het omgaan met de problemen van het leven

Soms voel ik dat ik een speelbal van het leven ben

Wat er in de toekomst met me gebeurt hangt voor het grootste deel van mezelf af

Ik kan ongeveer alles als ik m'n zinnen erop gezet heb

(1 = Helemaal mee eens, 2 = Mee eens, 3 = Niet mee eens, niet mee oneens, 4 = Niet mee eens, 5 = Helemaal niet mee eens)

ZINGEVING IN HET LEVEN

29) De volgende vragen gaan over hoe uw kijk op het leven.
Sommige van deze vragen kunnen moeilijk zijn, maar wij vragen u om deze toch te beantwoorden.
Geef op iedere regel het antwoord aan dat het beste omschrijft hoe u zich op dit moment voelt.

Op een gewoonlijke dag (1 = verveel ik mij, 5 = voel ik mij enthousiast)

Het leven is voor mij (1 = een dagelijkse routine, 5 = iedere dag weer spannend)

In het leven, heb ik (1 = een dagelijkse routine, 5 = iedere dag weer spannend)

Mijn bestaan voelt voor mij (1 = volledig betekenisloos, zonder doel en reden, 5 = betekenisvol, met een doel en reden)

Elke dag is voor mij (1 = hetzelfde, 2 = steeds weer nieuw en anders)

Als ik mocht kiezen, dan zou ik (1 = liever nooit zijn geboren, 5 = 9 keer opnieuw een leven zoals de mijne willen herleven)

Na mijn pensioen, wil ik (1 = de rest van mijn leven niksen, 2 = leuke dingen doen die ik altijd al heb willen doen

Wat betreft het behalen van mijn levensdoelen (1 = ben ik niet opgeschoten, 5 = heb ik mij volledig ontplooid)

Mijn leven (1 = is leef gevuld met wanhoop, 5 = loopt over van leuke dingen)

Als ik vandaag zou komen te overlijden, dan zou ik denken dat mijn leven (1 = volledig waardeloos was, 5 = helemaal de moeite waard was)

Wanneer ik denk aan mijn leven dan (1 = vraag ik mij dikwijls af waarom ik leef, 5 = zie ik altijd redenen waarom ik besta)

Als ik de wereld aanschouw in relatie tot mijn leven, dan (1 = is de wereld volledig een raadsel voor mij, 5 = past de wereld om mij heen bij mijn leven)

Ik ben een (1 = erg onverantwoordelijk persoon, 5 = ontzettend verantwoordelijk persoon)

Aangaande keuzevrijheid, dan geloof ik dat mensen (1 = volledig gelimiteerd worden door erfelijke eigenschappen en hun omgeving, 5 = volledig vrij zijn om alle keuzes in het leven te maken)

Aangaande de dood, ben ik (1 = onvoorbereid en angstig, 5 = voorbereid en niet bang)

Aangaande suïcide, heb ik (1 = het serieus overwogen als een uitweg, 5 = er nooit serieus over nagedacht)

De mogelijkheden om een doel of missie in dit leven te vinden zijn (1 = praktisch niet aanwezig, 5 = erg goed)

Mijn leven ligt (1 = niet in mijn handen wordt bepaald door externe factoren, 5 = in mijn handen en ik ben volledig in controle)

Mijn dagelijkse bezigheden zijn voor mij (1 = een pijnlijke en saaie ervaring, 5 = een bron van plezier en tevredenheid)

Ik heb in mijn leven (1= geen missie of levensdoel ontdekt, 5 = een levensdoel dat mij voldoening geeft ontdekt)

30) Heeft u weleens last van vergeetachtigheid?

1 = Ja

2 = Nee

31) Maakt u zich weleens zorgen over uw geheugen?

1 = Ja

2 = Nee

32) Wat zijn in maximaal 5 regels uw drie grootste zorgen rondom ouder worden als LHBTI+-persoon?

_____

Indien niks ingevuld bij 32 verder met 34

33) Kunt u ons in maximaal 5 regels hierbij vertellen waarom deze uw grootste zorgen zijn?

_____

MIDDELEN GEBRUIK

34) Rookt u weleens?
We bedoelen hier het roken van alle soorten tabaksproducten, maar niet het gebruik van een elektronische sigaret.

1 = Ja

2 = Nee

Indien 2 verder met ...

35) Heeft u vroeger wel gerookt?

1 = Ja

2 = Nee

Indien 2 verder met 37

36) Hoeveel sigaretten rookt u gemiddeld per dag?

37) Hoe vaak is er in de afgelopen 12 maanden in uw woning gerookt door uzelf of uw huisgenoten?

1 = (Bijna) elke dag

2 = Een paar keer per maand

3 = Minder dan één keer per maand

4 = Nooit

38) Drinkt u alcohol?
(Deze en de volgende vragen over alcohol en gezondheid zijn ook gedeeltelijk in het eerste gedeelte van de vragenlijst bevraagd, we willen u toch vriendelijk verzoeken deze vragen ook te beantwoorden)

1 = Ja

2 = Nee

39) Welke van de volgende situaties is het meest van toepassing voor u?

1 = Ik drink alcohol, thuis wanneer ik alleen ben

2 = Ik drink alcohol, thuis samen met gezelschap

3 = Ik drink alcohol, in een kroeg, café, en/of restaurant

4 = Anders, namelijk _____

40) Heeft u last van slaapproblemen?

1 = Ja, ik heb er last van

2 = Ja, maar ik kan er mee leven

Indien 2 verder met 45

41) Gebruikt u slaapmedicatie?

1 = Ja

2 = Nee

Indien 2 verder met 45

42) Hoe vaak heeft u slaapmedicatie gebruikt in de afgelopen 4 weken?

(*schaal loopt van 1 tot en met 31*)

43) Hoe heet de slaapmedicatie dat u gebruikt?

Naam van de slaapmedicatie: _____

44) Krijgt u de slaapmedicatie voorgeschreven door een arts of koopt u deze zelf? (bijvoorbeeld bij de drogisterij)

1= Op voorschrift van een arts

2 = Ik koop het zelf

VOEDING

45) Bent u de afgelopen 6 maanden 4 kilo of meer afgevallen zonder dit zelf te willen?

1 = Ja

2 = Nee

Het Voedingscentrum Nederland raad volwassenen aan om elke dag 1,5 tot 2 liter te drinken. Dit staat gelijk tot het drinken van 8 tot 10 glazen per dag.

Water drinken afgewisseld met thee en koffie (zonder suiker) is gezond. Ook zuivel telt mee.

46) Drinkt u op een gewoonlijke dag minstens 8 tot 10 glazen vocht?

1 = Ja

2 = Nee

47) Hoeveel dagen in de week eet u gewoonlijk een huisbereide maaltijd?
Met huisbereide maaltijd wordt bedoeld een geheel of gedeeltelijk zelfbereide maaltijd met verse ingrediënten.

1 = Nooit/nauwelijks

2 = Eén tot twee dagen in de week

3 = Drie tot vier dagen in de week

4 = Vijf tot zes dagen in de week

5 = Iedere dag

48) Hoeveel dagen in de week maakt u gewoonlijk gebruik van gezonde maaltijdbezorging of maaltijdservicediensten?

Met gezonde maaltijdbezorging of maaltijdservicediensten wordt bijvoorbeeld bedoeld Tafeltje Dekje.

1 = Nooit/nauwelijks

2 = Eén tot twee dagen in de week

3 = Drie tot vier dagen in de week

4 = Vijf tot zes dagen in de week

5 = Iedere dag

49) Hoeveel dagen in de week maakt u gewoonlijk gebruik van fastfood bezorging diensten?
Met fastfood bezorging diensten wordt bijvoorbeeld bedoeld Deliveroo, Thuisbezorgd, Foodora, enzovoort.

1 = Nooit/nauwelijks

2 = Eén tot twee dagen in de week

3 = Drie tot vier dagen in de week

4 = Vijf tot zes dagen in de week

5 = Iedere dag

50) Hoeveel dagen in de week maakt u gewoonlijk gebruik van kant en klare maaltijden?
Met kant en klare maaltijd wordt bijvoorbeeld bedoeld een opwarm maaltijd, magnetron maaltijd, enzovoort.

1 = Nooit/nauwelijks

2 = Eén tot twee dagen in de week

3 = Drie tot vier dagen in de week

4 = Vijf tot zes dagen in de week

5 = Iedere dag

51) Maakt u gebruik van een boodschappenservice?
Bijvoorbeeld van de Albert Heijn of Picnic.
1 = Ja

2 = Nee

52) Het Voedingscentrum raad schijf van vijf

1 = Ja

2 = Nee

SOCIALE CONTACTEN

53) Kies de antwoordoptie die jij het beste bij jezelf vindt passen. Probeer de vragen vlot door te lopen:

Er is altijd wel iemand in mijn omgeving bij wie ik met mijn dagelijkse probleempjes terecht kan.

Ik mis een echt goede vriend of vriendin.

Ik ervaar een leegte om me heen.

Er zijn genoeg mensen op wie ik in geval van narigheid kan terugvallen.

Ik mis gezelligheid om me heen.

Ik vind mijn kring van kennissen te beperkt.

Ik heb veel mensen op wie ik volledig kan vertrouwen.

Er zijn voldoende mensen met wie ik me nauw verbonden voel.

Ik mis mensen om me heen.

Vaak voel ik me in de steek gelaten.

Wanneer ik daar behoefte aan heb, kan ik altijd bij mijn vrienden terecht.

(1 = Helemaal mee oneens, 2 = Beetje mee oneens, 3 = Niet oneens, niet eens, 4 = Beetje mee eens, 5 = Helemaal mee eens)

54) Kunt u ons in maximaal 5 regels iets vertellen over de mate waarin u zich ondersteund voelt als LHBTI-persoon over de 65?
Denk hierbij aan familie, vrienden, uw community, zorgverleners, enz.

CHRONISCHE ZIEKTEN EN AANDOENINGEN

U bent nu ongeveer op de helft van de vragenlijst aangekomen, de volgende vragen gaan over chronische ziekten en aandoeningen.

55) Wilt u bij de volgende ziekten en aandoeningen aangeven of u die heeft of in de afgelopen

12 maanden heeft gehad?
Geef op iedere regel uw antwoord.

Diabetes (suikerziekte)

(de gevolgen van) Een beroerte, hersenbloeding of herseninfarct

Hartritmestoornis

(de gevolgen van) Een hartinfarct of een andere ernstige hartaandoening (zoals hartfalen of angina pectoris)

Een vorm van kanker (kwaadaardige aandoening)

Migraine of regelmatig ernstige hoofdpijn

Hoge bloeddruk

Astma

COPD (chronische bronchitis of longemfyseem)

Ernstige of hardnekkige darmstoornissen, langer dan 3 maanden

Gewrichtsslijtage (artrose, slijtagereuma) van heupen of knieën

Chronische gewrichtsontsteking (ontstekingsreuma)

Ernstige of hardnekkige aandoening van de rug (incl. hernia)

Andere ernstige of hardnekkige aandoening van de nek, schouder, elleboog, pols of hand

Botontkalking (osteoporose)

Ziekte van het zenuwstelstel (Parkinson, MS, epilepsie)

Depressiviteit

Overspannenheid, burn-out

Angststoornis

Andere langdurige ziekte of aandoening, namelijk

(*1 = Nee, 2 = Ja, niet door arts vastgesteld, 3 = Ja, door arts vastgesteld)*

56) In welke mate wordt u door bovenstaande aandoeningen belemmerd bij het uitvoeren van dagelijkse bezigheden thuis, in uw werk of in uw vrijetijdsbesteding?

(*1= Sterk belemmerd, 2 = Licht belemmerd, 3 = Niet belemmerd, 4 = Niet van toepassing, ik heb in de afgelopen 12 maanden geen van bovenstaande aandoeningen gehad)*

ZORGGEBRUIK

57) Heeft u of iemand in uw huishouden in de afgelopen 12 maanden een medische behandeling of tandheelkundige behandeling nodig gehad, maar deze niet ontvangen?
Indien ja, dan zijn er meerdere redenen mogelijk.

1 = Nee

2 = Ja, de behandeling werd niet door de verzekeraar gedekt

3 = Ja, vanwege het eigen risico/eigen bijdrage

4 = Ja, een lange wachtlijst

5 = Ja, anders namelijk _____

58) Heeft u of iemand in uw huishouden in de afgelopen 12 maanden een behandeling voor psychische problemen nodig gehad, maar deze niet ontvangen?
Indien ja, dan zijn er meerdere redenen mogelijk.

1 = Nee

2 = Ja, de behandeling werd niet door de verzekeraar gedekt

3 = Ja, vanwege het eigen risico/eigen bijdrage

4 = Ja, een lange wachtlijst

5 = Ja, anders namelijk _____

MANTELZORG GEVEN

59) Heeft u in de afgelopen 12 maanden mantelzorg gegeven?

1 = Ja

2 = Nee

Indien 2 verder met 67

60) Geeft u deze mantelzorg nu nog?

1 = Ja

2 = Nee

Indien 2 verder met 67

61) Hoeveel uur mantelzorg geeft u momenteel gemiddeld per week, reistijd meegerekend?
Afronden op hele uren.

_____

62) Hoe lang geeft u al mantelzorg?

1 = Korter dan drie maanden

2 = Drie maanden of langer

63) Aan wie geeft u mantelzorg?

1 = Echtgenoot, echtgenote of partner

2 = Kinderen, schoondochter of schoonzoon

3 = (schoon) Ouders

4 = Andere familieleden

5 = Buren, vrienden, kennissen

64) Woont u bij de persoon/personen aan wie u mantelzorg geeft in huis?

1 = Ja

2 = Nee, de reisafstand is minder dan 5 kilometer

3 = Nee, de reisafstand is 5 kilometer of meer

65) Sommige mensen voelen zich erg belast door de verzorging van een ander. Zij vinden de zorg zwaar en moeilijk vol te houden. Voor andere mensen geldt dat minder. Alles bij elkaar genomen, hoe belast voelt u zich momenteel?

1 = Niet of nauwelijks belast

2 = Enigszins belast

3 = Tamelijk zwaar belast

4 = Zeer zwaar belast

5 = Overbelast

66) Heeft u in de afgelopen 12 maanden gebruik gemaakt van het ondersteuningsaanbod voor mantelzorgers?

1 = Ja

2 = Nee

MANTELZORG ONTVANGEN

67) Heeft u in de afgelopen 12 maanden mantelzorg / particuliere zorg gekregen?

1 = Ja

2 = Nee

Indien 2 verder met 73

68) Wat voor soort zorg ontvangt u?

1 = Mantelzorg

2 = Particuliere zorg

3 = Anders, namelijk _____

69) Hoeveel uur mantelzorg krijgt u momenteel gemiddeld per week?
Afronden op hele uren.

_____

70) Krijgt u deze mantelzorg / particuliere zorg nu nog?

1 = Ja

2 = Nee

71) Komt u (mantel)zorg te kort?

1 = Ja

2 = Nee

72) Vindt u het belangrijk dat de zorg die u ontvangt LHBTI vriendelijk is?

1 = Ja

2 = Nee

73) Indien u geen mantelzorg of particuliere zorg ontvangt, maar deze wel wenst te ontvangen, weet u waar u kunt gaan om dit wel te krijgen?

1 = Ja

2 = Nee

NARE GEBEURTENISSEN THUIS

74) De volgende vragen gaan over nare gebeurtenissen in de thuissituatie. Het gaat om nare gebeurtenissen die u zijn aangedaan door gezinsleden, familieleden, (ex-)partners, huisvrienden, of door personen van wie u thuis afhankelijk bent zoals een professionele zorgverlener, bijvoorbeeld iemand van de thuiszorg of een arts, of een mantelzorger.
Is het in de afgelopen 12 maanden weleens voorgekomen dat iemand in de thuissituatie:
Geef op iedere regel uw antwoord.

U heeft beledigd, getreiterd, gekleineerd of uitgescholden?

U heeft geslagen, geschopt, geknepen of u op een andere manier lichamelijk geweld heeft aangedaan?

U niet wilde helpen met uw persoonlijke verzorging (zoals helpen met wassen of naar het toilet gaan) terwijl die persoon wist dat u hulp nodig had?

U financieel heeft benadeeld? (zoals geld of bezit afpakken of iets kopen op uw kosten zonder uw toestemming)

Uw vrijheid heeft beperkt of uw privacy heeft geschonden? (zoals door het achterhouden van uw post of door u te verbieden het huis uit te gaan of te telefoneren)

Ongewenste seksuele opmerkingen heeft gemaakt of u heeft aangeraakt zonder dat u dat wilde?
(*1 = Ja, 2 = Nee*)

SAMENLEVING

75) Hoe vaak heeft u contact met buren of mensen die bij u in de straat wonen?

1 = Minstens 1 keer per week

2 = 3 Keer per maand

3 = 2 Keer per maand

4 = 1 Keer per maand

5 = Minder dan 1 keer per maand

6 = Zelden of nooit

76) Geef alstublieft uw mening op de volgende stellingen:

Ik ben trots om een Amsterdammer te zijn

Ik woon graag in Amsterdam

Ik voel mij thuis in de wijk

Ik voel mij veilig in de wijk

De voorzieningen voor senioren zijn voldoende in mijn wijk

Mijn wijk is LHBTI vriendelijk

(*1=Zeer mee oneens, 2 = Oneens, 3= Neutraal, 4=Eens, 5= Zeer mee eens, 6= Niet van toepassing)*

77) Voelt u zich weleens gediscrimineerd, bijvoorbeeld vanwege uw geloof of huidskleur, uw seksuele voorkeur, uw leeftijd of om een andere reden?
(Deze vraag is ook bij de APP-intake gesteld, we vragen u toch vriendelijk om ook hier uw antwoord te geven)

1 = Nee, nooit

2 = Ja, soms

3 = Ja, vaak

78) Was dit vanwege uw:
Er zijn meerdere antwoorden mogelijk.

1 = Geloof

2 = Huidskleur

3 = Seksuele voorkeur

4 = Leeftijd

5 = Geslacht

6 = Handicap of chronische ziekte

7 = Anders, namelijk _____

Indien 4 verder met 79

79) Wordt u door uw leeftijd weleens negatief bejegend? Zo ja, kunt u ons in maximaal 5 regels meer vertellen over deze ervaring(en)?

_____

80) Heeft u een huisdier(en)?

1 = Ja

2 = Nee

Indien 1 verder met 81

81) Geef op onderstaande stellingen in welke mate u het ermee eens bent:

Mijn huisdier(en) is een waar genot in mijn leven.

Mijn huisdier(en) is een toevoeging aan mijn leven.

(1 = Helemaal mee oneens, 2 = Beetje mee oneens, 3 = Niet oneens, niet eens, 4 = Beetje mee eens, 5 = Helemaal mee eens)

82) Krijgt u hulp bij de verzorging van uw huisdier(en)?

1 = Nee, ik zorg zelf voor mijn huisdier(en)

2 = Ja, ik krijg hulp bij de verzorging van mijn huisdier(en)

FINANCIELE SITUATIE

83) Heeft u de afgelopen 12 maanden moeite gehad om van het inkomen van uw huishouden rond te komen?

1 = Nee, geen enkele moeite

2 = Nee, geen enkele moeite maar ik moet wel opletten met mijn uitgaven

3 = Ja, enige moeite

4 = Ja, grote moeite

84) Heeft uw huishouden meestal voldoende geld om te volgende dingen te doen?

Uw huis goed verwarmen

Lidmaatschap van een sportclub of vereniging betalen

Bij vrienden of familieleden op visite gaan

(*1 = Ja, 2 = Nee)*

85) Afgelopen zomer was het warm in Nederland, welke van onderstaande situaties is het meest van toepassing in uw situatie:

1 = Ik geniet van warme zomers in Nederland

2 = Ik ondervind last van warme zomer in Nederland

Indien 1 verder met 87

86) Had u voldoende (financiële) middelen om uw woning koel te houden?

1 = Ja

2 = Nee

87) Voor officiële instanties moeten er vaak formulieren worden ingevuld. Kunt u deze formulieren zelf invullen als dat nodig is?

1 = Ja

2 = Nee

Indien 1 verder met 89

88) Heeft u in de afgelopen 12 maanden hulp gehad bij het invullen van formulieren?

1 = Ja

2 = Nee

89) Kunt u uw financiële zaken, zoals rekeningen betalen of andere bankzaken, meestal zelf afhandelen?

1 = Ja

2 = Nee

Indien 1 verder met 91

90) Heeft u in de afgelopen 12 maanden hulp gehad bij het regelen van uw financiën?

1 = Ja

2 = Nee

91) Tot slot, kunt u als u dat wilt, ons in ongeveer 5 regels iets vertellen over hoe uw kijk op "LHBTI+-zijn" is veranderd in de loop van de jaren?

_____

_____

_____

_____

_____

EINDE VRAGENLIJST

Dit is het einde van de vragenlijst. Hartelijk bedankt voor uw medewerking!

Als u vragen heeft, kunt u contact met ons opnemen via amsterdampinkpanel@uva.nl

Wat heeft u gemist in deze vragenlijst? Wat zijn uw suggesties voor toekomstige vragenlijsten?

U kunt uw ideeën en mening in het onderstaande veld invoeren.

We zijn benieuwd naar uw mening!

Het AmsterdamPinkPanel team

APPENDIX II

Tabellen

Tabel 1. Demografische gegevens van de deelnemers (N = 174)

Tabel 2. Resultaten onderverdeeld naar thema (N = 174)

Tabel 1. Demografische gegevens van de deelnemers (N = 174)

	M (SD)	**Bereik**
Leeftijd	71 (4.77)	65-93 jaar
		Aantal (%)
Geslacht	Man	121 (70%)
	Vrouw	50 (28%)
	Man-tot-vrouw transgender	3 (2%)
	Totaal	174 (100%)
Seksuele oriëntatie	Lesbienne	48 (28%)
	Homoseksueel	116 (67%)
	Biseksueel	10 (5%)
Hoogst afgeronde opleiding	VMBO	15 (9%)
	MBO	11 (6%)
	HBO	64 (37%)
	Universiteit	60 (35%)
	Anders	24 (13%)
Jaarlijks huishoudelijk inkomen	Minder dan 35.000 EUR bruto	55 (32%)
	Meer dan 35.000 en minder dan 50.000 EURO bruto	57 (33%)
	Meer dan 50.000 en minder dan 75.000 EURO bruto	32 (18%)
	Meer dan 75.000 en minder dan 100.000 EURO bruto	17 (10%)
	Meer dan 100.000 EURO bruto	7 (4%)
	Zeg ik liever niet	6 (3%)

Relatie status	Alleenstaand	48 (28%)
	Wel een partner, maar niet getrouwd	21 (12%)
	Geregistreerd partnerschap	15 (9%)
	Getrouwd	26 (15%)
	Vraag niet beantwoord	64 (36%)

Tabel 2. Resultaten onderverdeeld naar thema (N = 174)

THEMA		
I) GEZONDHEID		
	Antwoordopties	**Frequentie (percentage)**
Heeft u een of meerdere langdurige ziekten of aandoeningen?	*Ja*	88 (51%)
	Nee	80 (46%)
	Overig	6 (3%)
In welke mate bent u vanwege problemen met uw gezondheid sinds 6 maanden of langer beperkt in activiteiten die mensen gewoonlijk doen?	*Ernstig beperkt*	9 (5%)
	Wel beperkt, maar niet ernstig	61 (35%)
	Helemaal niet beperkt	98 (56%)
	Overig	6 (4%)
Indicatie van overgewicht (op basis van BMI)	*Ondergewicht*	8 (5%)
	Goed gewicht	68 (39%)
	Overgewicht	84 (48%)
	Overig	14 (8%)
Hoe vaak bent u de afgelopen 12 maanden gevallen?	*Nooit*	118 (68%)
	1 keer gevallen	35 (20%)
	2 keer gevallen	8 (5%)
	3 of meer keer gevallen	5 (3%)
	Overig	8 (4%)
Bent u bang om te vallen?	*Nooit*	57 (33%)
	Bijna nooit	64 (37%)
	Soms	38 (22%)
	Vaak	6 (3%)
	Erg vaak	1 (1%)
	Overig	8 (4%)
Wat is uw HIV status?	*HIV negatief*	126 (72%)
	HIF positief	20 (12%)
	Zeg ik liever niet	13 (8%)
	Overig	15 (8%)

Heeft u last van slaapproblemen?	*Ja, ik heb er last van.*	10 (6%)
	Ja, maar ik kan er mee leven.	60 (35%)
	Nee, ik heb er geen last van.	93 (53%)
	Overig	11 (6%)

II) WELBEVINDEN

Indicatoren van psychologisch welbevinden	**Antwoordschaal (1 = negatief of laag, 5 = positief of hoog)**	**Gemiddelde score (standaarddeviatie)**
Psychologisch welzijn	*1 – 5*	4.45 (.55)
Tevredenheid met het leven	*1 – 5*	3.90 (.96)
Ervaren zingeving in het leven	*1 – 5*	3.86 (.51)
Regie over het eigen leven	*1 – 5*	3.87 (.71)
	Antwoordopties	**Frequentie (percentage)**
Over het algemeen, hoe blij voelt u zich op dit moment?	*Helemaal niet blij*	2 (1%)
	Niet heel blij	11 (6%)
	Enigszins blij	38 (22%)
	Blij	69 (40%)
	Heel erg blij	48 (28%)
	Overig	6 (3%)
Over het algemeen, hoe trots bent u op uzelf en uw leven?	*Helemaal niet trots*	3 (2%)
	Niet heel trots	10 (6%)
	Enigszins trots	32 (18%)
	Trots	76 (44%)
	Heel erg trots	47 (27%)
	Overig	6 (3%)

III) Middelengebruik

Rookt u wel eens?	*Ja*	31 (18%)
	Nee	133 (76%)
	Overig	10 (6%)
Heeft u vroeger wel gerookt?	*Ja*	129 (74%)
	Nee	35 (20%)
	Overig	10 (6%)

Drinkt u alcohol?	*Ja*	137 (79%)
	Nee	27 (16%)
	Overig	10 (5%)
In welke situaties drinkt u alcohol?	*Ik drink alcohol, thuis wanneer ik alleen ben.*	16 (9%)
	Ik drink alcohol, thuis in gezelschap.	57 (33%)
	Ik drink alcohol, in een kroeg, café, en/of restaurant.	41 (24%)
	Overig	60 (33%)
Gebruikt u slaapmedicatie?	*Ja*	14 (8%)
	Nee	56 (32%)
	Overig	104 (60%)
Hoe vaak heeft u slaapmedicatie gebruikt in de afgelopen 4 weken?	*1 tot 10 keer*	6 (3%)
	10 tot 20 keer	1 (1%)
	20 tot 30 keer	7 (4%)
Drinkt u op een gewoonlijke dag minstens 8 tot 10 glazen vocht? [In de vragenlijst is een verdere toelichting hierover gegeven]	*Ja*	111 (64%)
	Nee	52 (30%)
	Overig	11 (6%)
Neemt u de dagelijks aanbevolen hoeveelheid voedingsstoffen in op basis van de SchijfvanVijf? [In de vragenlijst is een verdere toelichting hierover gegeven]	*Ja*	111 (64%)
	Nee	52 (30%)
	Overig	11 (6%)

IV) Sociale contacten		
Er is altijd wel iemand in mijn omgeving bij wie ik met mijn dagelijkse probleempjes terecht kan.	*Helemaal mee oneens*	9 (5%)
	Beetje mee oneens	10 (6%)
	Niet oneens, niet eens	8 (5%)
	Beetje mee eens	41 (24%)
	Helemaal mee eens	94 (54%)
	Overig	12 (6%)

Er zijn voldoende mensen op wie ik in geval van narigheid kan terugvallen.	*Helemaal mee oneens*	15 (9%)
	Beetje mee oneens	8 (5%)
	Niet oneens, niet eens	10 (6%)
	Beetje mee eens	44 (25%)
	Helemaal mee eens	85 (49%)
	Overig	12 (6%)
Ik mis mensen om me heen.	*Helemaal mee oneens*	84 (48%)
	Beetje mee oneens	28 (16%)
	Niet oneens, niet eens	19 (11%)
	Beetje mee eens	20 (12%)
	Helemaal mee eens	11 (6%)
	Overig	12 (7%)
Vaak voel ik me in de steek gelaten.	*Helemaal mee oneens*	103 (59%)
	Beetje mee oneens	18 (10%)
	Niet oneens, niet eens	18 (10%)
	Beetje mee eens	14 (8%)
	Helemaal mee eens	9 (5%)
	Overig	12 (7%)
Ik ben er trots op om een Amsterdammer te zijn.	*Helemaal mee oneens*	2 (1%)
	Beetje mee oneens	2 (1%)
	Niet oneens, niet eens	26 (15%)
	Beetje mee eens	42 (24%)
	Helemaal mee eens	63 (36%)
	Overig	39 (22%)
Ik woon graag in Amsterdam.	*Helemaal mee oneens*	3 (2%)
	Beetje mee oneens	-
	Niet oneens, niet eens	3 (2%)
	Beetje mee eens	41 (24%)
	Helemaal mee eens	91 (52%)
	Overig	36 (21%)

Ik voel mij thuis in de wijk waar ik woon.	*Helemaal mee oneens*	3 (2%)
	Beetje mee oneens	2 (1%)
	Niet oneens, niet eens	6 (3%)
	Beetje mee eens	47 (27%)
	Helemaal mee eens	90 (52%)
	Overig	26 (15%)
Ik voel mij veilig in de wijk waar ik woon.	*Helemaal mee oneens*	2 (1%)
	Beetje mee oneens	2 (1%)
	Niet oneens, niet eens	11 (6%)
	Beetje mee eens	46 (26%)
	Helemaal mee eens	86 (49%)
	Overig	27 (15%)
De voorzieningen voor senioren zijn voldoende in mijn wijk.	*Helemaal mee oneens*	4 (2%)
	Beetje mee oneens	7 (4%)
	Niet oneens, niet eens	61 (35%)
	Beetje mee eens	29 (17%)
	Helemaal mee eens	39 (22%)
	Overig	34 (20%)
Mijn wijk is LHBTI vriendelijk	*Helemaal mee oneens*	5 (3%)
	Beetje mee oneens	6 (3%)
	Niet oneens, niet eens	54 (31%)
	Beetje mee eens	39 (22%)
	Helemaal mee eens	41 (24%)
	Overig	29 (16%)
V) Zorggebruik		
Krijgt u op dit moment hulp bij uw persoonlijke verzorging?	*Ja*	2 (1%)
	Nee	164 (94%)
	Overig	8 (4%)
Krijgt u op dit moment hulp bij uw huishoudelijke bezigheden?	*Ja*	42 (24%)
	Nee	124 (71%)
	Overig	8 (5%)

Indien u geen hulp krijgt bij uw persoonlijke verzorging, weet u waar u terecht kunt voor hulp?	*Ja*	118 (68%)
	Nee	48 (28%)
	Overig	8 (4%)
Heeft u in de afgelopen 12 maanden mantelzorg gegeven?	*Ja*	51 (29%)
	Nee	106 (61%)
	Overig	17 (10%)
Heeft u in de afgelopen 12 maanden gebruik gemaakt van mantelzorg of particuliere zorg?	*Ja*	9 (5%)
	Nee	148 (85%)
	Overig	17 (10%)
Indien u geen zorg ontvangt, maar deze wel wenst te ontvangen, weet u wat u moet doen om dit wel te krijgen?	*Ja*	106 (61%)
	Nee	50 (29%)
	Overig	18 (10%)
Voor officiële instanties moeten er vaak formulieren worden ingevuld. Kunt u deze formulieren zelf invullen als dat nodig is?	*Ja*	147 (85%)
	Nee	4 (2%)
	Overig	23 (13%)
Kunt u uw financiële zaken meestal zelf afhandelen?	*Ja*	148 (85%)
	Nee	3 (2%)
	Overig	23 (13%)