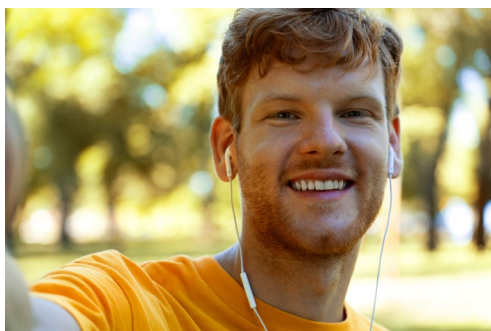


Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen 2023

Medemblik



Inleiding

Het periodiek uitvoeren van grootschalige onderzoeken naar de gezondheid, het welbevinden en de leefstijl van (een deel van) de inwoners van Noord-Holland Noord (NHN) is een wettelijke taak van de GGD. Doel hiervan is o.a. om gemeenten te ondersteunen bij de invulling, ontwikkeling en evaluatie van het gezondheidsbeleid. Dit rapport beschrijft de resultaten van de 4^e regionale Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen in 2023 onder inwoners van 16 t/m 25 jaar. In 2022 is voor het eerst ook een landelijke Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen uitgevoerd om de gevolgen van corona in kaart te brengen. Tussen half mei en augustus 2023 vulden 4.970 jongvolwassenen uit Noord-Holland Noord de online vragenlijst in, waarvan 335 uit Medemblik. Jongvolwassenen zijn actief benaderd om deel te nemen via (betaalde) berichten op sociale media; ook via gemeenten, het soa-sprekruur, jongerenwerkers en scholen zijn jongvolwassenen gevraagd om de vragenlijst in te vullen. Deelname was anoniem. Onder de deelnemers zijn waardebonnen t.w.v. €10 en een aantal grote prijzen verloot.

Inhoud

Leeswijzer	2
Belangrijkste resultaten	3
Samenvatting	4
1. Achtergrondkenmerken	7
2. Wonen, relaties, werk, opleiding en financiën	8
3. Gezondheid	10
4. Mentaal welbevinden	12
5. Weerbaarheid, veerkracht en vertrouwen	17
6. Sociale omgeving	21
7. Seksualiteit	23
8. Roken, alcohol en middelengebruik	25
9. Sporten, bewegen, BMI en voeding	29
10. Sociale media, gamen en sexting	32
Bijlage	34-51
Tabellen Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen 2023:	
• Resultaten 2017-2023 (Medemblik en NHN)	
• Resultaten naar gender, leeftijd en opleidingsniveau	

Algemeen

- De resultaten in dit rapport hebben, tenzij anders is aangegeven, betrekking op de jongvolwassenen van 16 t/m 25 jaar uit gemeente Medemblik.
- In elk hoofdstuk zijn in de zijlijn de belangrijkste resultaten met pictogrammen weergegeven; dit zijn percentages van het totaal aantal jongvolwassenen uit Medemblik.
- Elk hoofdstuk bevat een tabel met de resultaten van Medemblik en van Noord-Holland Noord (NHN). Aangegeven wordt of de resultaten in 2023 afwijken van 2022 en of de resultaten van de gemeente afwijken van de resultaten van NHN (2023). Zie de bijlage voor een uitgebreidere versie van deze tabellen.
- Voor een betrouwbare afspiegeling van het werkelijke aantal jongvolwassenen in de gemeente en de regio NHN zijn de gegevens gestandaardiseerd (gewogen) naar leeftijd (leeftijdscategorieën 16 en 17 jaar, 18 t/m 20 jaar en 21 t/m 25 jaar), gender (op basis van geslacht) en gemeente.
- Jongvolwassenen die bij de vraag naar gender 'non-binair' of 'anders' hebben aangegeven, zijn voor het berekenen van de standaardisatiefactor (weegfactor) willekeurig ingedeeld bij de mannen of de vrouwen in de verhouding 1:3 (gebaseerd op de verdeling mannen/vrouwen in de ruwe data).
- Het opleidingsniveau is bepaald op basis van de huidige opleiding óf de hoogste afgeronde opleiding als jongvolwassenen geen opleiding (meer) volgen. Het opleidingsniveau bestaat uit 3 categorieën: 1) praktisch opgeleid (zonder opleiding, vso, praktijkonderwijs, vmbo en mbo), 2) havo of hbo en 3) vwo of wo. De categorieën 2) en 3) vormen samen de categorie theoretisch opgeleid.

Verschillen tussen groepen jongvolwassenen

- Er is onderzocht of er verschillen zijn tussen groepen jongvolwassenen; het gaat hierbij om verschillen tussen gender (mannen/vrouwen), leeftijd (16-17 jaar, 18 t/m 20 jaar en 21 t/m 25 jaar) en opleidingsniveau (praktisch opgeleid, havo/hbo en vwo/wo). Aangegeven verschillen tussen groepen jongvolwassenen (gender, leeftijd en opleidingsniveau) zijn gebaseerd op verschillen tussen groepen **binnen Noord-Holland Noord**. In verband met het geringe aantal respondenten per groep in een gemeente zijn de resultaten op gemeenteniveau **niet** uitgesplitst naar gender, leeftijd of opleidingsniveau.
- Een aangegeven verschil tussen groepen jongvolwassenen binnen Noord-Holland Noord betreft een significant verschil (p -waarde $< 0,05$). Een significant verschil betekent dat de kans dat een gerapporteerd verschil op toeval berust kleiner is dan 5%. Bij leeftijd en opleidingsniveau is er minstens één verschil tussen 2 van de 3 verschillende groepen significant. Bijvoorbeeld: 16/17-jarigen verschillen van 21 t/m 25 jarigen, maar niet van 18 t/m 20 jarigen.
- Verschillen tussen groepen jongvolwassenen binnen Noord-Holland Noord zijn weergegeven in grafieken in de afzonderlijke hoofdstukken en achterin het rapport bij de tabellen naar gender, leeftijd en opleidingsniveau.

Vergelijking met voorgaande jaren

- Waar mogelijk worden zowel de resultaten uit 2023 van gemeente Medemblik en de regio Noord-Holland Noord als de vergelijkbare resultaten van Gezondheidsmonitors Jongvolwassenen uit eerdere jaren (2017, 2019, 2021 en 2022) gepresenteerd. In 2017, 2019 en 2021 zijn regionale Gezondheidsmonitors in Noord-Holland Noord uitgevoerd, in 2022 is een landelijke corona Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen uitgevoerd in alle GGD-regio's van Nederland. Vergelijking met eerdere jaren is soms niet mogelijk omdat een bepaald onderwerp niet is opgenomen in één of meer van de voorgaande vragenlijsten of op een andere manier is uitgevraagd.
- De resultaten over de periode 2017-2023 zijn, waar mogelijk, weergegeven in de grafieken in de verschillende hoofdstukken en in de tabellen in de bijlage van het rapport.
- De resultaten van 2023 zijn vergeleken met de resultaten uit 2022; significante verschillen ($p < 0,05$) zijn aangegeven in de tabellen. Bij ontbreken van resultaten uit 2022: **geen** toetsing met resultaten uit 2021 of eerdere jaren.

Legenda bij tabellen in hoofdstukken en bijlage

Vergelijking gemeente versus NHN (2023) en tussen groepen jongvolwassenen binnen NHN:

- geen gegevens
- geen significant verschil
- significant verschil (positief)
- significant verschil (negatief)
- significant verschil (neutraal)

Bij een significant verschil is $p < 0,05$

Vergelijking van resultaten 2023 versus 2022, gemeente of NHN:

- geen gegevens
- ↔ geen significant verschil tussen 2023 en 2022
- ↑ % 2023 is significant hoger dan in 2022 en gunstiger
- ↓ % 2023 is significant lager dan in 2022 en gunstiger
- ↑ % 2023 is significant hoger dan in 2022 en ongunstiger
- ↓ % 2023 is significant lager dan in 2022 en ongunstiger
- ↑ % 2023 is significant hoger dan in 2022 (neutraal)
- ↓ % 2023 is significant lager dan in 2022 (neutraal)

Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen 2023

Belangrijkste resultaten Medemblik



NHN: 25,3%

21,8%

2022: 27,1%

heeft moeite met alles te betalen wat moet



NHN: 40,1%

38,5%

2022: 37,7%

is ooit lichamelijk en/of geestelijk mishandeld



NHN: 75,4%

76,3%

2022: 63,7%

ervaart zijn of haar gezondheid als goed tot zeer goed



NHN: 24,4%

23,1%

2022: 16,4%

heeft ooit een ongewenste seksuele ervaring gehad



NHN: 68,3%

74,0%

2022: 63,1%

was afgelopen maand vaak tot voortdurend gelukkig



NHN: 13,4%

16,4%

2022: 11,3%

rookt dagelijks



NHN: 35,5%

29,5%

2022: 41,4%

voelt zich (heel) vaak gestrest



NHN: 80,2%

80,3%

2022: 80,1%

heeft afgelopen maand alcohol gedronken



NHN: 37,2%

32,1%

2022: 50,0%

heeft psychische klachten (MHI-5 licht tot ernstig)



NHN: 14,8%

10,1%

2022: 12,8%

heeft afgelopen maand hasj of wiet gebruikt



NHN: 22,7%

18,3%

2022: 25,6%

heeft afgelopen jaar serieus gedacht over zelfdoding (enkele keer tot heel vaak)



NHN: 12,5%

15,5%

2022: 8,3%

heeft afgelopen maand harddrugs of partydrugs gebruikt



NHN: 21,2%

17,1%

2022: 22,6%

is sterk eenzaam (sociaal en/of emotioneel)



NHN: 63,3%

62,9%

2022: 59,5%

sport op minstens 2 dagen per week



NHN: 46,3%

48,3%

2022: 37,7%

is (heel) tevreden met eigen leven (cijfer ≥ 8)



NHN: 72,9%

69,3%

2022: 68,8%

heeft een gezond gewicht

Samenvatting

In dit hoofdstuk worden de belangrijkste resultaten van gemeente Medemblik uit de Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen 2023 weergegeven. Voor verschillen tussen groepen jongvolwassenen worden de resultaten van de gehele regio Noord-Holland Noord gebruikt.

Wonen, relaties, werk, opleiding en financiën

De meerderheid van de jongvolwassenen **woont bij zijn of haar ouder(s)**, namelijk 83,4%. Het percentage dat bij zijn of haar ouder(s) woont is afgenomen ten opzichte van 2022. Jonge mannen wonen vaker bij hun ouder(s) dan jonge vrouwen. Hoe ouder de jongvolwassenen zijn, des te vaker zij niet meer bij hun ouder(s) wonen. 73,1% van de jongvolwassenen heeft een **goede relatie met zijn of haar ouder(s)** en geeft deze relatie een 8 of hoger.

94,9% heeft **betaald werk** en 62,9% volgt **een opleiding**. Het percentage jongvolwassenen dat een opleiding volgt is tussen 2022 en 2023 gedaald. 21,8% heeft **moeite om alles te betalen wat moet** en 22,8% heeft **het gevoel weinig controle te hebben over zijn of haar geldzaken**. 9,6% heeft **schulden**; ten opzichte van 2022 is het percentage jongvolwassenen met schulden gedaald. 5,1% heeft een **schuld van €1.000 of meer**. Het percentage jongvolwassenen met schulden neemt toe met de leeftijd en af naarmate het opleidingsniveau stijgt. Bijna een derde van de jongvolwassenen (26,5%) heeft een **studieschuld**; 5,0% heeft een **studieschuld van €30.000 of meer**. 20,4% heeft afgelopen jaar **online gegokt** en 8,9% heeft weleens **meer geld vergokt dan het plan was**. 24,1% **doet aan beleggen**, bijvoorbeeld in aandelen of cryptomunten. Vrouwen, minderjarige jongvolwassenen en jongvolwassenen met een vwo/wo-opleiding gokken en beleggen het minst.

Gezondheid

76,3% vindt zijn of haar **eigen gezondheid goed of zeer goed**; dit percentage is, na een daling in de periode 2017-2022, in 2023 gestegen. Mannen en jongvolwassenen met een theoretische opleiding vinden hun gezondheid vaker goed of zeer goed dan vrouwen en praktisch opgeleide jongvolwassenen. 52,1% **slaapt (heel) goed**; 23,9% voelt zich **(bijna) iedere dag moe**. 29,4% had afgelopen maand **moeite met inslapen of doorslapen** en 7,8% gebruikte afgelopen maand **slaapmiddelen**. Vrouwen en praktisch opgeleide jongvolwassenen zijn het vaakst slechte slapers: ze zijn het vaakst moe overdag en hebben het vaakst slaapproblemen.

62,9% heeft **last van het gehoor op een plek met harde muziek** of daarna; 31,1% draagt **meestal of altijd oordoppen** bij het uitgaan, een concert of een festival.

Mentaal welbevinden

74,0% voelde zich de afgelopen maand **vaak tot voortdurend gelukkig**; dit percentage is hoger dan in 2022. Het percentage dat zich **(heel) vaak gestrest** voelt is afgenomen tussen 2022 en 2023 en is 29,5%; 28,3% voelt zich (bijna) nooit gestrest. School of studie, werk, eisen stellen aan zichzelf en stress door alles wat zij moeten doen zijn de meest voorkomende stressfactoren. 51,4% vindt dat **stress van invloed is op zijn of haar gezondheid**.

Minder jongvolwassenen dan in 2022 hebben **psychische klachten**, namelijk 32,1%. Zowel het percentage lichte psychische klachten als het percentage matige en het percentage ernstige psychische klachten is afgenomen. 12,0% voelt zich in het dagelijks leven **vaak tot voortdurend beperkt door psychische klachten**. 11,3% van de jongvolwassenen had afgelopen jaar een **depressie**, 7,9% had een **angststoornis**, 4,2% een **burn-out** en 5,7% een **eetstoornis**.

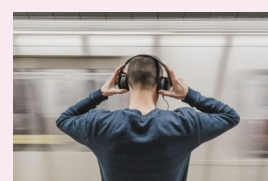
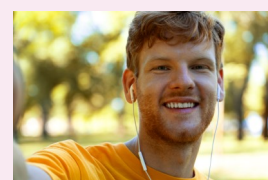
18,4% heeft afgelopen jaar **hulp gezocht voor psychische klachten**; 8,6% is afgelopen jaar **behandeld voor psychische klachten** door een professional. 4,7% gebruikte afgelopen jaar **middelen tegen psychische klachten**.

6,6% heeft het afgelopen jaar **zichzelf meerdere keren opzettelijk verwond of pijn gedaan** omdat hij of zij zich rot voelde. Dit kwam het vaakst voor bij vrouwen en minderjarigen.

18,3% heeft het afgelopen jaar weleens **serieus gedacht over zelfdoding**; tussen 2022 en 2023 is dit percentage gedaald. 1,3% deed een **poging tot zelfdoding**.

Eenzaamheid onder jongvolwassenen is gedaald tussen 2022 en 2023. 47,7% voelt zich enigszins tot sterk eenzaam; 17,1% is **sterk eenzaam**.

Mannen zijn mentaal gezonder dan vrouwen: ze zijn vaker gelukkig, ervaren minder stress, hebben minder psychische klachten of een psychische aandoening (m.u.v. burn-out), verwonden zichzelf minder vaak en zijn minder vaak eenzaam. Er is geen verschil tussen mannen en vrouwen bij gedachten over zelfdoding op poging tot zelfdoding. Bij mentale gezondheid is er weinig verschil tussen de verschillende leeftijdscategorieën. Stress komt vaker voor bij jongvolwassenen met een vwo/wo-opleiding, praktisch opgeleide jongvolwassenen voelen zich het vaakst belemmerd door psychische klachten en zijn het vaakst eenzaam.



Weerbaarheid, veerkracht en vertrouwen

85,9% is **voldoende weerbaar**; dit percentage wijkt niet af van 2022. Mannen zijn vaker voldoende weerbaar dan vrouwen; jongvolwassenen met een vwo/wo-opleiding zijn minder vaak voldoende weerbaar dan praktisch opgeleide jongvolwassenen en jongvolwassenen met een havo/hbo-opleiding. 72,5% **herstelt snel na een moeilijke periode** en 22,1% vindt het **moeilijk om stressvolle gebeurtenissen te doorstaan**. De veerkracht van jongvolwassenen is groter dan in 2022. Vrouwen en praktisch opgeleide jongvolwassenen zijn het minst veerkrachtig; zij herstellen minder snel na een moeilijke periode en vinden het moeilijker om stressvolle gebeurtenissen te doorstaan. Jongvolwassenen zijn vaker tevreden met zichzelf, hun lichaam en hun leven dan in 2022; ook hebben zij vaker veel vertrouwen in de toekomst. 50,3% is **(heel) tevreden met zichzelf**, 34,8% is **(heel) tevreden met zijn of haar lichaam** en 48,3% is **(heel) tevreden met zijn of haar leven**; 52,8% heeft **veel vertrouwen in de toekomst**. Mannen zijn vaker tevreden en hebben vaker veel vertrouwen in de toekomst dan vrouwen. Havo/hbo-opgeleide jongvolwassenen zijn het minst tevreden met zichzelf; vwo/wo-opgeleide jongvolwassenen hebben het vaakst veel vertrouwen in de toekomst. 87,5% maakt zich (veel) **zorgen over één of meer maatschappelijke thema's**; jongvolwassenen maken zich het meeste zorgen over de woningmarkt, de financiële situatie en het klimaat.

Sociale omgeving

5,2% heeft het afgelopen jaar **mantelzorg** gegeven; het percentage mantelzorgers is niet significant veranderd tussen 2022 en 2023. Vrouwen zijn vaker mantelzorger dan mannen en praktisch opgeleide jongvolwassenen vaker dan jongvolwassenen met een theoretische opleiding. 13,8% doet **vrijwilligerswerk**. Van alle jongvolwassenen is 38,5% **ooit lichamelijk en/of geestelijk mishandeld**; 10,9% is **ooit mishandeld in de thuissituatie**. Het percentage jongvolwassenen dat **ooit geestelijk is mishandeld** (37,9%) is fors hoger dan het percentage dat **ooit lichamelijk is mishandeld** (9,4%). Het percentage jongvolwassenen dat te maken heeft (gehad) met mishandeling wijkt niet af van 2022; vrouwen zijn vaker mishandeld dan mannen. Naarmate het opleidingsniveau stijgt hebben minder jongvolwassenen vaak te maken met mishandeling. 48,0% **voelt zich weleens onveilig**; mannen en praktisch opgeleide jongvolwassenen voelen zich met minst vaak onveilig. Jongvolwassenen voelen zich het vaakst onveilig op straat buiten de eigen woonbuurt, in het openbaar vervoer en bij het uitgaan.

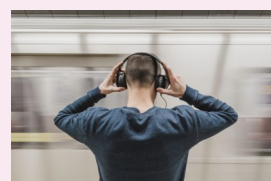
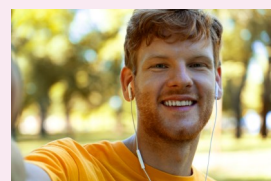
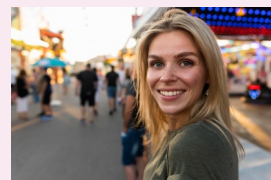
Seksualiteit

68,7% van de jongvolwassenen heeft **seksuele ervaring**, 4,0% was **jonger dan 14 jaar bij de 1e keer**. De gemiddelde leeftijd waarop jongvolwassenen voor het eerst seks hebben is 16,7 jaar. Vrouwen hebben vaker seksuele ervaring dan mannen en praktisch opgeleide jongvolwassenen hebben het vaker seksuele ervaring dan theoretisch opgeleide jongvolwassenen. Het percentage jongvolwassenen met seksuele ervaring stijgt met de leeftijd. 32,7% van de seksueel actieve jongvolwassenen heeft bij de laatste keer een **condoom gebruikt**; 67,3% gebruikte geen condoom. Er is geen vergelijking mogelijk met 2022. 75,2% maakte bij het laatste seksuele contact (ook) **gebruik van een voorbehoedsmiddel**, zoals de pil (36,3%) en het spiraaltje (19,4%). 22,2% van de seksueel actieve jongvolwassenen heeft ooit een **soa-test** gedaan; 19,0% heeft het **afgelopen jaar een soa** gehad. 23,1% heeft ooit een **ongewenste seksuele ervaring** gehad, 3,7% had een **ongewenste seksuele ervaring thuis**. Vrouwen hebben vaker een ongewenste seksuele ervaring gehad dan mannen en het percentage jongvolwassenen dat hiermee te maken heeft gehad stijgt met de leeftijd.

Roken, alcohol en middelengebruik

47,9% van de jongvolwassenen heeft **ooit gerookt** en 16,4% **rookt dagelijks**; het percentage rokers is het tussen 2022 en 2023 niet gestegen. Mannen roken vaker dan vrouwen en het percentage stijgt met de leeftijd. Praktisch opgeleide jongvolwassenen roken vaker dan jongvolwassenen met een theoretische opleiding. 38,6% heeft **ooit gevapet** en 11,6% **vapet minstens 1 keer per week**. Minderjarige jongvolwassenen vaperen vaker dan meerderjarigen. 7,5% van de jongvolwassenen gebruikte **ooit snus**. 83,7% **drinkt alcohol** en 80,3% dronk **afgelopen maand alcohol**. Er is geen verschil tussen mannen en vrouwen in gebruik van alcohol. 11,3% **drinkt meestal 10 glazen alcohol** of meer bij één gelegenheid. 65,4% dronk afgelopen maand minstens één keer 5 drankjes bij 1 gelegenheid en is, volgens de norm voor jeugdigen, een **binge drinker**; 24,7% deed dit 5 keer of vaker in de afgelopen maand (**zwaar binge drinken**). 63,0% is **afgelopen maand dronken of aangeschoten** geweest. Mannen en meerderjarigen zijn vaker overmatig alcoholgebruikers dan vrouwen en minderjarigen. Havo/hbo-opgeleide jongvolwassenen gebruiken het vaakst veel en vaak alcohol. Van de minderjarigen drinkt 65,8% alcohol; zij drinken het vaakst bij vrienden en bij het uitgaan. Alcohol krijgen zij het vaakst van hun vrienden of hun ouders. 52,7% van de ouders van minderjarige alcoholgebruikers keurt dit goed en 2,7% zegt er niks van.

10,1% gebruikte **afgelopen maand hasj of wiet**. Er is weinig verschil in het gebruik van hasj of wiet tussen 2022 en 2023. Mannen en praktisch opgeleide jongvolwassenen gebruiken vaker hasj of wiet dan vrouwen en jongvolwassenen met een theoretische opleiding.



23,6% gebruikt **party- of harddrugs** en 15,5% gebruikte **afgelopen maand drugs**. Het drugsgebruik in de afgelopen maand is in de regio NHN significant toegenomen tussen 2022 en 2023; deze toename geldt niet in alle afzonderlijke gemeenten. De meest gebruikte drugs zijn XTC, cocaïne en ketamine. Mannen gebruiken meer dan vrouwen en het gebruik neemt toe met de leeftijd. 3,1% gebruikt weleens **ADHD-medicijnen zonder recept** om zich beter te kunnen concentreren.

Sporten, bewegen, BMI en voeding

72,2% van de jongvolwassenen **sport wekelijks** en 62,9% **sport op minstens 2 dagen per week**. Het percentage dat minstens 2 keer per week sport is niet veranderd tussen 2022 en 2023. 56,2% is lid van **een sportvereniging**; ook dit percentage is niet significant veranderd ten opzichte van 2022. 17,3% **beweegt dagelijks minstens een uur** (beweegnorm voor jongeren). Er is geen vergelijking mogelijk met 2022, maar het percentage dat minstens een uur beweegt is afgenomen tussen 2017 en 2023. Mannen en minderjarigen sporten het vaakst minstens 2 keer per week, zijn het vaakst lid van een sportvereniging en bewegen het vaakst dagelijks een uur. Jongvolwassenen met een praktische opleiding sporten en bewegen het minst vaak. 69,3% heeft een **gezond gewicht** en 27,1% heeft **overgewicht**. Overgewicht komt vaker voor bij vrouwen en meerderjarigen jongvolwassenen. 53,6% van de jongvolwassenen vindt zelf dat hij of zij over het algemeen (heel) **gezond eet en drinkt**.

Sociale media, gamen en sexting

14,8% van de jongvolwassenen besteedt **dagelijks minstens 5 uur aan sociale media** en 1,9% besteedt **dagelijks minstens 5 uur aan gamen**. Vrouwen besteden vaker minstens 5 uur aan sociale media, mannen besteden vaker minstens 5 uur aan gamen. Vrouwen vinden zichzelf vaker verslaafd aan sociale media en gamen. De tijdsbesteding aan sociale media en gamen neemt af met de leeftijd; vooral minderjarigen besteden veel tijd hieraan. Praktisch opgeleide jongvolwassenen besteden het vaakst dagelijks minstens 5 uur aan sociale media; vwo/wo-opgeleide jongvolwassenen vinden zichzelf het vaakst verslaafd hieraan. 59,6% vindt zichzelf een beetje tot erg **verslaafd aan sociale media** en 52,5% vindt zichzelf een beetje tot erg **verslaafd aan gamen**. 16,7% heeft het afgelopen jaar een **naaktfoto of -filmpje van zichzelf verspreid** via internet, 2,9% **verspreidde een naaktfoto of filmpje van een ander** en van 3,5% is **ooit ongewenst een naaktfoto of -filmpje van zichzelf door een ander verspreid**. Meerderjarigen verspreiden vaker een naaktfoto van zichzelf dan minderjarigen, praktisch opgeleide jongvolwassenen verspreiden het vaakst een naaktfoto van een ander. Van vrouwen en praktisch opgeleide jongvolwassenen hebben het vaakst te maken met ongewenste verspreiding van een naaktfoto van zichzelf.

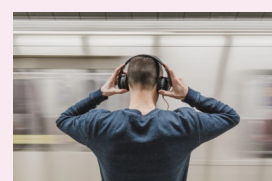
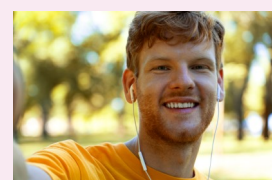
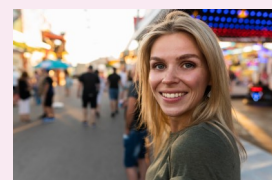
Trends (2023 versus 2022):

- Jongvolwassenen vinden hun eigen gezondheid vaker goed of zeer goed.
- De mentale gezondheid is verbeterd: jongvolwassenen zijn vaker gelukkig en hebben minder stress, minder psychische klachten, minder serieuze gedachten over zelfdoding en zijn minder eenzaam.
- De veerkracht en de tevredenheid met zichzelf, het eigen lichaam en het eigen leven zijn toegenomen. Jongvolwassenen hebben meer vertrouwen in de toekomst. De weerbaarheid is vergelijkbaar met 2022.
- Voor de gehele regio NHN is het recent gebruik (afgelopen maand) van (party)drugs toegenomen; dit geldt niet (altijd) voor de afzonderlijke gemeenten.
- Jongvolwassenen wonen minder vaak bij hun ouders en volgen minder vaak een opleiding.

Risicogroepen:

- Vrouwen ongunstiger dan mannen:** ervaren gezondheid, slaapproblemen, vermoeidheid, mentale gezondheid (geluk, stress, psychische klachten, psychische aandoeningen, zelfbeschadiging, eenzaamheid), weerbaarheid, veerkracht (herstel na een moeilijke periode, doorstaan van stressvolle gebeurtenissen), tevredenheid met zichzelf, eigen lichaam, eigen leven, vertrouwen in de toekomst, mishandeling, ongewenste seksuele ervaring, sporten, lidmaatschap sportvereniging, bewegen en overgewicht
- Mannen ongunstiger dan vrouwen:** online gokken, meer geld vergokken dan het plan was, roken, gebruik snus, overmatig alcoholgebruik (binge drinken, zwaar binge drinken, meestal ≥ 10 glazen alcohol, afgelopen maand dronken), gebruik hasj/wiet, gebruik (party)drugs en gebruik lachgas
- Minderjarigen ongunstiger dan meerderjarigen:** slaapproblemen, zelfbeschadiging, eenzaamheid, tevredenheid met eigen lichaam, vaperen en gezond eten
- Meerderjarigen ongunstiger dan minderjarigen:** financiële problemen (moeite met alles betalen en schulden), zorgen over maatschappelijke thema's, ongewenste seksuele ervaring, roken, overmatig alcoholgebruik, gebruik hasj/wiet, gebruik (party)drugs, gebruik lachgas, sporten, lidmaatschap sportvereniging, bewegen en overgewicht
- Praktisch opgeleide¹ jongvolwassenen ongunstiger dan theoretisch opgeleide² jongvolwassenen:** financiële problemen (moeite met alles betalen, controle over geldzaken en schulden), ervaren gezondheid, problemen met slapen, serieuze gedachten over zelfdoding, eenzaamheid, herstel na een moeilijke periode, vertrouwen in de toekomst, mishandeling, jonger dan 14 bij de 1e keer seks, roken, vaperen, gebruik hasj/wiet, sporten, lidmaatschap sportvereniging, overgewicht en gezond eten
- Theoretisch opgeleide² jongvolwassenen ongunstiger dan praktisch opgeleide¹ jongvolwassenen:** stress, tevredenheid met zichzelf, overmatig alcoholgebruik, gebruik (party)drugs, gebruik lachgas en bewegen

¹VSO, praktijkonderwijs, vmbo of mbo ²havo/hbo en/of vwo/wo



1. ACHTERGRONDKENMERKEN

Deelnemers Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen 2023

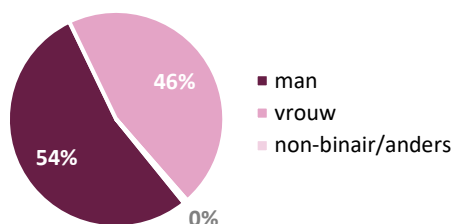
In totaal vulden 4.970 jongvolwassenen uit Noord-Holland Noord (NHN) de vragenlijst van de Gezondheidsmonitor (bijna) volledig in. De meerderheid van deze deelnemers is vrouw, namelijk 66,4%. 32,3% van de deelnemers is man en 1,3% gaf bij gender 'non-binair of anders' aan. In totaal vertegenwoordigen deze deelnemers 77.303 jongvolwassenen uit NHN.

Na standaardisatie voor leeftijd, gender en gemeente is het aandeel vrouwen in NHN 47,4%, het aandeel mannen 51,2% en het aandeel non-binair of anders 1,4%. 14,7% in NHN identificeert zichzelf als LHBTQ+. 20,0% van de jongvolwassenen in NHN is minderjarig. 43,8% volgt een opleiding op vmbo/mbo-niveau of heeft deze afgerond (inclusief praktijkonderwijs, voortgezet speciaal onderwijs en jongvolwassenen die geen opleiding volgen of hebben afgerond), 36,6% volgt een opleiding op havo/hbo-niveau of heeft deze afgerond en 19,6% volgt een opleiding op vwo/wo-niveau of heeft deze afgerond.

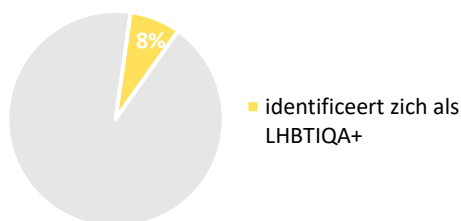
Jongvolwassenen gemeente Medemblik

Uit Medemblik deden 335 jongvolwassenen mee. Zij vertegenwoordigen 5.504 jongvolwassen inwoners van 16 t/m 25 jaar uit Medemblik. Na standaardisatie is het percentage vrouwen 45,7%, het percentage mannen 53,7% en 0,6% is non-binair of anders. 7,6% identificeert zichzelf als LHBTQIA+. 20,4% van de jongvolwassenen is minderjarig. Van de jongvolwassenen in Medemblik is 51,1% praktisch opgeleid, 29,3% heeft of volgt een opleiding op havo/hbo-niveau en 19,6% op vwo/wo-niveau.

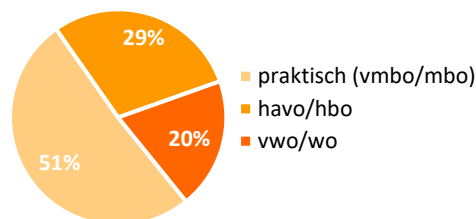
Gender



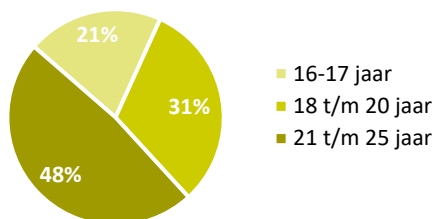
LHBTQIA+



Opleidingsniveau



Leeftijdverdeling



Achtergrondkenmerken*

	Medemblik		Noord-Holland Noord	
	aantal	%	aantal	%
Mannen	2.956	53,7	39.594	51,2
Vrouwen	2.513	45,7	36.665	47,4
Non-binair/anders	35	0,6	1.043	1,4
Identificeert zich als LHBTQIA+	382	7,6	10.398	14,7
16 en 17 jaar	1.122	20,4	15.460	20,0
18 t/m 20 jaar	1.728	31,4	24.039	31,1
21 t/m 25 jaar	2.654	48,2	37.804	48,9
Vso/pro/vmbo/mbo (praktisch)	2.783	51,1	33.294	43,8
Havo/hbo	1.598	29,3	27.852	36,6
Vwo/wo	1.067	19,6	14.868	19,6
Totaal	5.504	100,0	77.303	100,0

*gestandaardiseerde gegevens

Jongvolwassenen Medemblik

Vrouwen



45,7%

Mannen



53,7%

Non-binair/anders



0,6%

LHBTQ+



7,6%

18-plussers



79,6%

Praktisch opgeleid



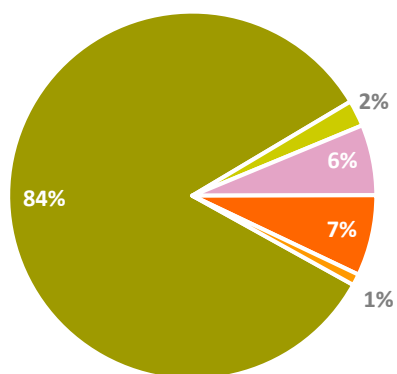
51,1%

2. WONEN, RELATIES, WERK, OPLEIDING EN FINANCIËN

Wonen en relaties

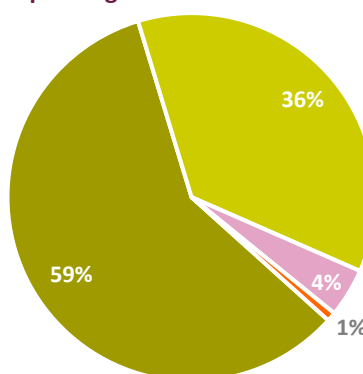
De meeste jongvolwassenen wonen bij hun ouder(s) of verzorger(s), namelijk 83,4%. Dit geldt met name voor de groep minderjarige jongvolwassenen. 2,3% van de jongvolwassenen in Medemblik woont alleen, 7,1% woont zelfstandig met een partner en/of kind(eren) en 6,2% woont met anderen (bijvoorbeeld in een studentenhuus). Mannen wonen vaker bij hun ouder(s) of verzorger(s) dan vrouwen; vrouwen wonen vaker samen met een partner en/of kinderen dan mannen. 37,1% heeft een vaste relatie; dit percentage is hoger bij vrouwen dan bij mannen en neemt toe naarmate de leeftijd stijgt. 9,4% heeft geen vaste relatie maar is met iemand aan het daten. De meerderheid van de jongvolwassenen heeft een goede tot zeer goede relatie met zijn of haar ouder(s)/verzorger(s) : 73,1% beoordeelt deze relatie met het cijfer 8 of hoger. 7,5% vindt de relatie met zijn of haar ouder(s)/verzorger(s) slecht of zeer slecht en geeft deze relatie een 5 of lager.

Woonsituatie



- woont bij ouder(s)/verzorger(s)
- woont zelfstandig/alleen
- woont samen met partner (en kinderen)
- woont samen met anderen
- anders

Werk en opleiding

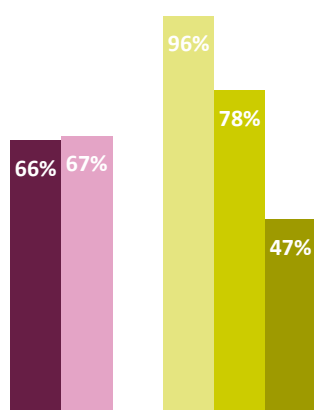


- volgt opleiding en heeft betaald werk
- heeft betaald werk, volgt geen opleiding
- volgt opleiding, heeft geen betaald werk
- anders (incl. bijstand/arbeidsongeschikt/werkloos)

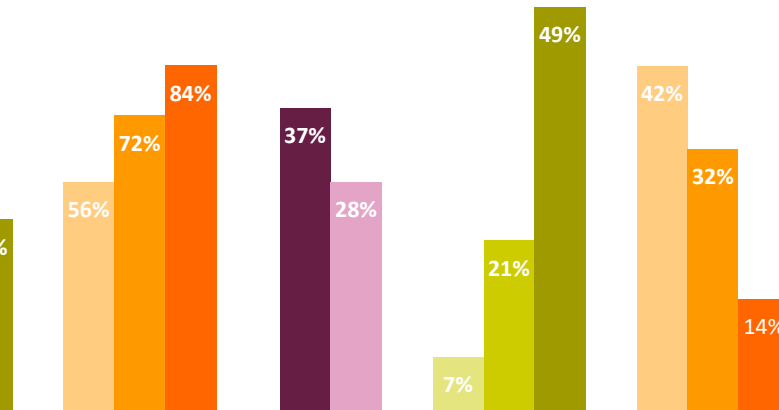
Werk en opleiding

62,9% van de jongvolwassenen in Medemblik volgt een opleiding en 94,9% heeft betaald werk. 26,9% werkt minder dan 12 uur per week en 31,7% werkt 32 uur per week of meer. Mannen werken vaker minstens 32 uur per week dan vrouwen en het percentage jongvolwassenen dat wekelijks minstens 32 uur werkt stijgt met de leeftijd. Praktisch opgeleide jongvolwassenen werken vaker minstens 32 uur dan jongvolwassenen met een opleiding op havo/hbo-niveau of vwo/wo-niveau. De meeste jongvolwassenen volgen een opleiding in combinatie met betaald werk of betaalde stage, namelijk 58,7%. 0,8% van de jongvolwassenen heeft geen betaalde baan en volgt geen opleiding. Minder dan 1% is werkloos of werkzoekend, langdurig ziek of arbeidsongeschikt of heeft een bijstandsuitkering.

Volgt een opleiding (NHN)



Werkt ≥32 uur per week (NHN)



- mannen
- vrouwen
- 16 en 17 jaar
- 18 t/m 20 jaar
- 21 t/m 25 jaar
- vmbo/mbo
- havo/hbo
- vwo/wo

Jongvolwassenen Medemblik

Woont bij ouders



83,4%

Vaste relatie



37,1%

Goede relatie met ouders (cijfer ≥ 8)



73,1%

Volgt opleiding



62,9%

Betaald werk



94,9%

Werkt ≥32 uur



31,7%

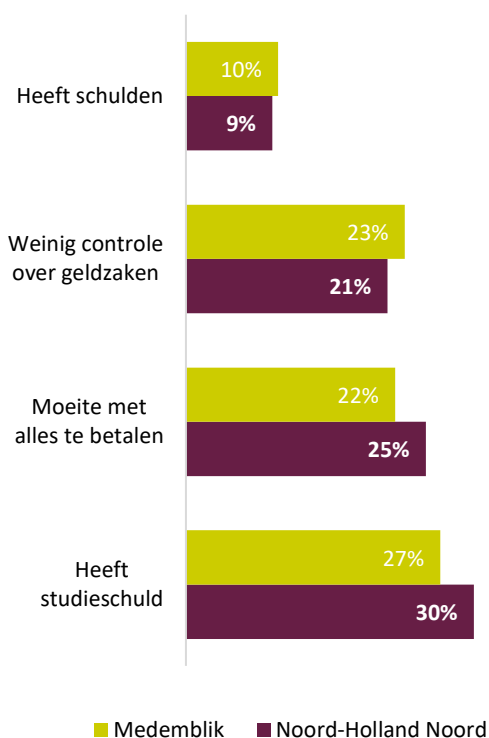
Financiën

21,8% van de jongvolwassenen heeft moeite om alles te betalen en 22,8% heeft het gevoel weinig controle te hebben over de eigen geldzaken. 9,6% heeft schulden; hierbij zijn een studieschuld en een hypotheek niet meegerekend. De meerderheid heeft een schuld van minder dan €1.000; 5,1% heeft een schuld van € 1.000 of meer. Schulden van jongvolwassenen bestaan onder andere uit schulden bij ouders (3,2%), schulden bij vrienden (2,6%), een achterstand in betaling van zorgverzekering of zorgkosten (3,3%), online aankopen op afbetaling (1,4%), rood staan op een bankrekening (1,1%) en geld dat terug moet worden terug betaald aan de Belastingdienst (1,6%).

Van de jongvolwassenen in Medemblik heeft 15,2% moeite met alles te betalen wat moet, maar heeft geen schulden; 2,6% heeft wel schulden, maar heeft geen moeite om alles te betalen wat moet. 18,5% heeft het gevoel weinig controle over geldzaken te hebben, maar heeft geen schulden; 5,0% heeft schulden, maar heeft niet het gevoel weinig controle te hebben over geldzaken.

26,5% heeft een studieschuld bij DUO (Dienst Uitvoering Onderwijs); 14,4% heeft een studieschuld van minder dan €10.000 en 5,0% heeft een studieschuld van €30.000 of meer. 1,0% weet niet hoe hoog zijn of haar studieschuld is.

Financiële situatie



Online gokken en beleggen

20,4% heeft het afgelopen jaar weleens online gegokt; 15,4% gokte meer dan één keer. 8,9% heeft bij het online gokken weleens meer geld vergokt dan hij/zij van plan was. 4,2% van de jongvolwassenen vindt zelf dat hij/zij een beetje tot een heel erg gokprobleem heeft; van 1,5% vinden anderen dat hij/zij een gokprobleem heeft. 24,1% doet aan beleggen: 15,3% belegt in aandelen, obligaties of fondsen, 17,4% belegt in cryptovaluta, zoals bitcoins en ethereum, en 3,4% belegt in iets anders, zoals opties, vastgoed of kunst. Mannen beleggen vaker en gokken vaker online dan vrouwen.

Wonen, relaties, werk, opleiding en financiën, 2023¹ (%)

	Medemblik	2023 versus 2022 ²	NHN	2023 versus 2022 ²	Gemeente versus NHN ²
Woont bij ouder(s)/verzorger(s)	83,4	↔	78,3	↓	■
Heeft een vaste relatie	37,1	↔	40,5	↔	■
Goede relatie met ouder(s)/verzorger(s)	73,1	-	68,7	-	■
Volgt een opleiding	62,9	↔	66,2	↓	■
Heeft betaald werk	94,9	↔	89,9	↔	■
Heeft moeite alles te betalen wat moet	21,8	↔	25,3	↔	■
Gevoel weinig controle te hebben over geldzaken	22,8	↑	20,8	↔	■
Heeft schulden (excl. studieschuld en hypotheek)	9,6	↔	9,4	↓	■
Heeft studieschuld (bij DUO)	26,5	-	29,6	-	■
Afgelopen jaar online gegokt	20,4	-	14,3	-	■
Doet aan beleggen	24,1	-	19,6	-	■

¹zie blz. 34 en 35 voor de uitgebreide tabellen ; ²significant verschil (p<0,05)

Jongvolwassenen Medemblik

Moeite om alles te betalen



Weinig controle over geldzaken



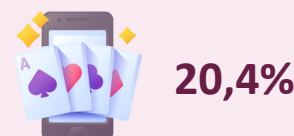
Heeft schulden



Studieschuld



Afgelopen jaar online gegokt



Doet aan beleggen

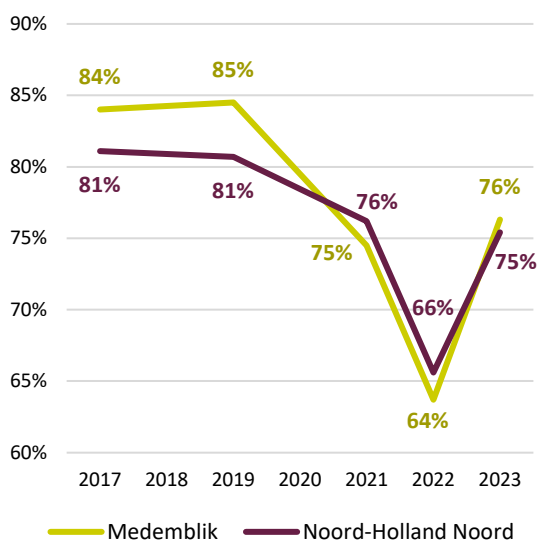


3. GEZONDHEID

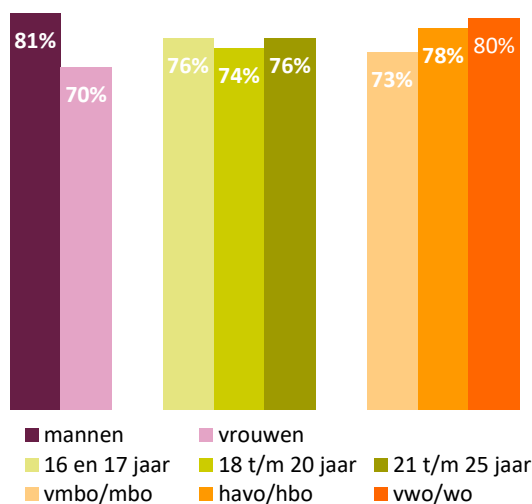
Gezondheid

Gezondheid is meer dan de afwezigheid van lichamelijke klachten. Jongvolwassenen kunnen zelf het beste aangeven hoe zij hun eigen gezondheid ervaren, dit is een betrouwbare indicator voor de algehele gezondheidstoestand. 76,3% van de jongvolwassenen ervaart zijn of haar eigen gezondheid als goed of zeer goed; 1,8% ervaart de eigen gezondheid als slecht of zeer slecht. Meer mannen dan vrouwen ervaren hun eigen gezondheid als (zeer) goed; jongvolwassenen die praktisch zijn opgeleid ervaren minder vaak hun gezondheid als goed of zeer goed. Er zijn geen verschillen in ervaren gezondheid tussen de verschillende leeftijdscategorieën. In de periode 2017 tot 2022 nam het percentage jongvolwassenen dat zijn of haar eigen gezondheid als goed of zeer goed beschouwt af. Tussen 2022 en 2023 is het percentage jongvolwassenen dat de eigen gezondheid als (zeer) goed beschouwt gestegen.

Ervaren gezondheid (zeer) goed, 2017-2023



Ervaren gezondheid (zeer) goed (NHN)



Ziektes, aandoeningen of problemen

In de Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen 2023 is gevraagd naar het voorkomen van 9 verschillende ziektes, aandoeningen en problemen* in het afgelopen jaar. Het aantal klachten (de somscore) dat jongvolwassenen hebben kan een indicator zijn van het welzijn en functioneren van jongvolwassenen. 57,8% heeft in het afgelopen jaar minstens 1 van de 9 gevraagde ziektes, aandoeningen of problemen gehad. Vrouwen hebben het afgelopen jaar vaker 1 of meer ziektes of aandoeningen gehad dan mannen. De meest genoemde ziektes, aandoeningen of problemen zijn langdurige vermoeidheid (18,6%), buik- of maagklachten (14,0%), ADHD/ADD (20,6%), depressie (11,3%) en migraine of regelmatig ernstige hoofdpijn (11,8%). 4,0% had het afgelopen jaar long COVID.

Slapen

Een goede nachtrust is van belang voor de gezondheid. Slapen bevordert de weerstand, is belangrijk voor de lichaamsgroei, voor de ontwikkeling van hersencellen en om emotioneel in balans te blijven. Een langdurend tekort aan slaap kan de stemming, het concentratievermogen en het prestatieniveau van iemand beïnvloeden.

Van de jongvolwassenen in Medemblik geeft 52,1% aan dat hij/zij over het algemeen goed of zeer goed slaapt. 8,8% slaapt slecht of zeer slecht. 23,9% van de jongvolwassenen is (bijna) dagelijks overdag slaperig of moe. In de afgelopen maand had 29,4% vaak of heel vaak moeite met inslapen of doorslapen; 33,2% had hier de afgelopen maand nooit of bijna nooit last van. Vrouwen voelen zich vaker dagelijks moe overdag dan mannen en hebben vaker moeite met inslapen of doorslapen. Praktisch opgeleide jongvolwassenen geven vaker aan dat zij slecht slapen, voelen zich vaker dagelijks overdag moe en hebben vaker problemen met inslapen of doorslapen. 7,8% van de jongvolwassenen heeft in de afgelopen maand slaapmiddelen gebruikt; 1,8% gebruikte slaapmiddelen op recept of doktersvoorschrift en 6,2% gebruikte slaapmiddelen zonder recept of doktersvoorschrift.

Jongvolwassenen Medemblik

Ervaart goede gezondheid



Afgelopen jaar 1 of meer ziektes of aandoeningen*



Afgelopen jaar langdurig vermoeid



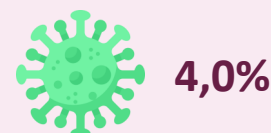
Afgelopen jaar buik- of maagklachten



Afgelopen jaar ADHD/ADD

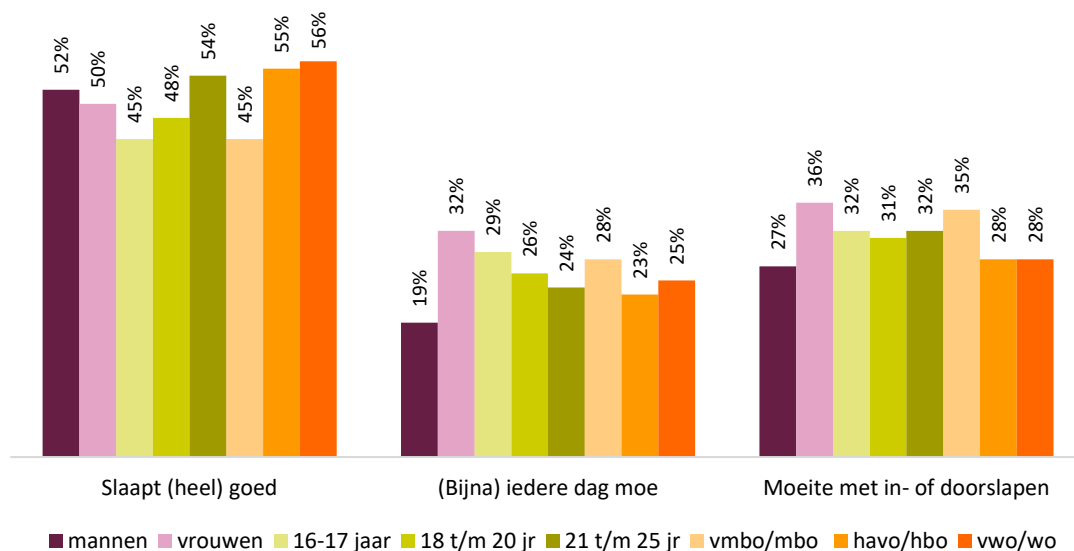


Afgelopen jaar long COVID



*ADHD/ADD, angststoornis, eetstoornis, burn-out, depressie, langdurige vermoeidheid, migraine of regelmatig ernstige hoofdpijn, buik- of maagklachten, long COVID (langdurige coronaklachten)

Slapen (NHN)

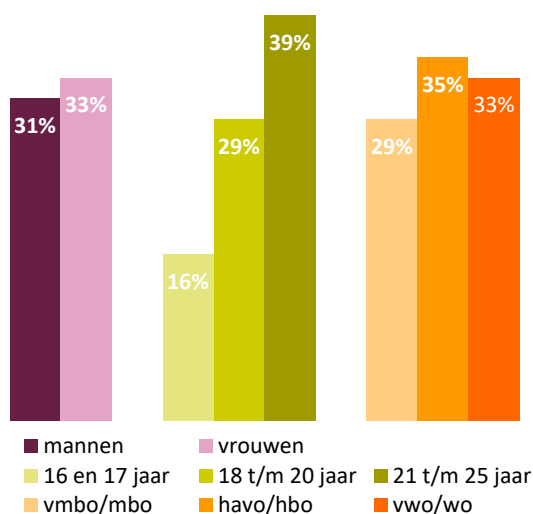


Gehoör

62,9% van de jongvolwassenen heeft weleens last van het gehoor als ze op een plek zijn met harde muziek of daarna. Het gaat dan bijvoorbeeld om een piep in het oor, een doof gevoel of minder goed kunnen horen. 49,3% heeft hier soms last van en 13,6% heeft hier vaak last van.

Op plekken met harde muziek, zoals bij het uitgaan, een concert of een festival, draagt 31,1% van de jongvolwassenen meestal of altijd oordoppen en 53,4% draagt nooit of meestal geen oordoppen om zijn of haar oren te beschermen. Meerderjarige jongvolwassenen gebruiken vaker gehoorbescherming dan minderjarige jongvolwassenen. Praktisch opgeleide jongvolwassenen gebruiken dragen minder vaak oordoppen dan jongvolwassenen met opleiding op havo/hbo-niveau of vwo/wo-niveau.

Gebruikt meestal/altijd oordoppen bij harde muziek (NHN)



Gezondheid, 2023¹ (%)

	Medemblik	2023 versus 2022 ²	NHN	2023 versus 2022 ²	Gemeente versus NHN ²
Ervaren gezondheid (zeer) goed	76,3	↑	75,4	↑	■
Afgelopen jaar 1 of meer ziektes of aandoeningen*	57,8	-	61,8	-	■
Slaapt (heel) goed	52,1	-	50,5	-	■
Voelt zich (bijna) iedere dag moe	23,9	-	25,8	-	■
Afgelopen maand moeite met in- of doorslapen	29,4	-	31,6	-	■
Afgelopen maand slaapmiddelen gebruikt	7,8	-	10,9	-	■
Last van gehoor op plek harde muziek of daarna	62,9	-	55,8	-	■
Draagt meestal/altijd oordoppen bij harde muziek	31,1	-	31,9	-	■

¹zie blz. 36 en 37 voor de uitgebreide tabellen ; ²significant verschil (p<0,05)

Jongvolwassenen Medemblik

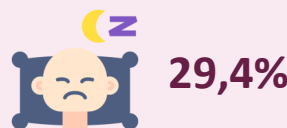
Slaapt (zeer) goed



Dagelijks overdag slaperig of moe



Afgelopen maand moeite met inslapen of doorslapen



Afgelopen maand gebruik slaapmiddelen



Last van gehoor na harde muziek



Oordoppen op plek harde muziek



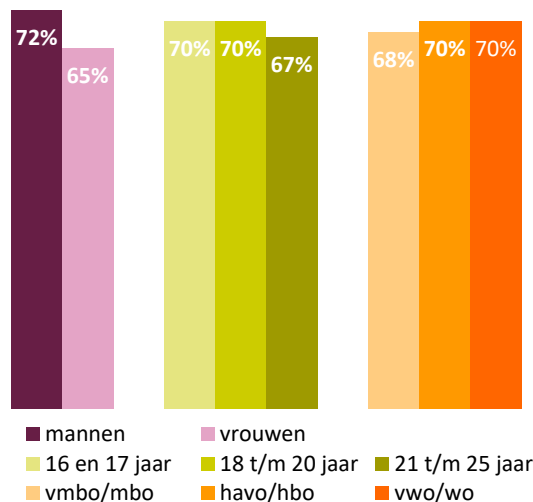
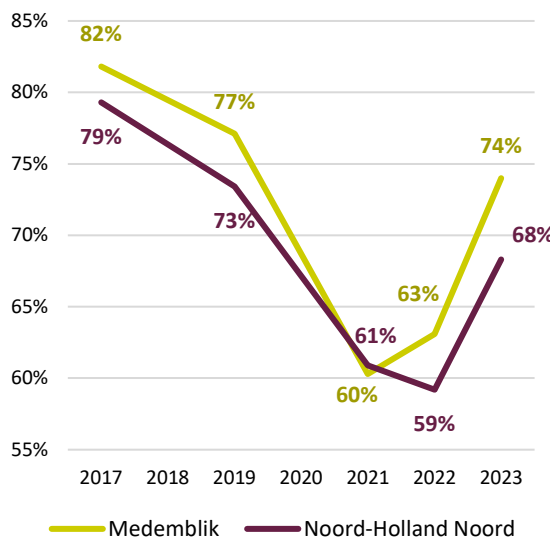
4. MENTAAL WELBEVINDEN

Geluk

Een belangrijke indicator voor het welzijn van jongvolwassenen is hoe gelukkig zij zich voelen. 74,0% van de jongvolwassenen voelde zich de afgelopen maand vaak tot voortdurend gelukkig. Meer mannen dan vrouwen voelden zich in de afgelopen maand vaak tot voortdurend gelukkig. Het percentage jongvolwassenen dat zich afgelopen maand gelukkig voelde is gestegen tussen 2022 en 2023.

Afgelopen maand meestal gelukkig, 2017-2023

Afgelopen maand meestal gelukkig (NHN)

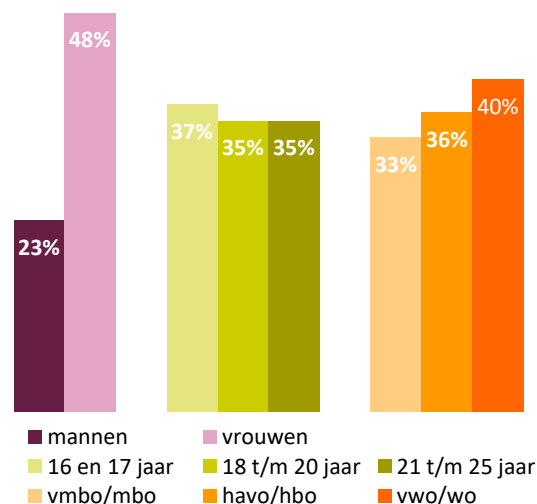
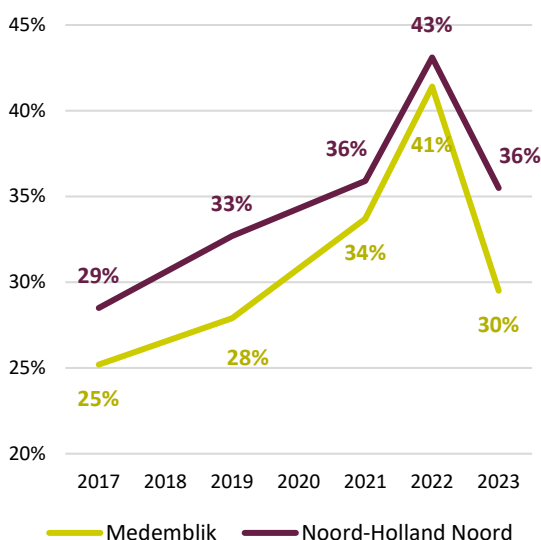


Stress

Veel jongvolwassenen hebben last van stress. Van de jongvolwassenen in gemeente Medemblik voelt 29,5% zich vaak of heel vaak gestrest, 42,2% voelt zich soms gestrest en 28,3% voelt zich nooit of bijna nooit gestrest. School of studie, werk of bijbaan en eisen aan zichzelf stellen zijn belangrijk oorzaken van stress. Vrouwen voelen zich over het algemeen veel vaker gestrest dan mannen. Er is weinig verschil in ervaren stress in het algemeen tussen jongvolwassenen van verschillende leeftijdscategorieën; wel verschilt de mate van stress naar leeftijd voor de verschillende oorzaken van stress. Er zijn verschillen in ervaren stress tussen jongvolwassenen met verschillende opleidingsniveaus; dit verschilt echter per stressoorzaak. Praktisch opgeleid jongvolwassenen ervaren vaker stress door hun baan of bijbaan, vwo/wo-opgeleid jongvolwassenen ervaren vaker stress door school of studie. Het percentage jongvolwassenen dat zich (heel) vaak gestrest voelt is, na een stijging in de periode 2017-2022, afgenomen ten opzichte van 2022. 51,4% geeft aan dat zijn of haar fysieke of mentale gezondheid, zoals bijvoorbeeld slecht slapen, hoofdpijn, buikpijn, prikkelbaar zijn, paniekaanvallen of hyperventilatie, beïnvloed wordt door stress.

Voelt zich heel vaak gestrest, 2017-2023

Voelt zich heel vaak gestrest (NHN)



Jongvolwassenen
Medemblik

Afgelopen maand
meestal gelukkig



74,0%

Voelt zich (heel) vaak
gestrest



29,5%

Voelt zich (bijna)
nooit gestrest



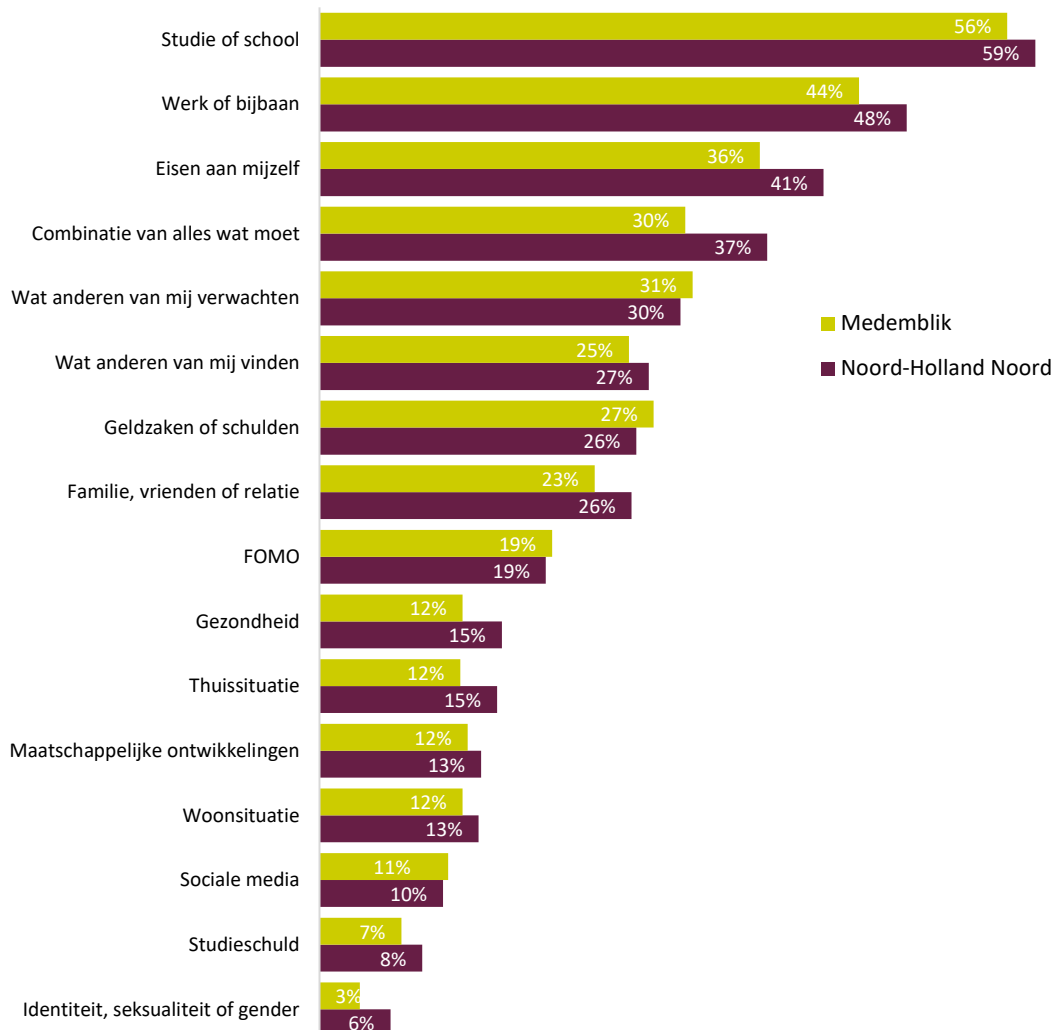
28,3%

Stress van invloed op
gezondheid



51,4%

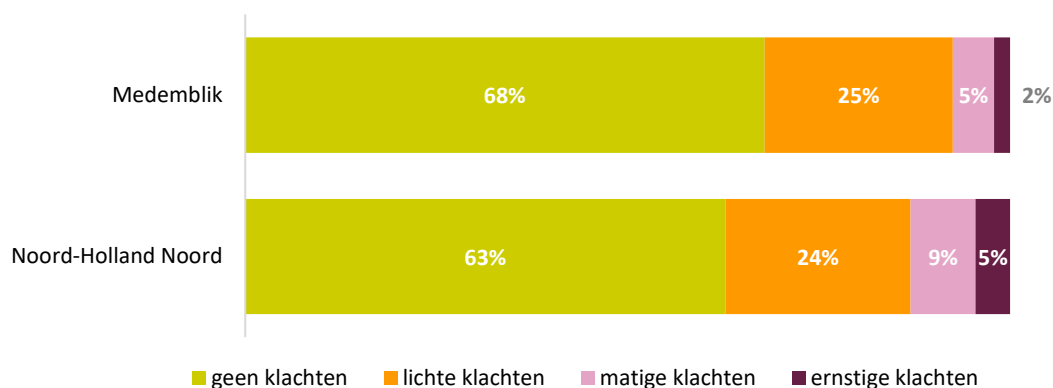
Oorzaken van stress



Psychische klachten

De psychische gezondheid is gemeten met de Mental Health Inventory 5 (MHI-5). De uitslag wordt bepaald door de antwoorden op 5 verschillende vragen en geeft een indicatie van de psychische klachten, waaronder zich somber voelen en zenuwachtig zijn. Op basis van de MHI-5 heeft 32,1% van de jongvolwassenen lichte tot ernstige psychische klachten: 24,6% heeft lichte klachten, 5,4% heeft matige klachten en 2,1% heeft ernstige klachten. Mannen scoren gunstiger op de MHI-5 dan vrouwen; er is weinig verschil in psychische ongezondheid tussen de jongvolwassenen uit verschillende leeftijdscategorieën of met verschillend opleidingsniveau. Tussen 2017 en 2022 nam het percentage jongvolwassenen met psychische klachten sterk toe. In 2023 is het percentage jongvolwassenen met psychische klachten, in vergelijking met 2022, afgenomen. 12,0% van de jongvolwassenen voelt zich in het dagelijks leven vaak, meestal of voortdurend beperkt door zijn of haar psychische klachten; 33,8% voelt zich hierdoor soms beperkt.

Psychische klachten (MHI-5)



Jongvolwassenen Medemblik

Stress door studie of school



Stress door werk of bijbaan



Stress door eisen aan zichzelf



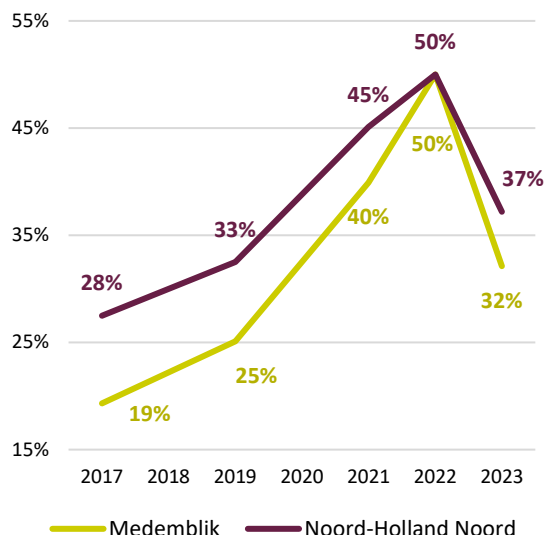
Psychische klachten (licht tot ernstig)



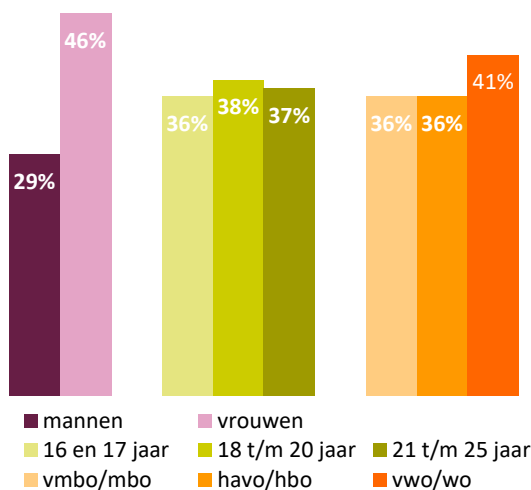
Beperkt door psychische klachten



Psychische klachten (MHI-5), 2017-2023



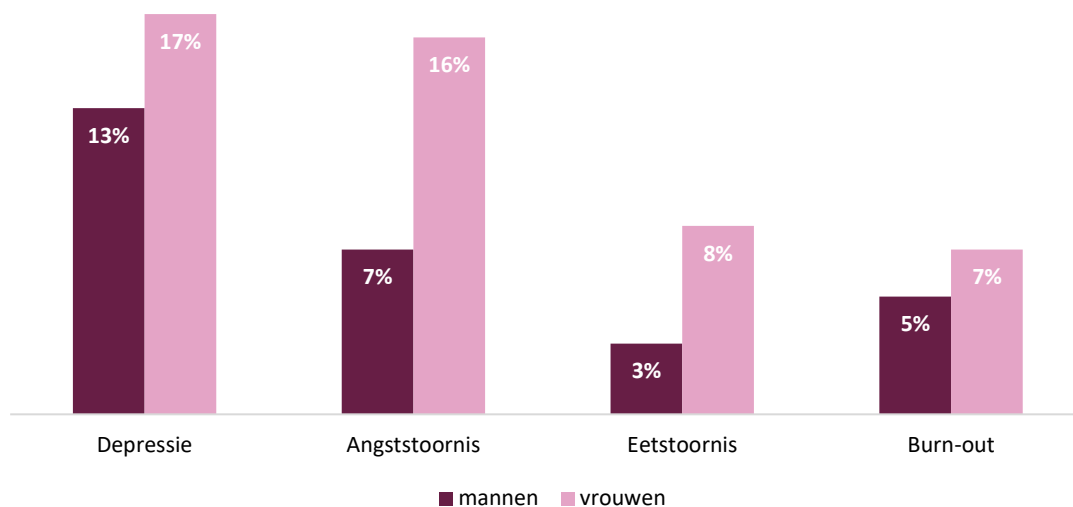
Psychische klachten (MHI-5) (NHN)



Psychische aandoeningen

In de Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen is gevraagd naar vier verschillende psychische aandoeningen, namelijk angststoornis, eetstoornis, burn-out en depressie. 18,3% van de jongvolwassenen had het afgelopen jaar één of meerdere psychische aandoeningen. 11,3% had afgelopen jaar een depressie, 7,9% had een angststoornis, 4,2% had een burn-out en 5,7% had een eetstoornis. Met uitzondering van een burn-out kwamen alle genoemde aandoeningen vaker voor bij

Psychische aandoeningen, afgelopen jaar (NHN)



Hulp en behandeling psychische problemen

Afgelopen jaar heeft 18,4% van de jongvolwassenen hulp gezocht voor psychische klachten. Het gaat daarbij zowel om hulp bij iemand in de omgeving als om professionele hulp. 9,1% heeft hulp gezocht bij een psycholoog of psychiater en 8,3% bij de huisarts of praktijkondersteuner. 11,6% heeft hulp gezocht bij zijn of haar ouders en 7,4% heeft afgelopen jaar hulp gezocht bij vrienden.

In totaal is 8,6% van de jongvolwassenen het afgelopen jaar door een professional behandeld voor psychische klachten; 2,3% is het afgelopen jaar niet behandeld maar staat wel op de wachtlijst voor behandeling. Vrouwen hebben het afgelopen jaar vaker hulp gezocht bij psychische klachten dan mannen. Jongvolwassenen van 21 jaar en ouder zoeken vaker hulp bij psychische klachten dan jongvolwassenen van 16 t/m 20 jaar.

4,7% gebruikte het afgelopen jaar middelen tegen psychische klachten; 3,5% gebruikte middelen op recept van een arts en 1,1% gebruikte middelen zonder recept.

Jongvolwassenen Medemblik

Afgelopen jaar een depressie



11,3%

Afgelopen jaar een angststoornis



7,9%

Behandeld voor psychische klachten



8,6%

Op wachtlijst voor behandeling psychische klachten



2,3%

Gebruik middelen tegen psychische klachten



4,7%

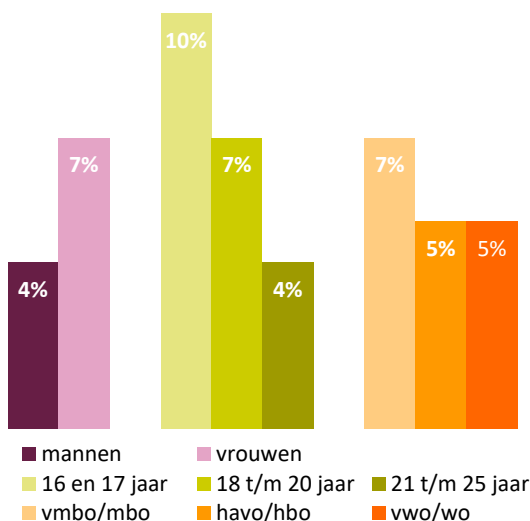
Zelfbeschadiging

Afgelopen jaar heeft 8,6% van de jongvolwassenen in Medemblik zichzelf weleens opzettelijk verwond of pijn gedaan omdat hij of zij zich rot voelde. Dit kan bijvoorbeeld gaan om zichzelf snijden of krassen. 2,0% deed dit afgelopen jaar één keer en 6,6% deed dit meerdere keren. Vrouwen en minderjarige jongvolwassenen deden dit vaker dan mannen en jongvolwassenen van 18 jaar of ouder.

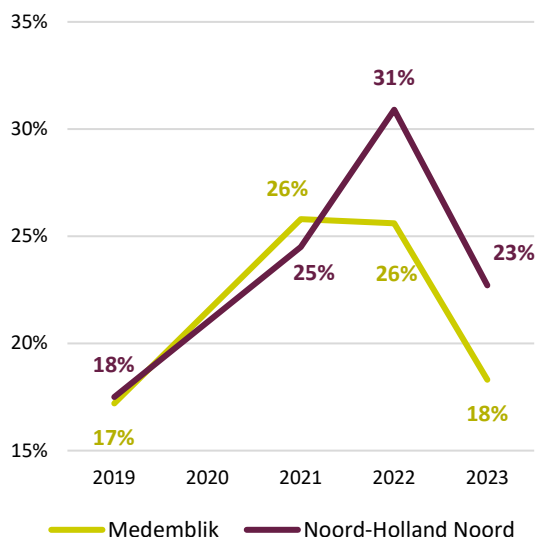
Zelfdoding

18,3% van de jongvolwassenen in Medemblik heeft in het afgelopen jaar wel eens serieus gedacht over zelfdoding; 15,3% deed dit een enkele keer of af en toe en 3,0% deed dit vaak of heel vaak. Er is geen relatie tussen gedachten over zelfdoding en gender of leeftijd. Jongvolwassenen die praktisch zijn opgeleid hebben het vaakst serieuze gedachten over zelfdoding. 54,9% van de jongvolwassenen met gedachten over zelfdoding heeft dit aan iemand verteld. 1,3% heeft het afgelopen jaar een poging gedaan tot zelfdoding. Het percentage jongvolwassenen dat er wel eens over nadenkt om een einde te maken aan het leven is sterk gestegen tussen 2017 en 2022. Tussen 2022 en 2023 is het percentage jongvolwassenen met serieuze gedachten over zelfdoding gedaald.

Afgelopen jaar zichzelf meerdere keren verwond (NHN)



Afgelopen jaar serieus gedacht over zelfdoding, 2017-2023

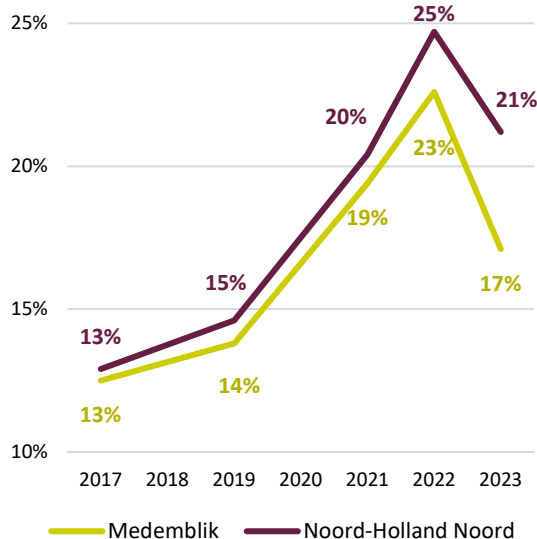


Eenzaamheid

Langdurige eenzaamheid kan gevolgen hebben voor de ontwikkeling van jongvolwassenen. Eenzaamheid kan van invloed zijn op mentale problemen (laag zelfvertrouwen, depressieve klachten en suïcidale gedachten) maar ook zorgen voor gedragsproblemen (middelen gebruik), lichamelijke problemen (stress) en maatschappelijke problemen (vroegtijdig schoolverlaten). In Medemblik voelt 47,7% van de jongvolwassenen zich enigszins tot sterk eenzaam; 17,1% is sterk eenzaam.

Vrouwen voelen zich vaker eenzaam dan mannen. Het gevoel van eenzaamheid neemt af met de leeftijd. Naarmate het opleidingsniveau stijgt neemt het gevoel van eenzaamheid af; praktisch opgeleide jongvolwassenen voelen zich het vaakst eenzaam. Na een jarenlange stijging is het percentage jongvolwassenen dat zich (sterk) eenzaam voelt in 2023 gedaald ten opzichte van 2022.

Sterk eenzaam, 2017-2023



Jongvolwassenen Medemblik

Afgelopen jaar zichzelf verwond



8,6%

Afgelopen jaar gedachten over zelfdoding



18,3%

Eenzaam



47,7%

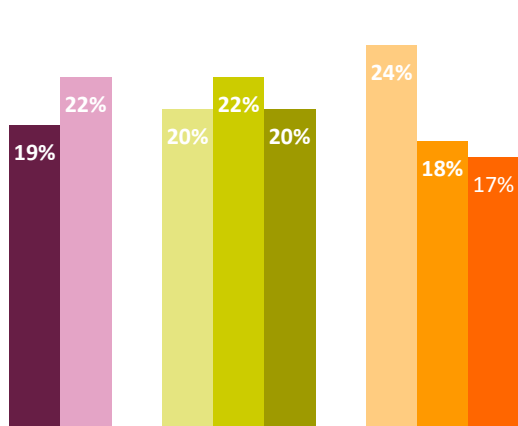
Sterk eenzaam



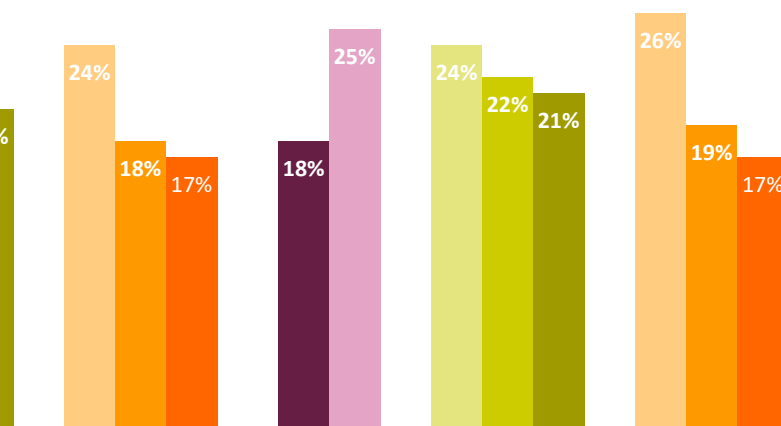
17,1%

Er is een verschil tussen emotionele eenzaamheid en sociale eenzaamheid. Iemand die emotioneel eenzaam is mist een intieme, hechte band met één of meerdere personen. Iemand die sociaal eenzaam is, ervaart een gebrek aan vriendschappen. 16,0% van de jongvolwassenen is sterk emotioneel eenzaam en 19,1% is sterk sociaal eenzaam. Vrouwen voelen zich vaker ernstig sociaal eenzaam dan mannen.

Sterk sociaal eenzaam (NHN)



Sterk emotioneel eenzaam (NHN)



■ mannen ■ vrouwen
■ 16 en 17 jaar ■ 18 t/m 20 jaar ■ 21 t/m 25 jaar
■ vmbo/mbo ■ havo/hbo ■ vwo/wo

Jongvolwassenen Medemblik

Sterk sociaal eenzaam



19,1%

Sterk emotioneel eenzaam



16,0%

Mentaal welbevinden, 2023¹(%)

	Medemblik	2023 versus 2022 ²	NHN	2023 versus 2022 ²	Gemeente versus NHN ²
Afgelopen maand vaak tot voortdurend gelukkig	74,0	↔	68,3	↑	■
Voelt zich (heel) vaak gestrest	29,5	↓	35,5	↓	■
• Stress door school of studie	56,2	↔	58,5	↔	■
• Stress door baan of bijbaan	44,1	↔	48,0	↑	■
• Stress door eisen stellen aan zichzelf	36,0	↔	41,2	↔	■
Psychische klachten (MHI-5 licht tot ernstig)	32,1	↓	37,2	↓	■
Voelt zich vaak beperkt door psychische klachten	12,0	↔	16,6	↔	■
Afgelopen jaar in verband met psychische klachten:					
• Hulp gezocht	18,4	-	23,9	-	■
• Behandeld	8,6	-	17,0	-	■
• Staat op de wachtlijst	2,3	-	2,1	-	■
• Middelen gebruikt	4,7	-	6,0	-	■
Afgelopen jaar psychische aandoening ³	18,3	-	23,6	-	■
• Afgelopen jaar depressie	11,3	-	15,6	-	■
• Afgelopen jaar angststoornis	7,9	-	11,9	-	■
• Afgelopen jaar eetstoornis	5,7	-	5,7	-	■
• Afgelopen jaar burn-out	4,2	-	6,1	-	■
Afgelopen jaar:					
• Zichzelf meerdere keren verwond	6,6	-	6,2	-	■
• Serieus gedacht over zelfdoding	18,3	↔	22,7	↓	■
• Poging tot zelfdoding gedaan	1,3	-	2,4	-	■
Eenzaam (enigszins tot sterk)	47,7	↔	54,0	↓	■
Sterk eenzaam (sociaal <u>en</u> emotioneel)	17,1	↔	21,2	↓	■
Sterk sociaal eenzaam	19,1	↔	20,7	↔	■
Sterk emotioneel eenzaam	16,0	↔	21,8	↓	■

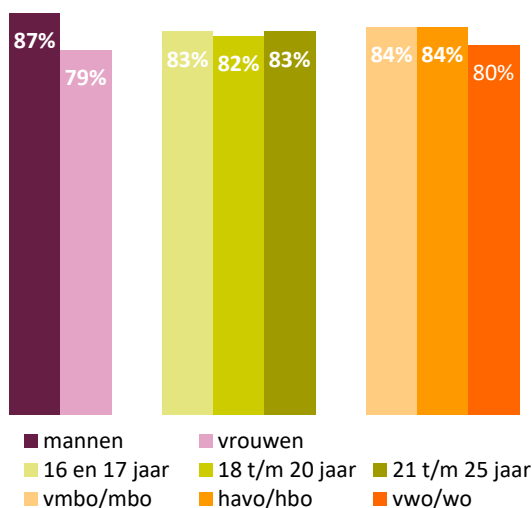
¹zie blz. 38 en 39 voor de uitgebreide tabellen ; ²significant verschil (p<0,05); ³angststoornis, eetstoornis, burnout of depressie

5. WEERBAARHEID, VEERKRACHT EN VERTROUWEN

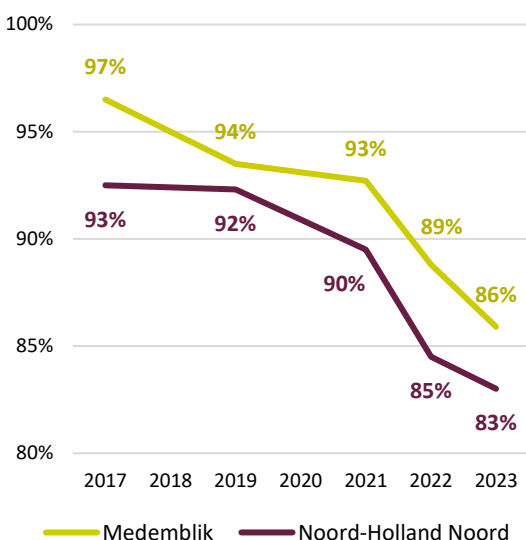
Weerbaarheid

Weerbaarheid is de basis voor een goede psychische gezondheid. Weerbare jongvolwassenen hebben zelfvertrouwen en kunnen goed voor zichzelf opkomen, met respect voor anderen. Zij kunnen ook, al dan niet na een periode van experimenteren, gezonde keuzes maken ten aanzien van de eigen leefstijl. In Medemblik is 85,9% van de jongvolwassenen voldoende weerbaar; 14,1% is onvoldoende weerbaar. Mannen zijn over het algemeen vaker voldoende weerbaar dan vrouwen. Naarmate het opleidingsniveau stijgt neemt het percentage jongvolwassenen dat dat voldoende weerbaar is af. De weerbaarheid van jongvolwassenen is de afgelopen jaren (2017-2023) afgenomen.

Voldoende weerbaar (NHN)



Voldoende weerbaar, 2017-2022

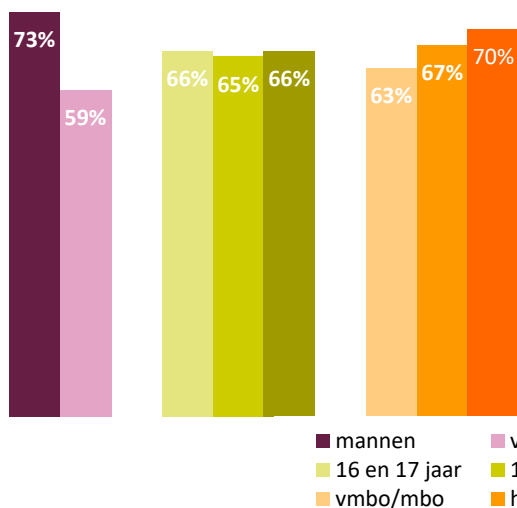


Veerkracht

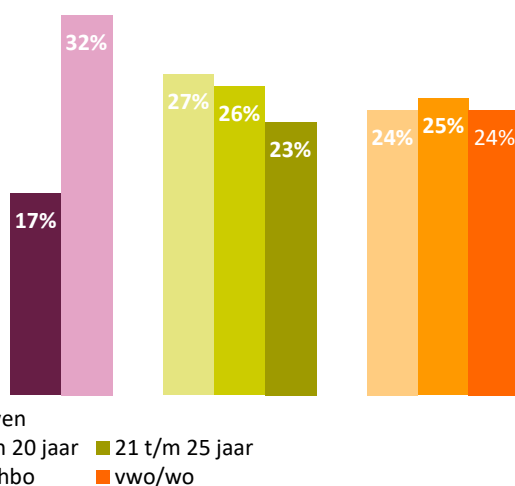
Naast de aandacht voor (mentale) gezondheidsproblemen die jongvolwassenen ervaren, is het ook belangrijk te kijken naar mogelijke oplossingen. Het concept 'positieve gezondheid' biedt daarvoor aanknopingspunten. Het makkelijk doorstaan van een stressvolle of moeilijke periode en hier sterker uit komen geeft aan hoeveel veerkracht jongvolwassenen hebben.

Van de jongvolwassenen in Medemblik vindt 72,5% dat hij of zij snel herstelt na een moeilijke periode, 10,3% vindt van zichzelf dat hij of zij (helemaal) niet snel herstelt. 22,1% van de jongvolwassenen vindt het moeilijk om stressvolle gebeurtenissen te doorstaan. Mannen vinden vaker dat zij snel herstellen na een moeilijke periode; vrouwen vinden het vaker moeilijk om een stressvolle periode te doorstaan. Het snel herstellen na een moeilijke periode gaat makkelijker naarmate jongvolwassenen ouder worden. Het percentage jongvolwassenen dat snel herstelt na een moeilijke periode is tussen 2022 en 2023 gestegen; het percentage dat het moeilijk vindt om een stressvolle periode te doorstaan is gedaald.

Herstelt snel na moeilijke periode (NHN)



Vindt het moeilijk stressvolle gebeurtenissen te doorstaan (NHN)



Jongvolwassenen
Medemblik

Voldoende weerbaar



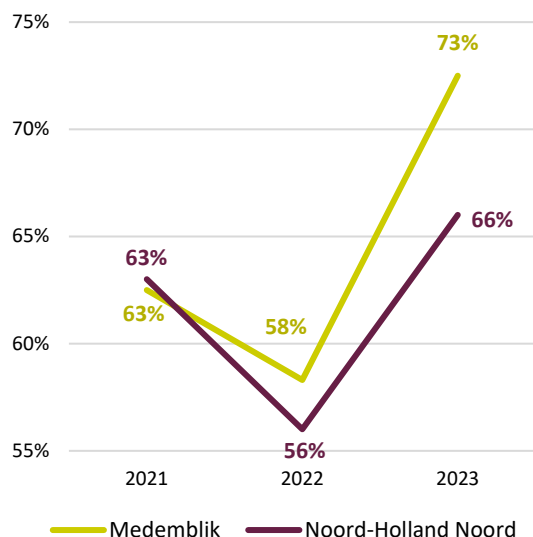
Herstelt snel na
moeilijke periode



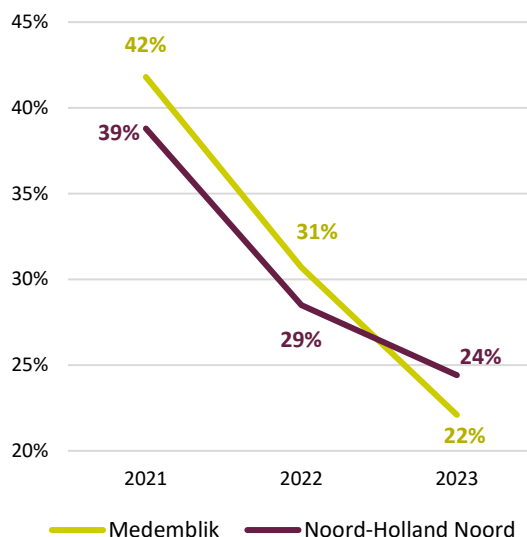
Doorstaat moeilijk
stressvolle
gebeurtenissen



Herstelt snel na moeilijke periode, 2021-2023



Vindt het moeilijk stressvolle gebeurtenissen te doorstaan, 2021-2023



Jongvolwassenen Medemblik

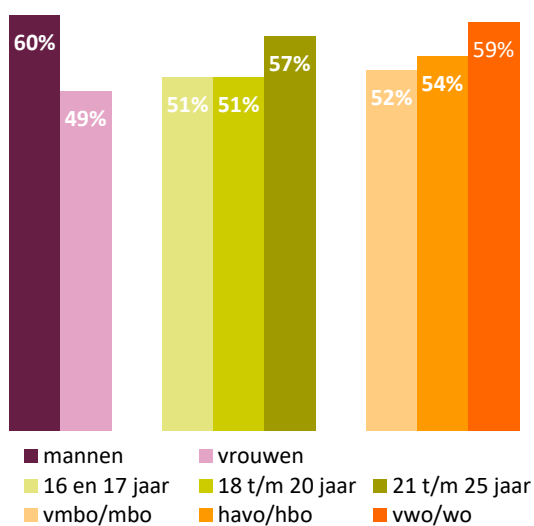
Veel vertrouwen in de toekomst

 **52,8%**

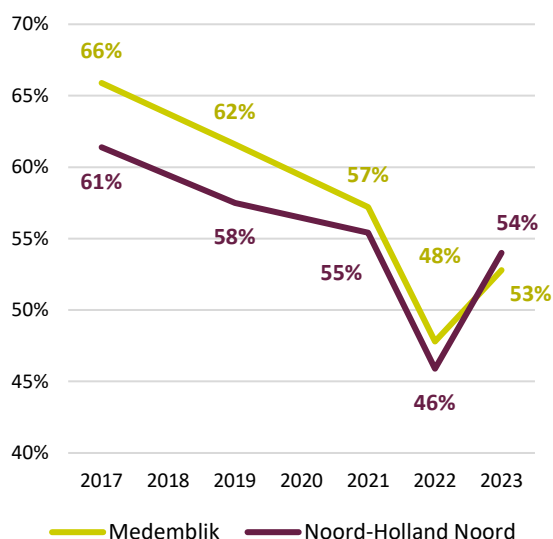
Vertrouwen in de toekomst

52,8% van de jongvolwassenen heeft (heel) veel vertrouwen in de toekomst (cijfer ≥ 8). 11,5% heeft weinig tot geen vertrouwen in de toekomst (cijfer < 6) en 40,5% heeft matig tot redelijk veel vertrouwen in de toekomst (cijfer 6 of 7). Mannen hebben vaker veel vertrouwen in de toekomst dan vrouwen. Jongvolwassenen van 21 jaar en ouder hebben vaker veel vertrouwen in de toekomst dan jongere jongvolwassenen. Het vertrouwen in de toekomst neemt toe naarmate het opleidingsniveau stijgt. Het vertrouwen in de toekomst nam af in de periode 2017-2022; tussen 2022 en 2023 is het vertrouwen in de toekomst weer gestegen.

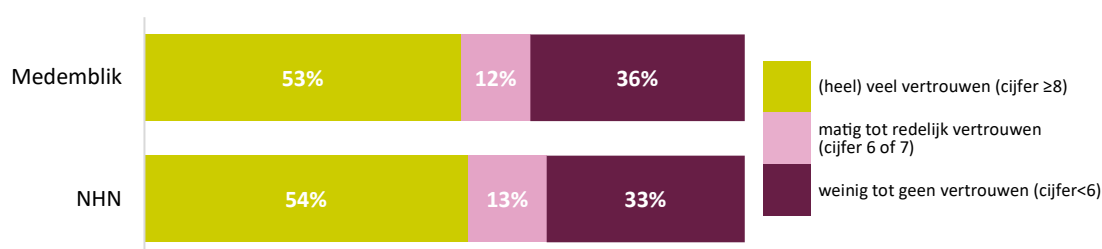
Veel vertrouwen in de toekomst (cijfer ≥ 8) (NHN)



Veel vertrouwen in de toekomst (cijfer ≥ 8), 2017-2023



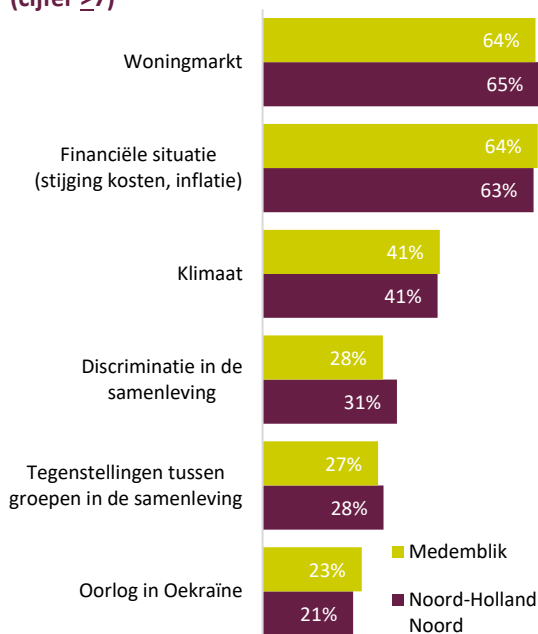
Vertrouwen in de toekomst



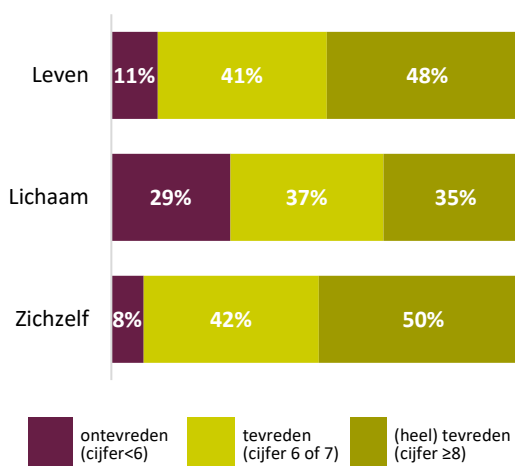
Zorgen over maatschappelijke thema's

In de Gezondheidsmonitor is van 6 maatschappelijke thema's gevraagd of hier, met oog op de toekomst in het algemeen, zorgen over zijn. 87,5% van de jongvolwassenen had over minstens één maatschappelijk thema zorgen (cijfer ≥ 7). De meeste zorgen zijn er over de woningmarkt (63,8%), de financiële situatie (64,3%) en het klimaat (41,4%). Vrouwen hebben over algemeen meer zorgen over maatschappelijke thema's dan mannen. Jongvolwassenen met een opleiding op vwo/wo-niveau hebben vaker zorgen dan jongvolwassenen die praktisch zijn opgeleid of met een opleiding op havo/hbo-niveau.

Zorgen over maatschappelijke thema's (cijfer ≥ 7)



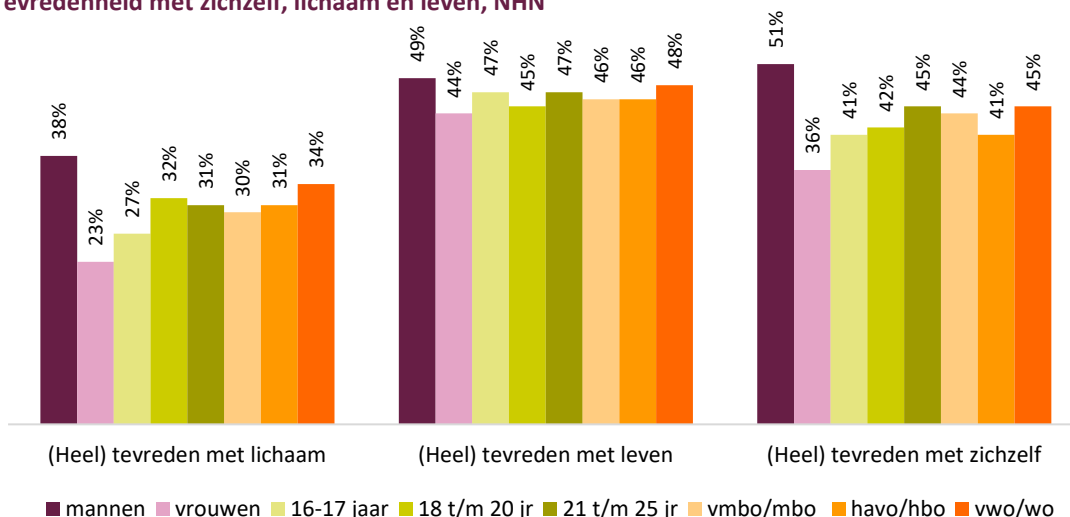
Tevredenheid met zichzelf, lichaam en leven



Tevredenheid met zichzelf, lichaam en leven

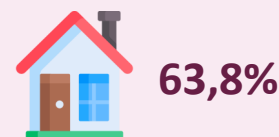
Een positief zelfbeeld zorgt er voor dat iemand tevreden is met zichzelf. Hierbij zijn de gedachten of de gevoelens over jezelf neutraal of positief en heb je vertrouwen in jezelf. Tevredenheid met het eigen lichaam en het leven draagt bij aan een positief zelfbeeld. 50,3% van de jongvolwassenen is (zeer) tevreden met zichzelf en geeft zichzelf een 8 of hoger; 7,7% geeft zichzelf een onvoldoende. 34,8% is (zeer) tevreden met zijn of haar lichaam en geeft dit een 8 of hoger; 28,5% is negatief over zijn of haar lichaam en geeft dit een 5 of lager. De meeste jongvolwassenen beoordelen hun eigen leven als positief: 48,3% geeft zijn of haar leven een rapportcijfer van 8 of hoger en 40,5% geeft zijn/haar leven een 6 of een 7. 11,1% geeft het leven een onvoldoende (cijfer 5 of lager). Over het algemeen zijn mannen vaker tevreden met zichzelf, hun lichaam en het leven dan vrouwen. Er is weinig verschil in tevredenheid tussen jongvolwassenen in de verschillende leeftijdscategorieën. Jongvolwassenen met een vwo/wo-opleiding zijn het vaakst tevreden met zichzelf, hun lichaam en het leven. Onder jongvolwassenen is de tevredenheid met zichzelf en het leven afgenomen in de periode 2017-2022; sinds 2022 is de tevredenheid met zichzelf en het leven weer toegenomen.

Tevredenheid met zichzelf, lichaam en leven, NHN



Jongvolwassenen Medemblik

Zorgen over woningmarkt



Zorgen over financiële situatie



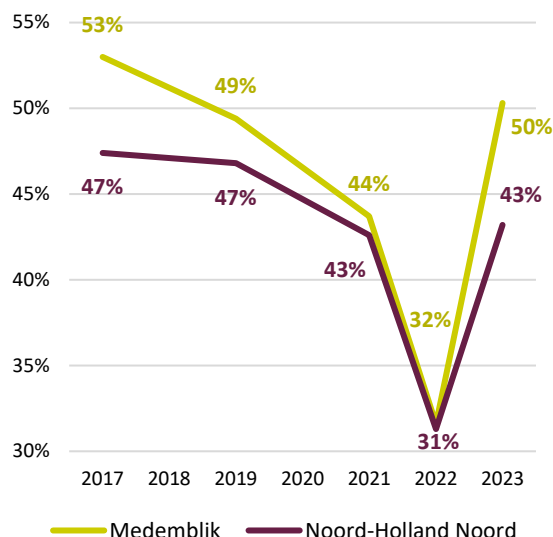
Zorgen over klimaat



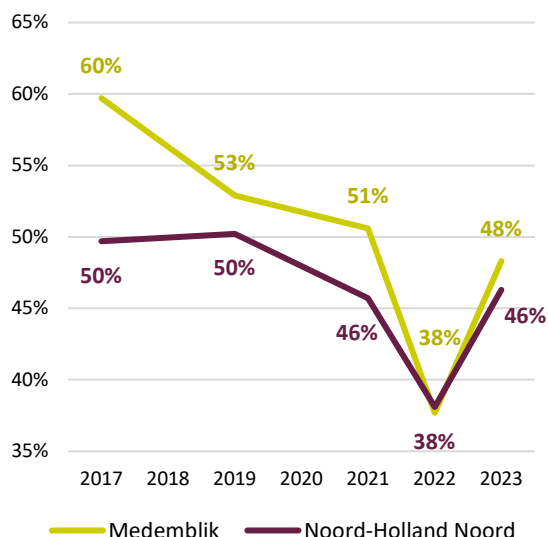
Tevredenheid met lichaam



(Heel) tevreden met zichzelf, 2017-2023



(Heel) tevreden met eigen leven, 2017-2023



Jongvolwassenen Medemblik

Tevreden met zichzelf



Tevreden met leven



Weerbaarheid, veerkracht en vertrouwen, 2023¹ (%)

	Medemblik	2023 versus 2022 ²	NHN	2023 versus 2022 ²	Gemeente versus NHN ²
Voldoende weerbaar	85,9	↔	83,0	↔	■
Herstelt snel na een moeilijke periode	72,5	↑	65,7	↑	■
Vindt het moeilijk om stressvolle gebeurtenissen te doorstaan	22,1	↔	24,4	↓	■
Veel vertrouwen in de toekomst	52,8	↔	54,0	↑	■
(Heel) veel zorgen over één of meer maatschappelijke thema's ³	87,5	-	86,8	-	■
Maakt zich (heel) veel zorgen over:					
• Woningmarkt	63,8	↔	64,7	↓	■
• Financiële situatie	64,3	-	63,3	-	■
• Klimaat	41,4	↔	40,9	↔	■
(Heel) tevreden met eigen leven	48,3	↔	46,3	↑	■
(Heel) tevreden met eigen lichaam	34,8	↔	30,6	↑	■
(Heel) tevreden met zichzelf	50,3	↑	43,2	↑	■

¹zie blz. 40 en 41 voor de uitgebreide tabellen ; ²significant verschil (p<0,05); ³in 2022 cijfer 4 of 5 op schaal 1-5; in 2023 cijfer 7 t/m 10 op schaal 1-10

6. SOCIALE OMGEVING

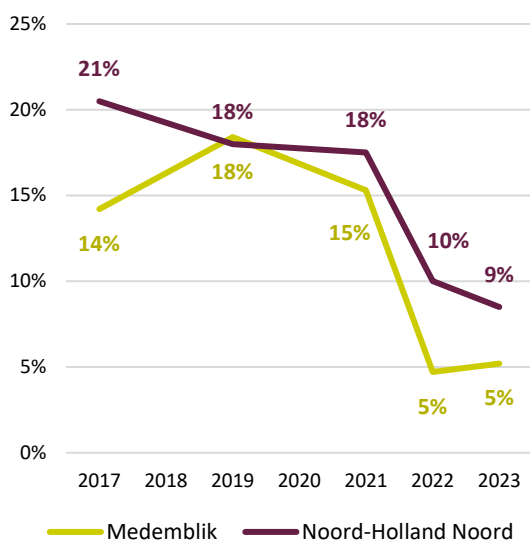
Mantelzorg

Mantelzorg is onbetaalde zorg die je regelmatig geeft aan een bekende uit de omgeving (zoals de partner, ouders, kind, buren of vrienden) als deze persoon voor langere tijd ziek, hulpbehoevend of gehandicapt is. In Medemblik heeft 5,2% van de jongvolwassenen het afgelopen jaar mantelzorg gegeven; 2,1% geeft nog steeds mantelzorg. 1,7% van de jongvolwassenen geeft mantelzorg en vindt het geven van mantelzorg soms tot vaak zwaar. 1,2% geeft mantelzorg en voelt zich door het geven van mantelzorg soms tot vaak beperkt in het doen van andere dingen.

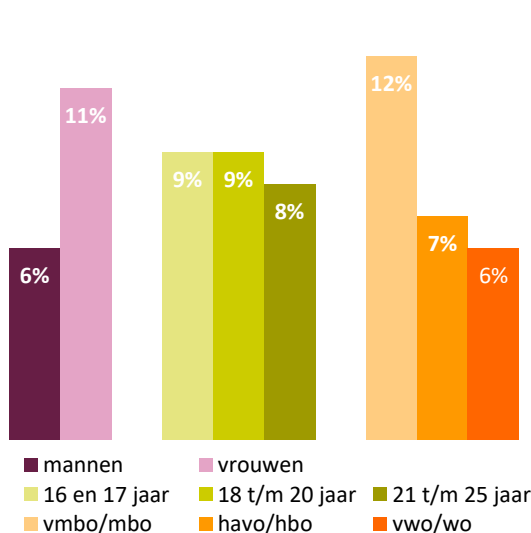
Jongvolwassenen geven het vaakst mantelzorg aan hun ouders (1,0%), grootouders (0,7%) en andere familieleden, zoals een broer, zus, ooms en tantes (0,4%).

Vrouwen hebben het afgelopen jaar vaker mantelzorg gegeven dan mannen; jongvolwassen met een praktische opleiding geven vaker mantelzorg dan jongvolwassenen met een theoretische opleiding. Het geven van mantelzorg is de afgelopen jaren afgenomen.

Afgelopen jaar mantelzorg gegeven, 2017-2023



Afgelopen jaar mantelzorg gegeven (NHN)



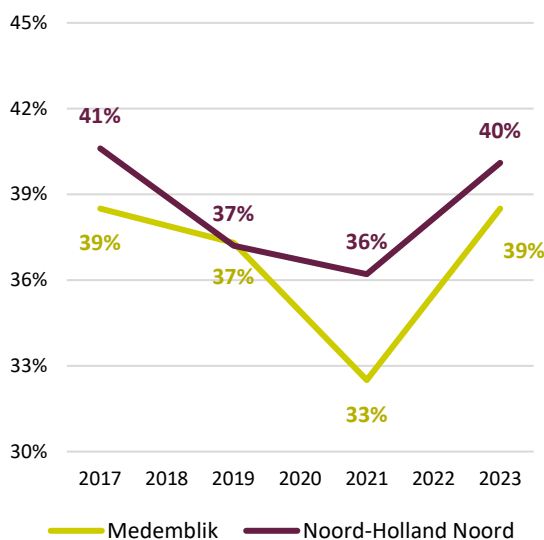
Vrijwilligerswerk

Vrijwilligerswerk is werk dat iemand onbetaald en niet verplicht doet voor anderen of voor de samenleving. In Medemblik doet 13,8% van de jongvolwassenen vrijwilligerswerk; de meeste vrijwilligers besteden minder dan 12 uur per week aan vrijwilligerswerk.

Mishandeling

In Medemblik geeft 38,5% van de jongvolwassenen aan ooit lichamelijk en/of geestelijk te zijn mishandeld. 37,9% is ooit geestelijk mishandeld en 4,1% wordt nu nog steeds geestelijk mishandeld, bijvoorbeeld vaak gepest, vernederd of uitgescholden. 9,0% van de jongvolwassenen heeft te maken (gehad) met geestelijke mishandeling in de thuissituatie. 9,4% is ooit lichamelijk mishandeld, bijvoorbeeld geschopt, geslagen, vastgebonden of opgesloten; 0,9% van de jongvolwassenen heeft hier nu mee te maken. Bij 5,7% vindt of vond lichamelijke mishandeling (ook) plaats in de thuissituatie. In de periode 2017-2023 is het percentage jongvolwassenen dat mishandeld is vrijwel gelijk gebleven; dit geldt zowel voor lichamelijke mishandeling als voor geestelijke mishandeling.

Ooit lichamelijk en/of geestelijk mishandeld, 2017-2023



Jongvolwassenen Medemblik

Afgelopen jaar mantelzorg gegeven



Doet vrijwilligerswerk



Ooit lichamelijk mishandeld

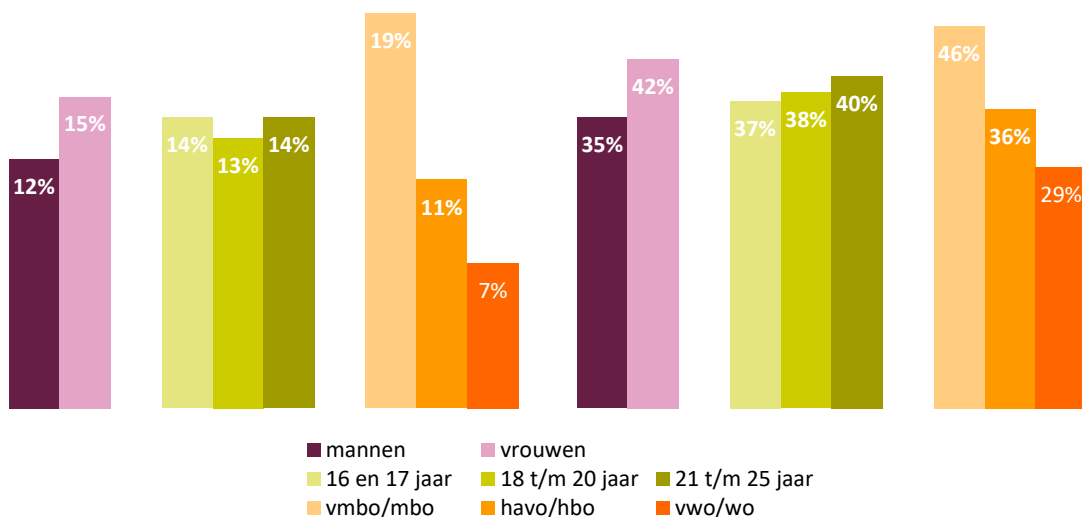


Ooit geestelijk mishandeld



Ooit lichamelijk mishandeld (NHN)

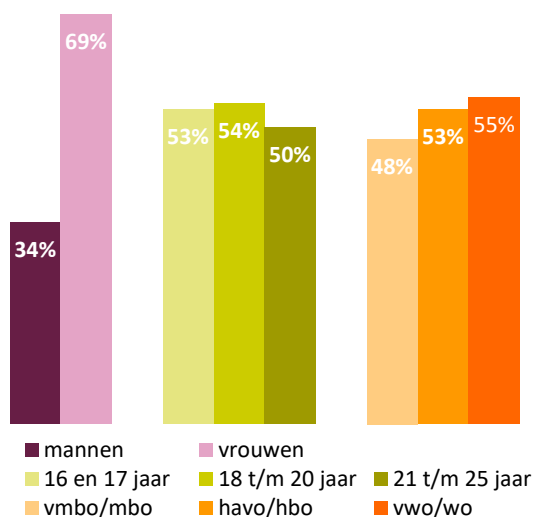
Ooit geestelijk mishandeld (NHN)



Gevoel van onveiligheid

Het afgelopen jaar voelde 48,0% van de jongvolwassenen uit Medemblik zich weleens onveilig. 7,1% voelde zich weleens onveilig op straat in de eigen woonbuurt en 19,1% voelde zich weleens onveilig op straat buiten de eigen woonwijk. 13,6% voelde zich weleens onveilig in het openbaar vervoer en 15,1% voelde zich weleens onveilig op het station. 3,0% voelde zich thuis weleens onveilig, 4,1% op school of opleiding en 1,7% bij het sporten. 5,1% voelde zich weleens onveilig in het winkelcentrum en 21,6% voelde zich weleens onveilig tijdens het uitgaan. 52,0% voelde zich nooit onveilig. Vrouwen voelen zich vaker onveilig dan mannen en het gevoel van onveiligheid stijgt met het opleidingsniveau.

Afgelopen jaar zich weleens onveilig gevoeld (NHN)



Sociale omgeving, 2023¹ (%)

	Medemblik	2023 versus 2022 ²	NHN	2023 versus 2022 ²	Gemeente versus NHN ²
Afgelopen jaar mantelzorg gegeven	5,2	↔	8,5	↔	■
Doet vrijwilligerswerk	13,8	-	14,4	-	■
Ooit lichamelijk en/of geestelijk mishandeld	38,5	↔	40,1	↔	■
Ooit lichamelijk mishandeld	9,4	↔	13,7	↔	■
Ooit lichamelijk mishandeld thuis	5,7	↔	6,4	↔	■
Ooit geestelijk mishandeld	37,9	↔	38,9	↔	■
Ooit geestelijk mishandeld thuis	9,0	↔	10,6	↔	■
Afgelopen jaar zich weleens onveilig gevoeld					
Voelde zich weleens onveilig:	48,0	-	51,4	-	■
• Op straat buiten eigen woonbuurt	19,1	-	23,1	-	■
• Bij het uitgaan	21,6	-	19,4	-	■
• In het openbaar vervoer	13,6	-	21,3	-	■
• Op het station	15,1	-	21,5	-	■

¹zie blz. 42 en 43 voor de uitgebreide tabellen ; ²significant verschil (p<0,05)

Jongvolwassenen Medemblik

Voelt zich weleens onveilig



Voelt zich onveilig buiten eigen woonwijk



Voelt zich onveilig in openbaar vervoer



Voelt zich onveilig op station



Voelt zich onveilig bij uitgaan

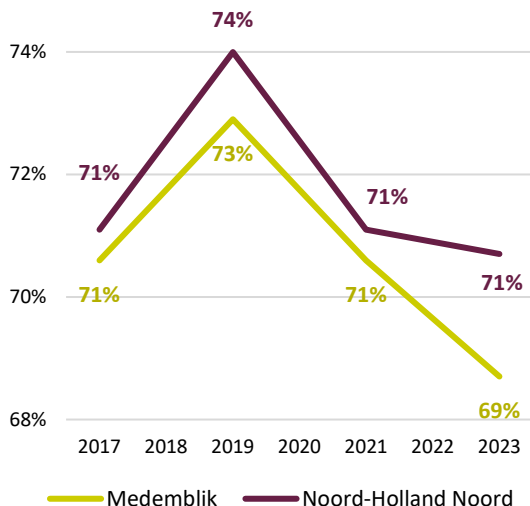


7. SEKSUALITEIT

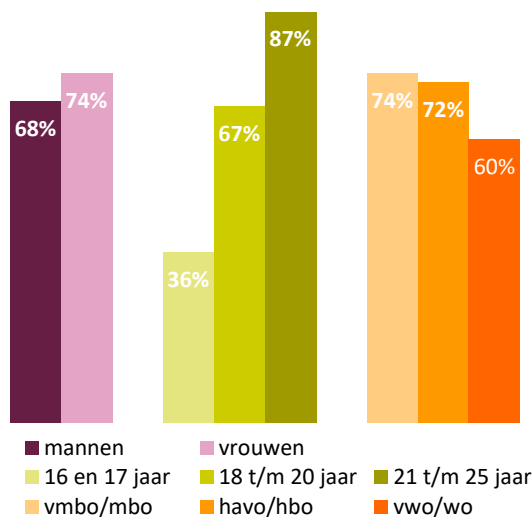
Seksuele ervaring

68,7% van de jongvolwassenen heeft seksuele ervaring; het gaat om geslachtsgemeenschap, orale en/of anale seks. De gemiddelde leeftijd waarop jongvolwassenen voor het eerst seks hebben is 16,7 jaar. 4,0% van de jongvolwassenen met ervaring met geslachtsgemeenschap was jonger dan 14 jaar toen zij voor het eerst met iemand naar bed gingen. Vrouwen hebben vaker seks gehad dan mannen. Naarmate de leeftijd stijgt, stijgt het percentage jongvolwassenen met seksuele ervaring. Praktisch opgeleide jongvolwassenen hebben vaker seksuele ervaring dan jongvolwassenen met een theoretische opleiding.

Seksuele ervaring, 2017-2023



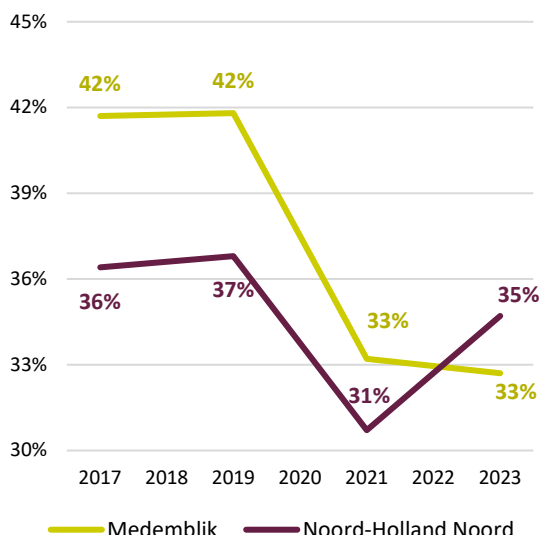
Seksuele ervaring (NHN)



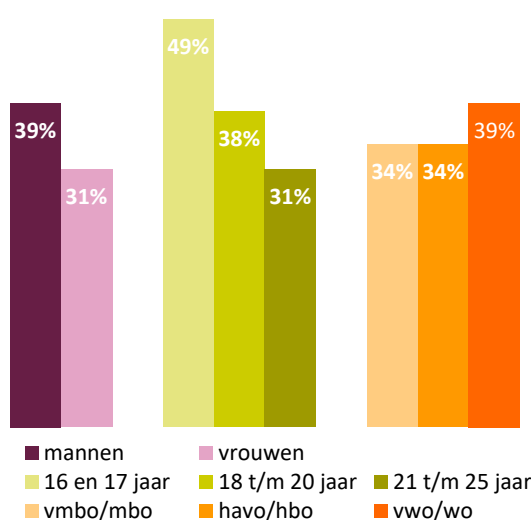
Veilig vrijen

Seksueel actieve jongvolwassenen die geen condoom gebruiken, kunnen risico lopen op een ongewenste zwangerschap of een soa. 32,7% van de seksueel actieve jongvolwassenen heeft bij het laatste seksuele contact een condoom gebruikt; 67,3% gebruikte geen condoom. De meest genoemde redenen om geen condoom te gebruiken zijn 'omdat we een ander voorbehoedsmiddel gebruikten' (37,4%) en 'omdat wij een vaste relatie hebben' (32,0%); andere redenen zijn o.a. 'omdat we elkaar vertrouwden' (28,5%) en 'omdat het niet lekker is' (12,5%). Mannen gebruiken vaker een condoom dan vrouwen. Het condoomgebruik neemt af met de leeftijd. Er is geen relatie tussen condoomgebruik en opleidingsniveau. Het condoomgebruik is hoger dan in 2021; in 2022 is dit niet nagevraagd. 75,2% maakte bij het laatste keer seksueel contact (ook) gebruik van een voorbehoedsmiddel om zwangerschap te voorkomen: 29,4% gebruikte een condoom, 36,3% gebruikte de pil en 19,4% gebruikte een spiraaltje. Voor 4,5% van de seksueel actieve jongvolwassenen was het gebruik van voorbehoedsmiddelen niet van toepassing omdat zij seks hadden met iemand van hetzelfde geslacht.

Condoomgebruik laatste keer seks*, 2017-2023



Condoomgebruik laatste keer seks* (NHN)



Jongvolwassenen Medemblik

Ervaring met seks



68,7%

Jonger dan 14 jaar bij 1e keer seks*



4,0%

Condoom gebruikt bij laatste keer seks*



32,7%

Vorbehoedsmiddel bij laatste keer seks*



75,2%

* van de jongvolwassenen met seksuele ervaring (geslachtsgemeenschap, orale en/of anale seks)

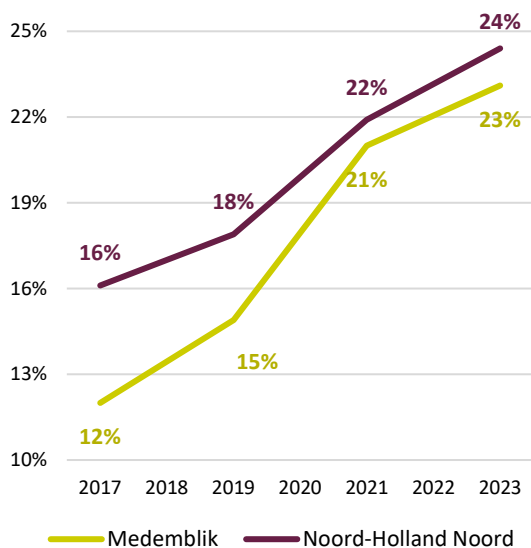
Sexueel overdraagbare aandoeningen (soa)

22,2% van de seksueel actieve jongvolwassenen in Medemblik heeft ooit een soa-test gedaan; 11,7% deed afgelopen jaar een soa-test. Het vaakst werd een soa-test bij de huisarts (12,5%) of bij de GGD (spreekuur seksuele gezondheid/soa-Sense spreekuur) (5,7%) gedaan. 3,1% deed ooit thuis een zelftest van de GGD die wordt teruggestuurd naar de GGD, 0,4% deed een zelftest via internet die wordt opgestuurd naar een laboratorium en 1,0% deed een zelftest waarbij de uitslag thuis direct te zien is. 19,0% van de seksueel actieve jongvolwassenen heeft het afgelopen jaar een soa gehad; dit is 6,1% van de totale populatie jongvolwassenen in Medemblik.

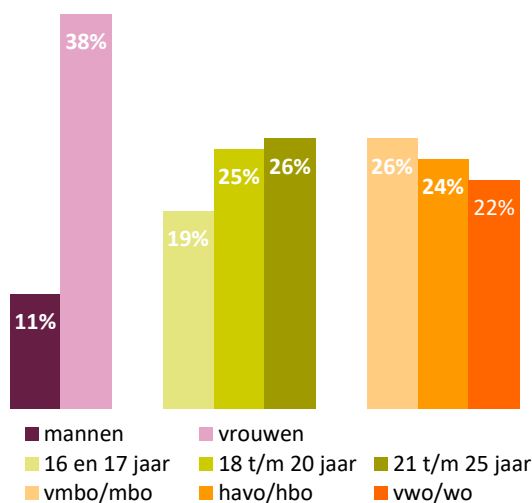
Ongewenste seksuele ervaring

23,1% heeft weleens een ongewenste seksuele ervaring gehad (bijvoorbeeld zoenen, intiem aanraken of seks); 3,7% heeft weleens een ongewenste seksuele ervaring in de thuissituatie meegemaakt. Vrouwen hebben (veel) vaker te maken met ongewenst seksueel gedrag dan mannen; dit geldt ook voor ongewenste seksuele ervaring in de thuissituatie. Minderjarige jongvolwassenen (16 en 17 jaar) hebben minder vaak ervaring met ongewenst seksueel gedrag. Er is geen verschil in ongewenste seksuele ervaring tussen jongvolwassenen met verschillende opleidingsniveaus.

Ooit ongewenste seksuele ervaring, 2017-2023



Ooit ongewenste seksuele ervaring (NHN)



Seksualiteit, 2023¹ (%)

	Medemblik	2023 versus 2022 ²	NHN	2023 versus 2022 ²	Gemeente versus NHN ²
Ervaring met geslachtsgemeenschap	68,7	-	70,7	-	■
Jonger dan 14 jaar bij eerste keer seks*	4,0	-	4,3	-	■
Condoom gebruikt bij de laatste keer seks*	32,7	-	34,7	-	■
Voorbehoedmiddel gebruikt bij laatste keer seks*	75,2	-	83,6	-	■
Ooit soa-test gedaan*	22,2	-	31,7	-	■
Afgelopen jaar soa-test gedaan*	11,7	-	15,9	-	■
Afgelopen jaar soa gehad*	19,0	-	16,1	-	■
Ooit ongewenste seksuele ervaring gehad	23,1	↔	24,4	↔	■

¹zie blz. 44 en 45 voor de uitgebreide tabellen; ²significant verschil ($p < 0,05$); *van de jongvolwassenen met seksuele ervaring (geslachtsgemeenschap, orale en/of anale seks)

Jongvolwassenen Medemblik

Afgelopen jaar soa-test*



11,7%

Ooit soa-test bij GGD*



5,7%

Afgelopen jaar soa*



19,0%

Ongewenste seksuele ervaring



23,1%

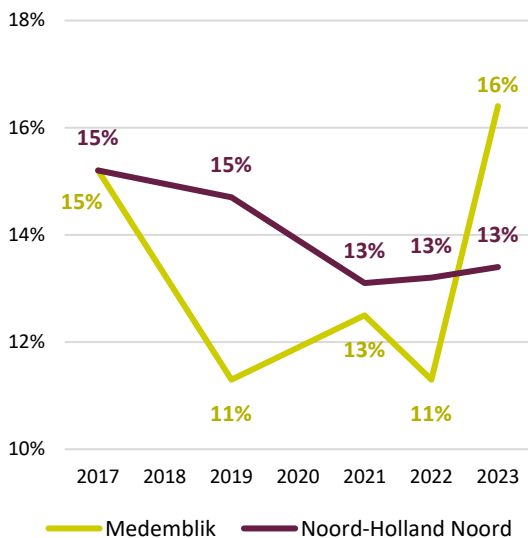
* van de jongvolwassenen met seksuele ervaring (geslachtsgemeenschap, orale en/of anale seks)

8. ROKEN, ALCOHOL EN MIDDELENGEBRUIK

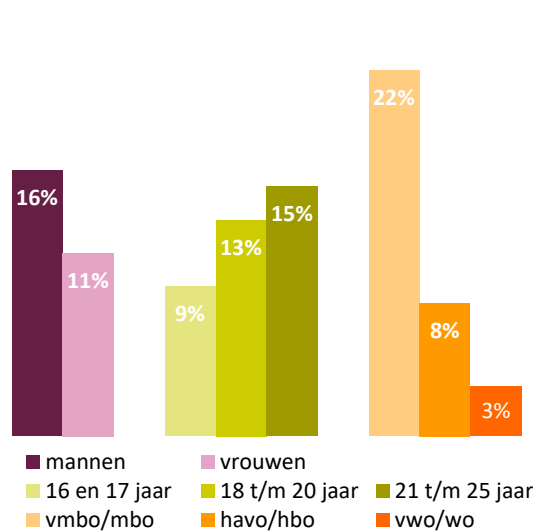
Roken

Roken is een belangrijke oorzaak van ziekte en sterfte in Nederland. Hoe jonger iemand start met roken, hoe groter de kans is op een rookverslaving. 47,9% van de jongvolwassenen in Medemblik heeft ooit sigaretten of shag gerookt; 24,7% is een regelmatige roker en rookt minstens 1 keer per week en 16,4% rookt dagelijks. 22,0% van de jongvolwassenen rookte voor het eerst toen zij jonger dan 18 jaar waren; de gemiddelde leeftijd waarop gestart is met roken is 16,1 jaar. Mannen roken vaker dan vrouwen en het percentage rokers neemt toe met de leeftijd. Het percentage rokers neemt af naarmate het opleidingsniveau stijgt. Het afgelopen jaar is het percentage dagelijkse rokers gelijk gebleven; het percentage jongvolwassenen dat ooit gerookt heeft is sterk gestegen.

Rookt dagelijks, 2017-2023



Rookt dagelijks (NHN)



Vapen (e-sigaret)

Het roken van e-sigaret (vapen of dampen) neemt toe in populariteit. 38,6% heeft ooit gevapet en 11,6% doet dit regelmatig (minstens 1 keer per week). 5,8% vapet dagelijks. In tegenstelling tot het roken van tabak, is er geen verschil in vapen tussen mannen en vrouwen. Praktisch opgeleide jongvolwassenen vapen vaker dan jongvolwassenen met een havo/hbo-opleiding en een vwo/wo-opleiding. Minderjarigen vapen vaker dan meerderjarige jongvolwassenen.

Snus

Snus is eens soort theezakje dat onder de bovenlip wordt gestopt. Het is een methode waarbij iemand nicotine binnenkrijgt zonder te roken en is van oorsprong afkomstig uit Zweden. Via bloedvaatjes in de bovenlip en mond komt de nicotine in het bloed terecht. Net zoals roken kan het gebruik van snus een verslavende werking hebben. Er bestaan ook varianten zonder tabak (maar die wel nicotine bevatten). 7,5% van de jongvolwassenen heeft ooit snus gebruikt; 0,2% gebruikt nu snus.

Alcohol

De hersenen van jongvolwassenen zijn tot het 25e levensjaar volop in ontwikkeling. Alcoholgebruik onder jongvolwassenen is schadelijk voor de ontwikkeling van de structuur van de hersenen en verhoogt de kans op problematisch alcoholgebruik op latere leeftijd. Op langere termijn verhoogt alcoholgebruik de kans op overgewicht, hart- en vaatziekten, leverziekten, hersenziekten en kanker. 83,7% van de jongvolwassenen drinkt alcohol en 92,0% heeft ooit alcohol gedronken. 12,8% dronk voor het eerst een glas alcohol toen hij of zij 14 jaar of jonger was; de gemiddelde leeftijd waarop jongvolwassenen voor het eerst alcohol dronken was 15,3 jaar.

80,3% heeft de afgelopen maand alcohol gedronken en 53,2% dronk de afgelopen maand alcohol minstens 4 gelegenheden. 11,3% drinkt meestal 10 glazen alcohol of meer bij één gelegenheid. Mannen en vrouwen verschillen niet van elkaar wat betreft alcoholgebruik in de afgelopen maand. Van de minderjarige jongvolwassenen in Medemblik heeft 64,2% afgelopen maand alcohol gedronken en van de meerderjarige jongvolwassenen 84,4%.

Jongvolwassenen Medemblik

Ooit gerookt



Rookt dagelijks



Ooit gevapet



Vapet dagelijks



Ooit snus gebruikt

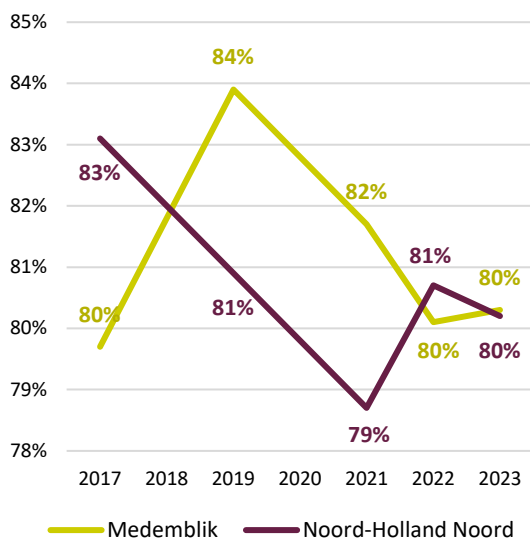


Drinkt alcohol

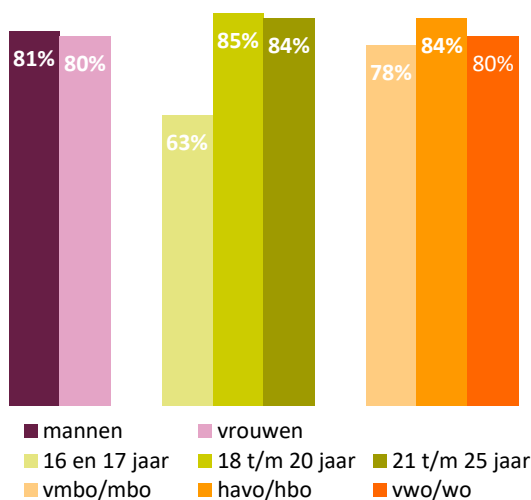


Jongvolwassenen met een opleiding op havo/hbo-niveau hebben het vaakst afgelopen maand alcohol gedronken. Het alcoholgebruik in de afgelopen maand wijkt niet af van 2022.

Alcoholgebruik afgelopen maand, 2017-2023



Alcoholgebruik afgelopen maand (NHN)

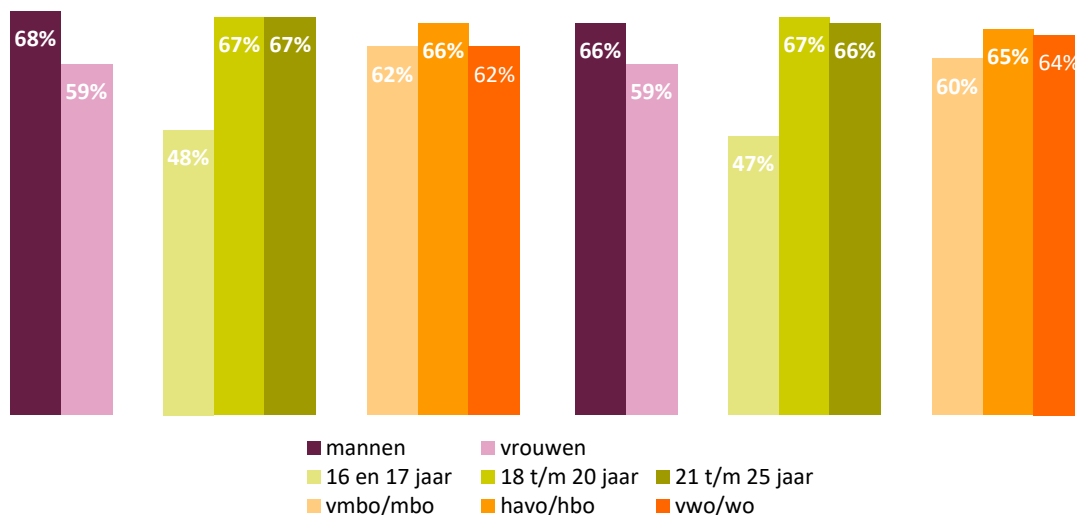


Overmatig alcoholgebruik

Van alle jongvolwassenen in Medemblik dronk 65,4% afgelopen maand minstens één keer 5 drankjes bij 1 gelegenheid en is, volgens de norm voor jeugdigen, een binge drinker. 24,7% deed dit 5 keer of vaker in de afgelopen maand (zwaar binge drinken). Meerderjarigen zijn vaker binge drinker dan minderjarigen. Van de minderjarigen is 51,7% een binge drinker en 11,8% een zware binge drinker. Mannen zijn vaker (zware) binge drinker dan vrouwen. Overmatig alcoholgebruik komt het vaakst voor onder jongvolwassenen met een havo/hbo-opleiding.

74,9% van de jongvolwassenen is ooit aangeschoten of dronken geweest en 63,0% was dit de afgelopen maand. Mannen en meerderjarigen zijn vaker de afgelopen maand dronken geweest dan vrouwen en minderjarigen. Van de minderjarigen is 52,5% ooit aangeschoten of dronken geweest en 43,4% was dit de afgelopen maand. Het percentage jongvolwassenen dat afgelopen maand dronken was is het laagst onder praktisch opgeleid jongvolwassenen.

Binge drinken (NHN)



Alcoholgebruik minderjarigen

Van de minderjarige jongvolwassenen drinkt 65,8% alcohol en 76,7% heeft ooit alcohol gedronken. Aan 16- en 17-jarige jongvolwassenen die alcohol gebruiken is gevraagd waar zij alcohol drinken en hoe zij aan alcohol komen. Minderjarigen die alcohol drinken doen dit het vaakst bij vrienden (77,4%), bij het uitgaan (78,7%) of thuis (56,0%). Ook in de keet (29,3%), op straat (5,3%) en op het werk (6,6%) worden genoemd als plekken waar jongvolwassenen alcohol drinken. Minderjarigen die alcohol drinken krijgen deze alcohol het vaakst via vrienden (71,5%) of hun ouders (49,3%). 23,3% koopt zelf alcohol.

Jongvolwassenen Medemblik

Afgelopen maand alcohol gedronken



Binge drinken



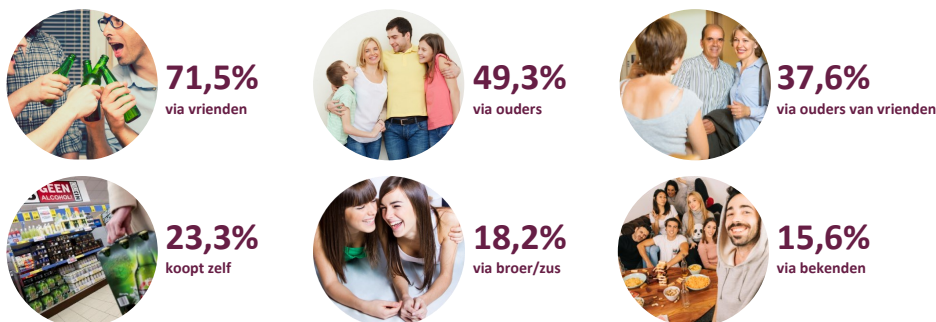
Zwaar binge drinken



Afgelopen maand dronken



Verkrijgbaarheid alcohol door minderjarigen in Medemblik (%)

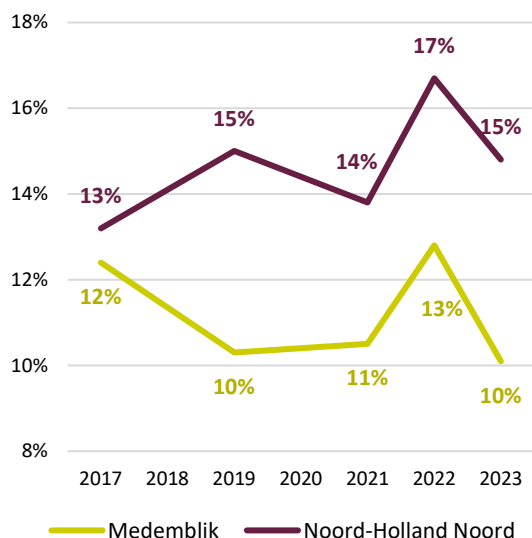


Ouders hebben invloed op het alcoholgebruik van hun kind. De meerderheid van de ouders in Medemblik (52,7%) keurt het alcoholgebruik van hun minderjarige kind goed en 2,7% zegt er niets van. 6,7% vindt dat hun kind minder alcohol moet drinken, 25,6% raadt het af, 2,7% verbiedt het drinken van alcohol en 9,5% van de ouders weet niet dat hun minderjarige kind alcohol drinkt.

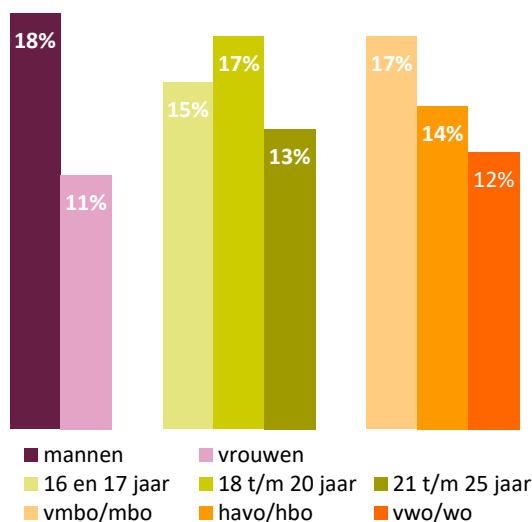
Middelengebruik

Het gebruik van drugs leidt bij langdurig en regelmatig gebruik tot (geestelijke) afhankelijkheid, psychische stoornissen en andere gezondheidsrisico's. 13,8% van de jongvolwassenen is een gebruiker van hasj of wiet en 42,6% heeft het ooit gebruikt. Afgelopen maand gebruikte 10,1% hasj of wiet. De gemiddelde leeftijd waarop jongvolwassenen voor het eerst hasj of wiet gebruikte was 16,9 jaar. Het gebruik van hasj of wiet (ooit en in de afgelopen maand) is tussen 2022 en 2023 niet significant veranderd. Mannen gebruiken vaker hasj of wiet dan vrouwen; het gebruik in de afgelopen maand is het hoogst onder 18- t/m 20-jarigen. Praktisch opgeleide jongvolwassenen gebruiken het vaakst hasj of wiet.

Hasj/wiet gebruikt afgelopen maand, 2017-2023



Hasj/wiet gebruikt afgelopen maand (NHN)

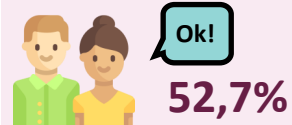


23,6% van de jongvolwassenen in Medemblik is een gebruiker van party- of harddrugs; het gaat om stimulerende, verdovende of hallucinerende middelen of middelen die het bewustzijn veranderen. 33,6% heeft ooit drugs gebruikt en 15,5% gebruikte de afgelopen maand. De meest gebruikte drugs zijn XTC, cocaïne, ketamine en amfetamine. Het gebruik van drugs in de afgelopen maand is tussen 2022 en 2023 toegenomen. Mannen gebruiken vaker drugs dan vrouwen en het gebruik neemt toe met de leeftijd. Jongvolwassenen met een vwo/wo-opleiding gebruiken het minst vaak drugs. Van de jongvolwassenen in Medemblik heeft 48,1% ooit middelen gebruikt, zoals hasj/wiet en/of (party)drugs. 22,7% gebruikte in de afgelopen maand middelen.

Sinds 1 januari 2023 staat lachgas op lijst 2 van de Opiumwet, de wet waarin de meeste drugs staan beschreven, en is verboden als genotmiddel. 18,1% van de jongvolwassenen heeft ooit lachgas gebruikt en 0,0% gebruikte het afgelopen maand lachgas. Het gebruik van lachgas is tussen 2022 en 2023 fors gedaald. 3,1% van de jongvolwassenen gebruikt wel eens ADHD-medicijnen zonder recept (zoals Ritalin en Concerta) om zich beter te kunnen concentreren.

Jongvolwassenen Medemblik

Ouders keuren alcoholgebruik goed*



Afgelopen maand hasj of wiet gebruikt



Afgelopen maand harddrugs gebruikt



Afgelopen maand lachgas gebruikt

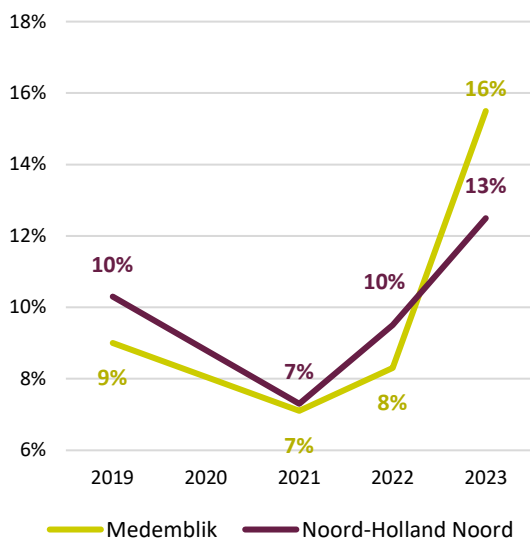


Gebruikt weleens ADHD-medicatie zonder doktersrecept

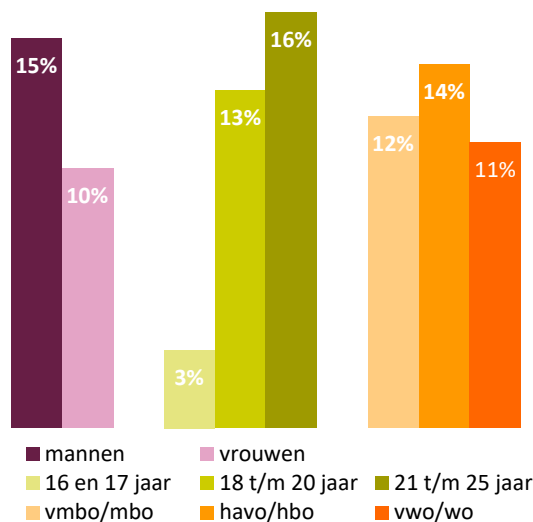


*van de minderjarige jongvolwassenen die alcohol drinken

Harddrugs gebruik afgelopen maand, 2017-2023



Harddrugs gebruik afgelopen maand (NHN)



Mening over alcohol en drugs

Aan de hand van 6 stellingen is gevraagd naar de mening over alcohol en drugs. 22,8% vindt het normaal als jongvolwassenen drugs gebruiken, bij 26,2% wordt in de vriendengroep (vaak) drugs gebruikt, 56,0% vindt dat het makkelijk is om aan drugs te komen, 25,3% is het eens met de stelling dat jongvolwassenen liever drugs dan alcohol gebruiken omdat dit goedkoper is. 39,5% vindt dat het in zijn of haar vriendengroep normaal is om 10 glazen alcohol bij één gelegenheid te drinken en bij 34,8% is het in de vriendengroep normaal om alcoholvrije drank (zoals alcoholvrij bier, wijn of cocktails) te drinken bij het uitgaan of een feestje.

Meest gebruikte harddrugs (NHN)

Ooit gebruikt:	Afgelopen maand gebruikt:
1. XTC (26,2%)	1. XTC (8,4%)
2. Cocaïne (13,3%)	2. Cocaïne (4,5%)
3. Ketamine (11,0%)	3. Ketamine (3,0%)
4. 2C-B (9,3%)	4. MMC (3,0%)
5. MMC (9,2%)	5. Amfetamine (1,8%)
6. Amfetamine (8,8%)	6. 2C-B (0,7%)
7. Paddo's of truffels (8,4%)	7. Paddo's of truffels (0,5%)

Roken, alcohol en middelengebruik, 2023¹ (%)

	Medemblik	2023 versus 2022 ²	NHN	2023 versus 2022 ²	Gemeente versus NHN ²
Ooit gerookt	47,9	↔	46,5	↑	■
Dagelijks roken (minstens 1 keer per dag)	16,4	↔	13,4	↔	■
Ooit gevapet	38,6	-	39,7	-	■
Dagelijks vaperen (minstens 1 keer per dag)	5,8	-	5,2	-	■
Ooit snus gebruikt	7,5	-	7,3	-	■
Ooit alcohol gedronken	92,0	-	92,4	-	■
Afgelopen maand alcohol gedronken	80,3	↔	80,2	↔	■
Binge drinker	65,4	-	63,3	-	■
Zware binge drinker	24,7	-	17,4	-	■
Ooit aangeschoten of dronken geweest	74,9	-	74,6	-	■
Afgelopen maand aangeschoten of dronken	63,0	-	62,4	-	■
Ooit hasj/wiet gebruikt	42,6	↔	45,8	↔	■
Afgelopen maand hasj/wiet gebruikt	10,1	↔	14,8	↔	■
Ooit harddrugs gebruikt	33,6	↔	28,4	↔	■
Afgelopen maand harddrugs gebruikt	15,5	↔	12,5	↑	■
Ooit lachgas gebruikt	18,1	↔	19,0	↓	■
Afgelopen maand lachgas gebruikt	0,0	↓	0,2	↓	■
Weleens ADHD-medicatie zonder voorschrift	3,1	↓	3,4	↓	■

¹zie blz. 46 en 47 voor de uitgebreide tabellen; ²significant verschil (p<0,05)

Jongvolwassenen Medemblik

Eens met de stellingen:

Drugsgebruik is normaal



In vriendengroep wordt drugs gebruikt



Het is makkelijk om aan drugs te komen



Voorkeur voor drugs boven alcohol, want goedkoper



10 glazen alcohol per keer is normaal



Alcoholvrij drinken is normaal



9. SPORTEN, BEWEGEN, BMI EN VOEDING

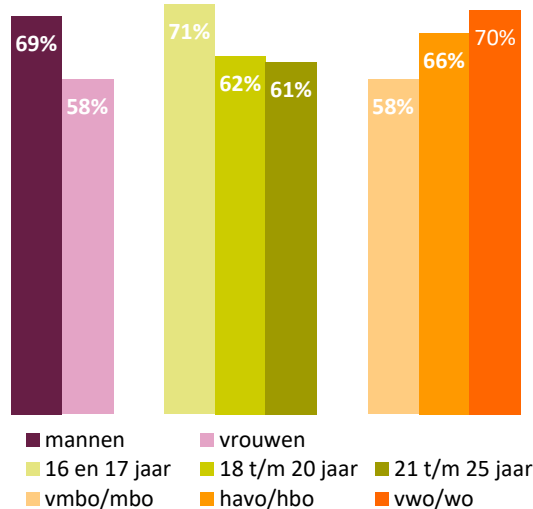
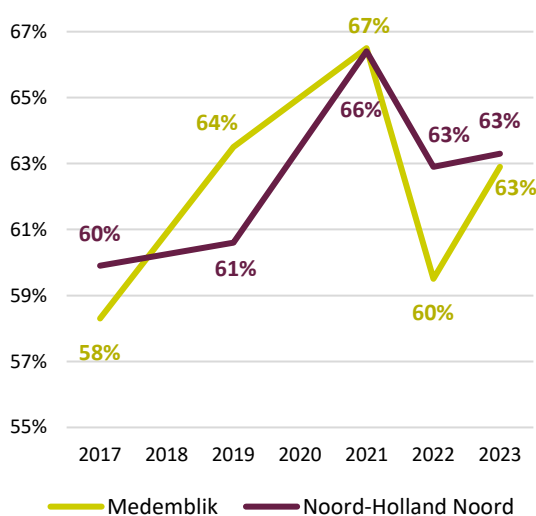
Sporten

72,2% van de jongvolwassenen sport wekelijks en 62,9% sport op minstens 2 dagen per week. Het gaat hierbij zowel om sporten bij een club, vereniging of sportschool als andere sportactiviteiten zoals hardlopen of wielrennen. Het percentage dat op minstens 2 dagen per week sport is tussen 2022 en 2023 vrijwel gelijk gebleven. Mannen sporten vaker op minstens 2 dagen per week dan vrouwen en minderjarige jongvolwassenen sporten vaker regelmatig dan meerderjarigen. Er is een relatie tussen sporten en opleidingsniveau: praktisch opgeleide jongvolwassenen sporten het minst vaak op minimaal 2 dagen per week.

In Medemblik is 56,2% lid van een sportclub, sportvereniging of sportschool. Er is geen significante verandering ten opzichte van een jaar eerder in het percentage jongvolwassenen dat lid is van een sportclub, sportvereniging of sportschool. Het lidmaatschap van een sportclub neemt af naarmate de leeftijd stijgt en het opleidingsniveau daalt.

Sport op minstens 2 dagen per week, 2017-2023

Sport op minstens 2 dagen per week (NHN)

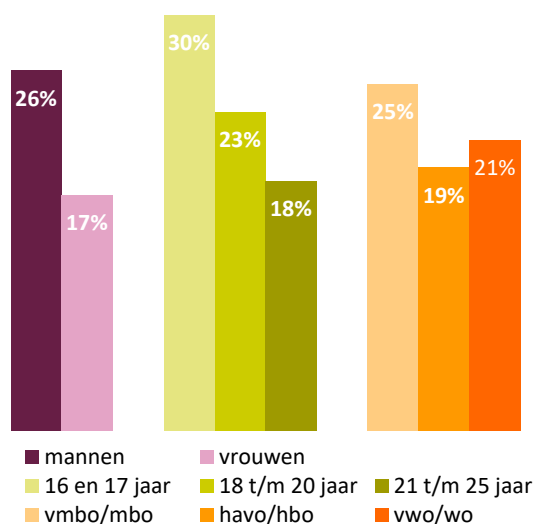
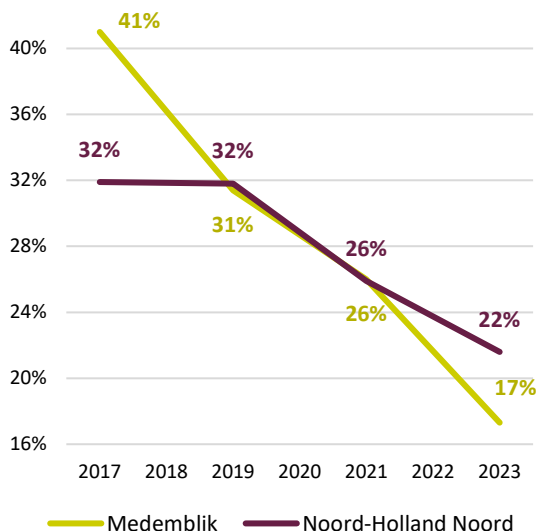


Bewegen

Lichamelijk actief zijn heeft een positief effect op de conditie, het welzijn en het lichaamsgewicht. Het verkleint de kans op gezondheidsproblemen op latere leeftijd, zoals hart- en vaatziekten en diabetes. Voor jongeren tot 18 jaar is de Nederlandse Norm Gezond Bewegen (NNGB) dagelijks minimaal 1 uur matig intensief bewegen; voor volwassenen wekelijks tenminste 2,5 uur matig intensief bewegen. In dit rapport wordt de norm voor jongeren tot 18 jaar aangehouden voor alle jongvolwassenen van 16 t/m 25 jaar. 17,3% van de jongvolwassenen in Medemblik beweegt dagelijks minstens een uur; 51,8% beweegt op minimaal 5 dagen per week minstens een uur.

Beweegt dagelijks minimaal een uur, 2017-2023

Beweegt dagelijks minimaal een uur (NHN)



Jongvolwassenen
Medemblik

Sport op minstens 2
dagen per week



62,9%

Lid sportvereniging
of sportschool



56,2%

Beweegt dagelijks
minimaal een uur



17,3%

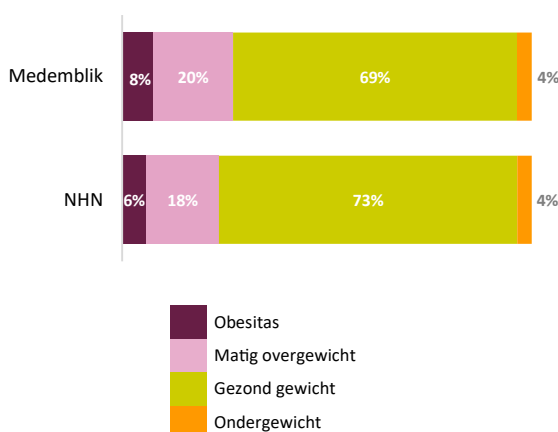
Mannen bewegen vaker minstens een uur per dag dan vrouwen en naarmate jongvolwassenen ouder worden, bewegen ze minder vaak. Het percentage jongvolwassenen dat minstens een uur per dag beweegt is het laagst onder praktisch opgeleide jongvolwassenen. Tussen 2017 en 2023 is het percentage jongvolwassenen dat minstens een uur per dag beweegt gedaald.

BMI

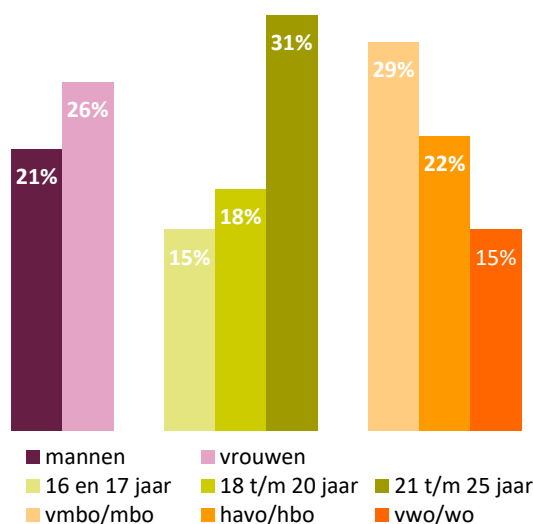
Na roken is overgewicht de belangrijkste oorzaak van gezondheidsverlies. Mensen met obesitas hebben een gezonde levensverwachting die 5 jaar lager is dan van mensen met een gezond gewicht. Een ongezond gewicht kan leiden tot tal van aandoeningen en klachten, zoals hart- en vaatziekten, diabetes en depressie. Overgewicht leidt ook tot (indirecte) kosten door een hoger zorggebruik, meer ziekteverzuim en arbeidsongeschiktheid.

Voeding en beweging zijn van grote invloed op gewicht. De indeling in gewicht wordt bepaald door de verhouding tussen het gewicht en de lengte, de Body Mass Index (BMI). Van de jongvolwassenen in Medemblik heeft 69,3% een gezond gewicht, 3,6% heeft ondergewicht, 19,5% heeft matig overgewicht en 7,6% heeft ernstig overgewicht (obesitas). In totaal heeft 27,1% overgewicht. Mannen hebben vaker een gezond gewicht dan vrouwen; vrouwen hebben vaker overgewicht. Het percentage jongvolwassenen met overgewicht neemt sterk toe met de leeftijd; een derde van de jongvolwassenen van 21 t/m 25 jaar heeft overgewicht.

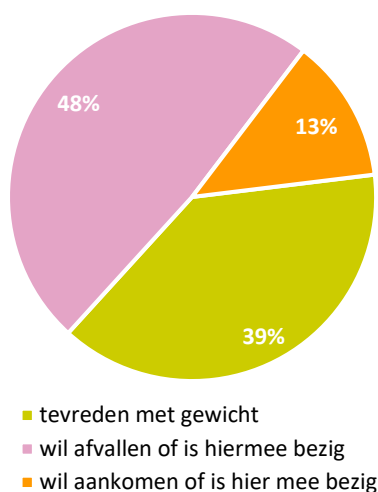
Verdeling gewicht



Overgewicht (NHN)



Tevredenheid met gewicht



Minder dan de helft van de jongvolwassenen is tevreden met zijn of haar gewicht, namelijk 38,7%. 48,6% van de jongvolwassenen wil afvallen of is hiermee bezig. 12,7% van de jongvolwassenen wil aankomen of is hiermee bezig. Mannen zijn vaker tevreden met hun gewicht dan vrouwen; ook zijn er meer mannen die willen aankomen of hiermee bezig zijn dan vrouwen. Er is geen relatie tussen tevredenheid met eigen gewicht en leeftijd. Jongvolwassenen met een vwo/wo-opleiding zijn vaker tevreden met hun gewicht en willen minder vaak afvallen dan praktisch opgeleide jongvolwassenen en jongvolwassenen met een havo/hbo-opleiding.

Voeding

53,6% van de jongvolwassenen eet en drinkt over het algemeen (heel) gezond; 8,5% eet over het algemeen (heel) ongezond. Hoe ouder de jongvolwassenen zijn des te vaker zij vinden dat zij (heel) gezond eten. Het percentage dat gezond eet en drinkt stijgt met het opleidingsniveau. Er is geen significant verschil in gezond eten en drinken tussen mannen en vrouwen. Aan jongvolwassenen die (heel) ongezond eten en drinken is gevraagd naar de redenen hiervan; de meest genoemde redenen zijn 'ik let niet zo op mijn eetpatroon', 'gezond eten is duurder' en 'gezond eten kost meer tijd'.

Jongvolwassenen Medemblik

Gezond gewicht



Overgewicht (inclusief obesitas)



Ondergewicht

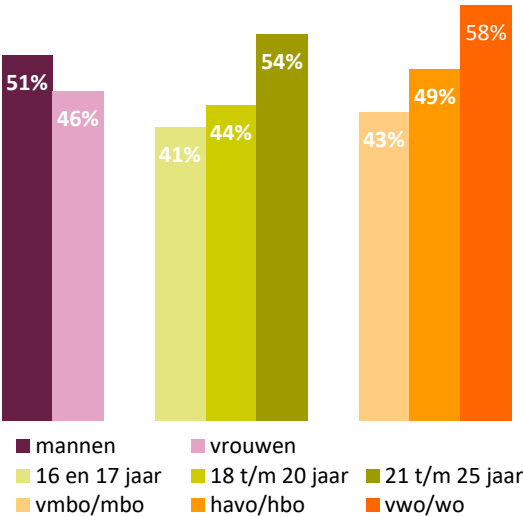


Tevreden met gewicht



22,3% van de jongvolwassenen eet dagelijks groente, 23,1% eet dagelijks fruit, 35,3% eet dagelijks vlees en 53,7% eet minstens 1 keer per week fastfood (ongezond voedsel dat relatief goedkoop is, zoals patat, snacks, hamburger, pizza, shoarma). Vooral de relatie met opleidingsniveau valt op: de hoogst opgeleide jongvolwassenen eten het vaakst dagelijks groente en fruit en het minst vaak dagelijks vlees en wekelijks fastfood. 4,7% van de jongvolwassenen eet nooit vlees. Meest genoemde redenen om geen vlees te eten zijn: dierenwelzijn, milieu en de beschikbaarheid van lekkere vleesvervangers. Bij het kopen van voedsel letten jongvolwassenen het vaakst op de prijs (70,3%), de hoeveelheid calorieën (27,2%) en de hoeveelheid eiwitten (20,1%). 16,6% let nergens op als hij of zij voedsel koopt.

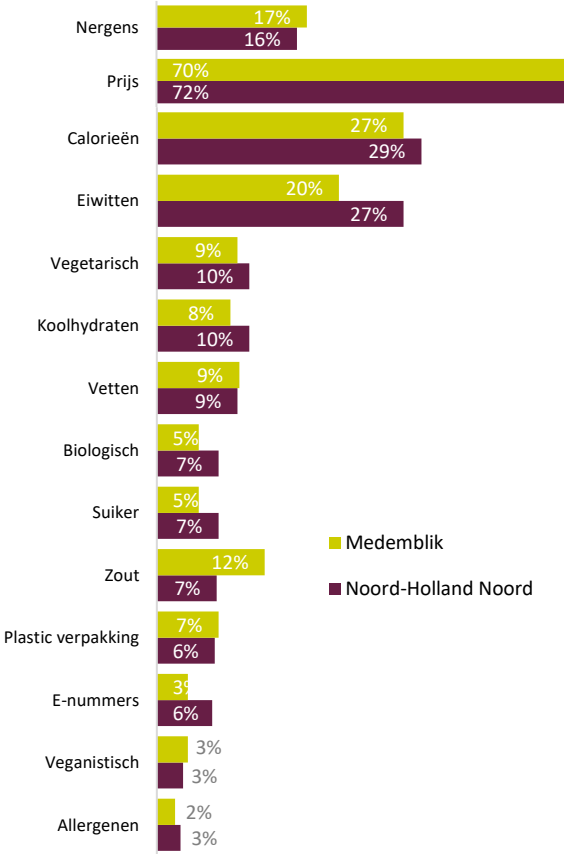
Eet over het algemeen (heel) gezond (NHN)



Eet en drinkt (heel) ongezond, omdat:

- Let niet zo op voedingspatroon (5,3%)
- Gezond eten is duurder (0,8%)
- Gezond eten kost meer tijd (2,4%)
- Wordt niet snel dik (1,9%)
- Interesseert me niet (1,1%)
- Vindt gezond eten niet lekker (1,0%)
- Weet (te) weinig over gezond eten (0,7%)
- Sport genoeg om het te compenseren (0,3%)

Waar jongvolwassenen op letten bij het kopen van voedsel



Sporten, bewegen, BMI en voeding, 2023¹ (%)

	Medemblik	2023 versus 2022 ²	NHN	2023 versus 2022 ²	Gemeente versus NHN ²
Sport minstens 2 keer per week	62,9	↔	63,3	↔	■
Lid van een sportvereniging of sportclub	56,2	↔	64,0	↔	■
Beweegt dagelijks een uur	17,3	-	21,6	-	■
Gezond gewicht	69,3	↔	72,9	↔	■
Overgewicht (inclusief obesitas)	27,1	↔	23,6	↔	■
Tevreden met gewicht	38,7	-	41,6	-	■
Vindt zelf dat hij/zij (heel) gezond eet en drinkt	53,6	-	48,3	-	■
Eet dagelijks groente	22,3	-	27,0	-	■
Eet dagelijks fruit	23,1	-	20,2	-	■
Eet dagelijks vlees	35,3	-	28,5	-	■
Eet nooit vlees	4,7	-	5,7	-	■
Eet minstens 1 keer per week fastfood	53,7	-	58,7	-	■

¹zie blz. 48 en 49 voor de uitgebreide tabellen ; ²significant verschil (p<0,05)

Jongvolwassenen Medemblik

Eet (heel) gezond



53,6%

Eet dagelijks groente



22,3%

Eet dagelijks fruit



23,1%

Eet dagelijks vlees



35,3%

Eet wekelijks fastfood



53,7%

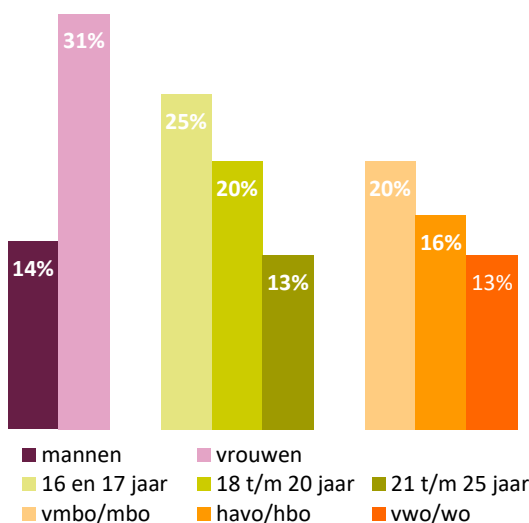
10. SOCIALE MEDIA, GAMEN EN SEXTING

Sociale media

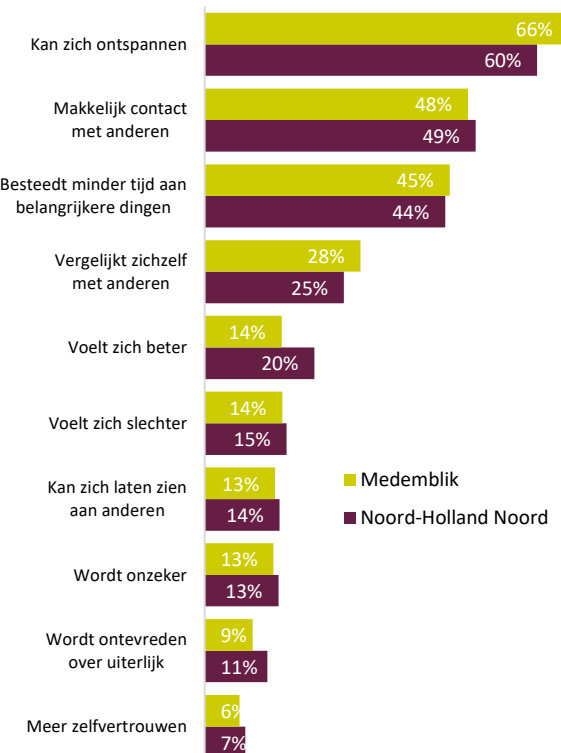
7,4% van de jongvolwassenen besteedt dagelijks minder dan 1 uur aan sociale media, zoals Instagram, TikTok, YouTube, Facebook, Twitch, BeReal en Snapchat. 44,7% besteedt hier dagelijks 1 tot 3 uur aan, 32,4% besteedt dagelijks 3 tot 5 uur aan sociale media en 14,8% besteedt dagelijks 5 uur of meer aan sociale media. Vrouwen besteden vaker dan mannen 5 uur of meer per dag aan sociale media. Het langdurig gebruik van sociale media neemt af met de leeftijd en naarmate het opleidingsniveau stijgt. 59,6% van de jongvolwassenen vindt zichzelf verslaafd aan sociale media: 7,9% vindt zichzelf erg verslaafd en 51,7% vindt zichzelf een beetje verslaafd.

Bij navraag naar de invloed van sociale media worden zowel positieve als negatieve aspecten genoemd. 66,1% vindt dat hij of zij zich kan ontspannen door sociale media, 47,8% komt makkelijker in contact met anderen door sociale media en 44,5% besteedt door sociale media minder tijd aan dingen die belangrijker zijn.

Dagelijks ≥ 5 uur sociale media (NHN)



Invloed van sociale media



Gamen

26,0% van de jongvolwassenen besteedt dagelijks minder dan 1 uur aan gamen. 18,7% besteedt hier dagelijks 1 tot 3 uur aan, 6,9% besteedt dagelijks 3 tot 5 uur aan gamen en 1,9% gamet dagelijks 5 uur of meer. Mannen besteden vaker (veel) tijd aan gamen dan vrouwen; er is geen relatie tussen leeftijd of opleidingsniveau en (veel) tijd besteden aan gamen.

Ondanks dat er een kleine groep jongvolwassenen veel tijd aan gamen besteedt, vindt 52,5% van de jongvolwassenen vindt zichzelf verslaafd aan gamen: 0,7% vindt zichzelf erg verslaafd en 51,7% vindt zichzelf een beetje verslaafd.

Sexting

Sexting is het verzenden en/of ontvangen van seksueel getinte beelden of tekstberichten. 16,7% heeft het afgelopen jaar weleens een naaktfoto of seksfilmpje van zichzelf aan iemand anders gestuurd. Minderjarige jongvolwassenen verspreiden minder vaak naaktfoto's van zichzelf dan meerderjarige jongvolwassenen. 2,9% heeft het afgelopen jaar weleens een naaktfoto of seksfilmpje van iemand anders verspreid. Er ontstaan problemen als deze foto's of filmpjes tegen iemands wil worden verspreid. Van 3,5% van de jongvolwassenen zijn wel eens tegen zijn of haar wil naaktfoto's of filmpjes verspreid. Het verspreiden van naaktfoto's of -filmpjes, gewenst of ongewenst, lijkt over de afgelopen periode (2017-2023) vrijwel gelijk te blijven. Vrouwen hebben vaker dan mannen te maken met ongewenste verspreiding van naaktfoto's of filmpjes van zichzelf door een ander. Ongewenste verspreiding van naaktbeelden neemt af naarmate het opleidingsniveau stijgt.

Jongvolwassenen Medemblik

Dagelijks ≥ 5 uur sociale media



14,8%

Verslaafd aan sociale media



59,6%

Dagelijks ≥ 5 uur gamen



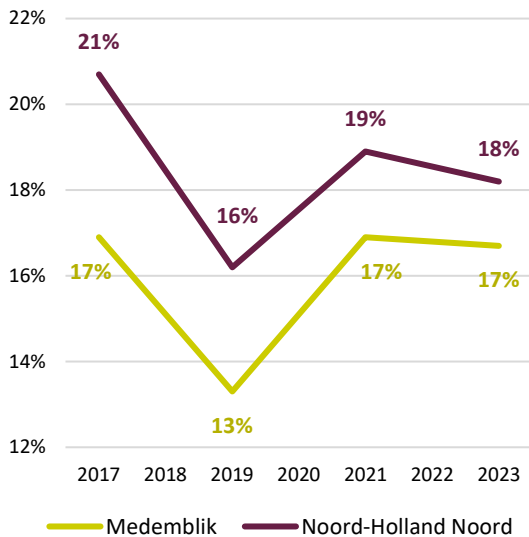
1,9%

Naaktfoto van zichzelf verspreid

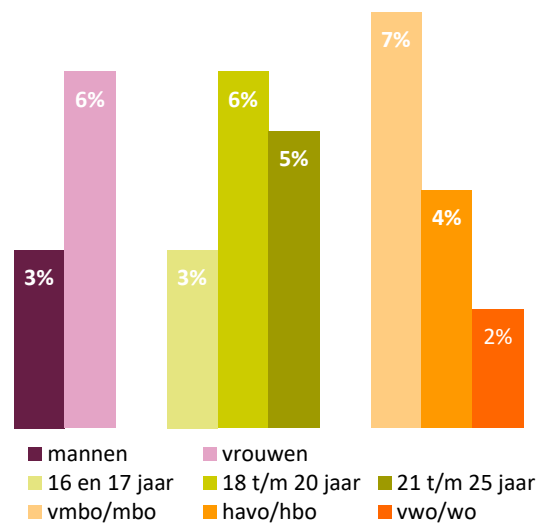


16,7%

Afgelopen jaar naaktfoto van zichzelf verstuurd, 2017-2023



Ooit ongewenst naaktfoto van zichzelf door ander verspreid (NHN)

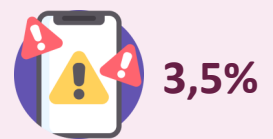


Jongvolwassenen Medemblik

Naaktfoto van ander verspreid



Ongewenste verspreiding naaktfoto



Sociale media, gamen en sexting, 2023¹ (%)

	Medemblik	2023 versus 2022 ²	NHN	2023 versus 2022 ²	Gemeente versus NHN ²
Besteedt ≥ 5 uur per dag aan sociale media	14,8	-	17,3	-	■
Vindt zichzelf beetje tot erg verslaafd aan sociale media	59,6	-	61,5	-	■
Besteedt ≥ 5 uur per dag aan gamen	1,9	-	1,7	-	■
Vindt zichzelf beetje tot erg verslaafd aan gamen	52,5	-	46,8	-	■
Afgelopen jaar naaktfoto van zichzelf verspreid	16,7	-	18,2	-	■
Afgelopen jaar naaktfoto van ander verspreid	2,9	-	2,6	-	■
Ooit ongewenst naaktfoto van zichzelf door ander verspreid	3,5	-	4,6	-	■

¹zie blz. 50 en 51 voor de uitgebreide tabellen ; ²significant verschil (p<0,05)

Bijlage: Tabellen Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen 2023

2. Wonen, Relaties, Werk, Opleiding en Financiën, 2017-2023 (%)

Noord-Holland Noord							Medemblik							Gemeente versus NHN 2023*
	2017	2019	2021	2022	2023	2023 versus 2022*		2017	2019	2021	2022	2023	2023 versus 2022*	
Aantal	70.722	75.249	75.738	76.015	77.303			4.803	5.197	5.252	5.303	5.504		
Woont bij ouder(s)/verzorger(s)	79,2	79,5	79,9	81,8	78,3	↓		79,4	83,9	85,6	86,2	83,4	↔	■
Woont samen met anderen (bv. studentenhuys)	-	-	-	3,0	5,2	↑		-	-	-	2,2	6,2	↔	■
Woont met partner en/of kind(eren)	-	-	-	8,9	9,5	↔		-	-	-	9,4	7,1	↔	■
Woont zelfstandig alleen	-	-	-	5,8	5,9	↔		-	-	-	2,0	2,3	↔	■
Heeft een vaste relatie	-	-	-	41,2	40,5	↔		-	-	-	35,3	37,1	↔	■
Geen vaste relatie, met iemand aan het daten	-	-	-	8,8	9,2	↔		-	-	-	10,3	9,4	↔	■
Heeft een goede relatie met ouders(s) (cijfer ≥8)	-	69,3	71,7	-	68,7	-		-	73,7	73,8	-	73,1	-	■
Heeft een slechte relatie met ouder(s) (cijfer ≤5)	-	-	-	-	8,1	-		-	-	-	-	7,5	-	■
Heeft betaald werk	85,8	87,3	87,3	88,9	89,9	↔		93,9	91,2	88,5	88,4	94,9	↔	■
Werkt minder dan 12 uur per week	-	-	-	26,1	23,4	↔		-	-	-	24,9	26,9	↔	■
Werkt 32 uur per week of meer	-	-	-	30,7	32,2	↔		-	-	-	34,3	31,7	↔	■
Volgt een opleiding	79,4	73,1	72,6	70,0	66,2	↓		75,5	69,6	70,0	66,5	62,9	↔	■
Volgt een opleiding en heeft betaald werk	67,0	63,5	62,2	61,7	59,8	↔		61,6	63,3	60,9	58,2	58,7	↔	■
Volgt een opleiding en heeft geen betaald werk	-	-	-	8,3	7,1	↔		-	-	-	8,2	4,3	↔	■
Volgt geen opleiding en heeft betaald werk	-	-	-	27,3	30,1	↑		-	-	-	30,2	36,3	↔	■
Volgt geen opleiding en heeft geen betaald werk	-	-	-	2,7	3,0	↔		-	-	-	3,3	0,8	↔	■
Is werkloos of werkzoekend	1,5	2,1	1,6	0,5	2,1	↑		1,9	0,6	1,4	0,7	0,7	↔	■
Is arbeidsongeschikt of langdurig ziek	-	-	-	0,7	1,3	↑		-	-	-	0,0	0,0	↑	■
Heeft een bijstandsuitkering	-	-	-	0,5	0,8	↔		-	-	-	0,7	0,0	↓	■
Heeft moeite alles te betalen wat moet	-	-	-	26,4	25,3	↔		-	-	-	27,1	21,8	↔	■
Gevoel weinig controle over geldzaken te hebben	-	-	-	18,3	20,8	↔		-	-	-	13,1	22,8	↑	■
Heeft schulden (excl. studieschuld en hypotheek)	-	-	-	11,4	9,4	↓		-	-	-	9,7	9,6	↔	■
Heeft €1.000 schuld of meer	4,6	3,7	6,0	-	4,4	-		5,6	1,9	3,9	-	5,1	-	■
Heeft studieschuld (bij DUO)	-	-	-	-	29,6	-		-	-	-	-	26,5	-	■
Heeft studieschuld van €30.000 of meer	-	-	-	-	3,4	-		-	-	-	-	5,0	-	■
Afgelopen jaar online gegokt	-	-	-	-	14,3	-		-	-	-	-	20,4	-	■
Weleens meer geld vergokt dan het plan was	-	-	-	-	3,7	-		-	-	-	-	8,9	-	■
Vindt zelf dat hij/zij een gokprobleem heeft	-	-	-	-	1,0	-		-	-	-	-	4,2	-	■
Ander vindt dat hij/zij gokprobleem heeft	-	-	-	-	0,6	-		-	-	-	-	1,5	-	■
Doet aan beleggen	-	-	-	-	19,6	-		-	-	-	-	24,1	-	■
Belegt in aandelen, obligaties of fondsen	-	-	-	-	13,3	-		-	-	-	-	15,3	-	■
Belegt in cryptomunten	-	-	-	-	12,1	-		-	-	-	-	17,4	-	■
Belegt in iets anders (bv. opties, vastgoed, kunst)	-	-	-	-	3,1	-		-	-	-	-	3,4	-	■

*significant verschil ($p < 0,05$)

2. Wonen, Relaties, Werk, Opleiding en Financiën naar gender, leeftijdscategorie en opleidingsniveau (%)

Noord-Holland Noord 2023												
	mannen	vrouwen	mannen versus vrouwen *	16-17 jaar	18-20 jaar	21-25 jaar	verschil tussen leeftijdscategorieën *	vso/praktijk/vmbo/nbo	havo/hbo	vwo/wo	verschil tussen opleidingsniveaus *	Totaal NHN 2023
Aantal	39.594	36.665		15.460	24.039	37.804		33.294	27.852	14.868		77.303
Woont bij ouder(s)/verzorger(s)	81,8	74,2	■	98,6	90,8	62,3	■	78,3	79,0	78,7	■	78,3
Woont samen met anderen (bv. studentenhuus)	5,4	5,1	■	0,6	4,8	7,3	■	2,3	5,8	10,2	■	5,2
Woont met partner en/of kind(eren)	5,9	13,6	■	0,0	0,9	18,7	■	10,7	9,5	5,9	■	9,5
Woont zelfstandig alleen	6,1	5,8	■	0,2	2,4	10,4	■	7,5	5,1	4,2	■	5,9
Heeft een vaste relatie	34,2	47,2	■	19,9	34,8	52,3	■	40,7	42,6	35,8	■	40,5
Geen vaste relatie, met iemand aan het daten	10,9	7,4	■	11,3	8,7	8,7	■	10,0	8,9	7,5	■	9,2
Heeft een goede relatie met ouders(s) (cijfer ≥8)	70,8	67,5	■	69,9	66,5	69,7	■	66,5	70,2	71,1	■	68,7
Heeft een slechte relatie met ouder(s) (cijfer ≤5)	6,6	9,1	■	7,8	7,9	8,4	■	9,9	6,2	6,6	■	8,1
Heeft betaald werk	90,0	90,2	■	89,5	89,0	90,6	■	92,0	91,3	85,8	■	89,9
Werkt minder dan 12 uur per week	21,2	27,4	■	49,2	27,4	12,4	■	16,3	24,2	41,6	■	23,4
Werkt 32 uur per week of meer	36,8	28,1	■	6,7	21,2	49,4	■	41,7	31,7	13,9	■	32,2
Volgt een opleiding	65,6	67,2	■	96,3	77,8	46,5	■	55,7	71,6	84,4	■	66,2
Volgt een opleiding en heeft betaald werk	59,2	60,8	■	87,3	70,4	42,0	■	50,9	65,6	71,5	■	59,8
Volgt een opleiding en heeft geen betaald werk	7,8	6,2	■	8,9	8,8	5,3	■	4,8	7,0	12,5	■	7,1
Volgt geen opleiding en heeft betaald werk	30,8	29,4	■	2,2	18,5	48,6	■	41,1	25,7	14,3	■	30,1
Volgt geen opleiding en heeft geen betaald werk	2,2	3,5	■	1,5	2,2	4,1	■	3,3	1,7	1,7	■	3,0
Is werkloos of werkzoekend	1,7	2,4	■	1,1	1,6	2,9	■	2,2	1,2	1,4	■	2,1
Is arbeidsongeschikt of langdurig ziek	0,9	1,6	■	0,3	0,8	2,2	■	1,7	0,5	0,4	■	1,3
Heeft een bijstandsuitkering	0,5	1,0	■	0,0	0,4	1,5	■	0,9	0,6	0,2	■	0,8
Heeft moeite alles te betalen wat moet	21,7	28,7	■	19,0	26,4	27,1	■	28,0	24,3	20,2	■	25,3
Gevoel weinig controle over geldzaken te hebben	19,2	22,0	■	18,7	22,3	20,6	■	22,4	19,3	19,2	■	20,8
Heeft schulden (excl. studieschuld en hypotheek)	10,3	8,3	■	3,4	7,6	12,9	■	11,1	8,7	6,4	■	9,4
Heeft €1.000 schuld of meer	5,3	3,5	■	0,4	2,8	7,0	■	5,2	3,8	3,2	■	4,4
Heeft studieschuld (bij DUO)	30,1	29,2	■	1,7	23,7	44,5	■	21,0	37,5	33,9	■	29,6
Heeft studieschuld van €30.000 of meer	3,9	2,9	■	0,0	0,2	6,8	■	0,3	4,1	8,5	■	3,4
Afgelopen jaar online gegokt	24,4	4,2	■	5,6	17,0	16,1	■	15,2	15,2	10,7	■	14,3
Weleens meer geld vergokt dan het plan was	6,3	1,1	■	1,1	4,6	4,2	■	4,0	4,3	1,9	■	3,7
Vindt zelf dat hij/zij een gokprobleem heeft	1,9	0,1	■	0,1	1,0	1,4	■	0,8	1,3	0,7	■	1,0
Ander vindt dat hij/zij gokprobleem heeft	1,1	0,1	■	0,2	0,8	0,6	■	0,8	0,7	0,0	■	0,6
Doet aan beleggen	30,1	9,2	■	9,0	15,6	26,5	■	15,1	24,4	20,7	■	19,6
Belegt in aandelen, obligaties of fondsen	20,8	6,5	■	3,9	9,5	19,6	■	8,1	17,4	16,6	■	13,3
Belegt in cryptomunten	21,3	3,4	■	5,2	10,0	16,6	■	10,1	15,4	11,2	■	12,1
Belegt in iets anders (bv. opties, vastgoed, kunst)	5,7	0,9	■	2,4	2,1	4,1	■	2,4	3,5	3,4	■	3,1

* significant verschil (p<0,05)

3. Gezondheid, 2017-2023 (%)

Noord-Holland Noord							Medemblik						Gemeente versus NHN 2023*
2023 versus 2022*							2023 versus 2022*						
Aantal	2017	2019	2021	2022	2023		2017	2019	2021	2022	2023		
Ervaren gezondheid (zeer) goed	70.722	75.249	75.738	76.015	77.303	↑	4.803	5.197	5.252	5.303	5.504	↑	
Ervaren gezondheid (zeer) slecht	81,1	80,7	76,2	65,5	75,4	↓	84,0	84,5	74,5	63,7	76,3	↓	
	-	-	-	5,9	3,2		-	-	-	7,3	1,8		
Afgelopen jaar 1 of meer ziektes/aandoeningen ¹	-	-	-	-	61,8	-	-	-	-	-	57,8	-	
Afgelopen jaar ADHD/ADD+	8,0	11,0	11,6	-	16,7	-	10,1	9,7	12,0	-	20,6	-	
Afgelopen jaar buik-/maagklachten	-	-	-	-	17,8	-	-	-	-	-	14,0	-	
Afgelopen jaar chronische vermoeidheid	15,6	17,2	23,0	-	22,1	-	10,4	15,5	20,6	-	18,6	-	
Afgelopen jaar long COVID	-	-	-	-	2,5	-	-	-	-	-	4,0	-	
Afgelopen jaar migraine/langdurige hoofdpijn	10,4	12,1	13,4	-	12,6	-	9,8	10,5	15,2	-	11,8	-	
Slaapt (heel) goed	-	-	-	-	50,5	-	-	-	-	-	52,1	-	
Slaapt (heel) slecht	-	-	-	-	13,0	-	-	-	-	-	8,8	-	
Voelt zich (bijna) iedere dag moe	-	-	24,4	-	25,8	-	-	-	25,9	-	23,9	-	
Afgelopen maand (bijna) nooit moeite met inslapen/doorslapen	-	-	-	-	34,5	-	-	-	-	-	33,2	-	
Afgelopen maand (heel) vaak moeite met inslapen/doorslapen	-	-	-	-	31,6	-	-	-	-	-	29,4	-	
Afgelopen maand slaapmiddelen gebruikt	-	-	-	-	10,9	-	-	-	-	-	7,8	-	
Afgelopen maand slaapmiddelen op recept	-	-	-	-	2,4	-	-	-	-	-	1,8	-	
Afgelopen maand slaapmiddelen zonder recept	-	-	-	-	9,2	-	-	-	-	-	6,2	-	
Last van gehoor op plek harde muziek of daarna	68,2	69,4	-	-	55,8	-	74,4	67,7	-	-	62,9	-	
Meestal/altijd oordoppen bij harde muziek	-	-	-	-	31,9	-	-	-	-	-	31,1	-	
Meestal niet/nooit oordoppen bij harde muziek	-	-	-	-	53,1	-	-	-	-	-	53,4	-	

*significant verschil (p<0,05)
¹ADHD/ADD, angststoornis, eetstoornis, burn-out, depressie, langdurige vermoeidheid, migraine of regelmatig ernstige hoofdpijn, buik- of maagklachten, long COVID (langdurige coronaklachten)

3. Gezondheid naar gender, leeftijdscategorie en opleidingsniveau (%)

Noord-Holland Noord 2023												
	mannen	vrouwen	mannen versus vrouwen *	16-17 jaar	18-20 jaar	21-25 jaar	verschil tussen leeftijdscategorieën *	vso/praktijk/vmbo/nbo	havo/hbo	vwo/wo	verschil tussen opleidingsniveaus *	Totaal NHN 2023
Aantal	39.594	36.665		15.460	24.039	37.804		33.294	27.852	14.868		77.303
Ervaren gezondheid (zeer) goed	81,0	70,4	■	75,7	73,8	76,4	■	72,9	77,5	80,3	■	75,4
Ervaren gezondheid (zeer) slecht	1,9	4,4	■	3,0	3,3	3,3	■	3,5	3,1	2,4	■	3,2
Afgelopen jaar 1 of meer ziektes/aandoeningen ¹	53,7	69,5	■	61,4	61,0	62,4	■	65,5	61,0	62,4	■	61,8
Afgelopen jaar ADHD/ADD	18,0	14,5	■	17,0	17,0	16,4	■	21,1	13,8	9,9	■	16,7
Afgelopen jaar buik-/maagklachten	11,3	24,6	■	18,0	19,1	16,8	■	17,5	17,5	18,9	■	17,8
Afgelopen jaar chronische vermoeidheid	16,3	27,8	■	23,8	22,9	20,9	■	23,0	21,8	19,5	■	22,1
Afgelopen jaar long COVID	1,9	3,0	■	2,8	2,3	2,4	■	2,7	2,5	2,0	■	2,5
Afgelopen jaar migraine/langdurige hoofdpijn	6,8	18,3	■	13,8	11,0	13,1	■	14,4	10,7	10,8	■	12,6
Slaapt (heel) goed	51,6	50,1	■	45,3	48,2	54,0	■	45,1	54,7	56,4	■	50,5
Slaapt (heel) slecht	12,9	12,4	■	14,9	12,7	12,5	■	16,1	9,8	10,5	■	13,0
Voelt zich (bijna) iedere dag moe	19,0	32,4	■	29,3	25,8	24,4	■	28,3	22,5	25,0	■	25,8
Afgelopen maand (bijna) nooit moeite met inslapen/doorslapen	39,5	29,7	■	34,2	34,1	34,9	■	30,4	37,3	39,9	■	34,5
Afgelopen maand (heel) vaak moeite met inslapen/doorslapen	26,6	36,4	■	31,5	30,9	32,2	■	34,9	28,2	28,0	■	31,6
Afgelopen maand slaapmiddelen gebruikt	9,6	11,8	■	8,2	10,6	12,2	■	11,8	9,9	9,5	■	10,9
Afgelopen maand slaapmiddelen op recept	1,8	2,7	■	2,1	1,7	2,9	■	3,1	1,6	1,5	■	2,4
Afgelopen maand slaapmiddelen zonder recept	8,2	9,8	■	6,4	9,5	10,1	■	9,5	8,8	8,3	■	9,2
Last van gehoor op plek harde muziek of daarna	51,6	59,7	■	49,9	56,7	57,6	■	56,0	54,2	59,3	■	55,8
Meestal/altijd oordoppen bij harde muziek	30,8	32,5	■	16,3	29,2	39,4	■	29,0	35,1	33,1	■	31,9
Meestal niet/nooit oordoppen bij harde muziek	55,2	51,7	■	70,6	56,5	44,5	■	56,7	50,0	50,0	■	53,1

*significant verschil ($p < 0,05$)

¹ADHD/ADD, angststoornis, eetstoornis, burn-out, depressie, langdurige vermoeidheid, migraine of regelmatig ernstige hoofdpijn, buik- of maagklachten, long COVID (langdurige coronaklachten)

4. Mentaal welbevinden, 2017-2023 (%)

Noord-Holland Noord							Medemblik							Gemeente versus NHN 2023*
2023 versus 2022*							2023 versus 2022*							
Aantal	2017	2019	2021	2022	2023		2017	2019	2021	2022	2023			
Aantal	70.722	75.249	75.738	76.015	77.303		4.803	5.197	5.252	5.303	5.504			
Afgelopen maand vaak tot voortdurend gelukkig	79,3	73,4	60,9	59,2	68,3	↑	81,8	77,1	60,3	63,1	74,0	↔	■	
Voelt zich (heel) vaak gestrest	28,5	32,7	35,9	43,1	35,5	↓	25,2	27,9	33,7	41,4	29,5	↓	■	
Voelt zich (bijna) nooit gestrest	-	-	-	21,7	23,9	↔	-	-	-	23,4	28,3	↔	■	
Ervaart stress door school of studie	-	-	-	60,7	58,5	↔	-	-	-	55,8	56,2	↔	■	
Ervaart stress door baan of bijbaan	-	-	-	42,8	48,0	↑	-	-	-	46,2	44,1	↔	■	
Ervaart stress door eisen stellen aan zichzelf	-	-	-	40,6	41,2	↔	-	-	-	39,6	36,0	↔	■	
Ervaart stress door alles wat hij/zij moet doen	-	-	-	-	36,6	-	-	-	-	-	29,9	-	■	
Stress van invloed op gezondheid	-	-	-	-	58,4	-	-	-	-	-	51,4	-	■	
Psychische klachten (MHI-5 licht tot ernstig)	27,5	32,5	45,1	50,0	37,2	↓	19,3	25,1	39,9	50,0	32,1	↓	■	
Lichte psychische klachten (MHI-5)	18,1	21,7	26,3	29,4	24,2	↓	13,5	17,9	21,5	27,3	24,6	↔	■	
Matige psychische klachten (MHI-5)	6,4	6,7	11,2	13,2	8,5	↓	3,6	4,3	10,7	15,7	5,4	↓	■	
Ernstige psychische klachten (MHI-5)	2,9	4,0	7,6	7,3	4,5	↓	2,3	3,1	7,7	7,0	2,1	↓	■	
Voelt zich vaak tot voortdurend beperkt door psychische klachten	-	-	-	18,6	16,6	↔	-	-	-	18,9	12,0	↔	■	
Afgelopen jaar hulp gezocht voor psychische klachten	-	-	-	-	23,9	-	-	-	-	-	18,4	-	■	
Hulp gezocht bij psycholoog/psychiater	-	-	-	-	15,8	-	-	-	-	-	9,1	-	■	
Hulp gezocht bij huisarts/praktijkondersteuner	-	-	-	-	9,3	-	-	-	-	-	8,3	-	■	
Hulp gezocht bij ouder(s)	-	-	-	-	11,0	-	-	-	-	-	11,6	-	■	
Hulp gezocht bij vriend(en)	-	-	-	-	9,3	-	-	-	-	-	7,4	-	■	
Afgelopen jaar behandeld voor psychische klachten	16,2	15,1	18,7	-	17,0	-	13,3	11,7	15,3	-	8,6	-	■	
Afgelopen jaar geen behandeling voor psychische klachten, staat wel op wachtlijst	-	-	-	-	2,1	-	-	-	-	-	2,3	-	■	
Afgelopen jaar middelen tegen psychische klachten gebruikt	-	4,4	6,4	-	6,0	-	-	1,7	4,6	-	4,7	-	■	
Afgelopen jaar middelen tegen psychische klachten gebruikt op recept	-	-	-	-	5,1	-	-	-	-	-	3,5	-	■	
Afgelopen jaar middelen tegen psychische klachten gebruikt zonder recept	-	-	-	-	1,1	-	-	-	-	-	1,1	-	■	
Afgelopen jaar een psychische aandoening ¹	17,0	19,9	24,6	-	23,6	-	13,4	12,0	18,5	-	18,3	-	■	
Afgelopen jaar angststoornis	5,9	8,5	9,7	-	11,9	-	6,9	2,5	8,6	-	7,9	-	■	
Afgelopen jaar eetstoornis	-	-	-	-	5,7	-	-	-	-	-	5,7	-	■	
Afgelopen jaar burn-out	3,5	5,2	5,9	-	6,1	-	3,6	2,9	4,4	-	4,2	-	■	
Afgelopen jaar depressie	12,2	13,6	16,7	-	15,6	-	6,5	8,4	12,4	-	11,3	-	■	
Afgelopen jaar zichzelf meerdere keren verwond	-	3,8	6,8	-	6,2	-	-	2,7	7,2	-	6,6	-	■	
Afgelopen jaar serieus gedacht over zelfdoding	-	17,5	24,5	30,8	22,7	↓	-	17,2	25,8	25,6	18,3	↔	■	
Iemand verteld over gedachten over zelfdoding ²	-	-	-	-	51,3	-	-	-	-	-	54,9	-	■	
Afgelopen jaar poging tot zelfdoding gedaan	-	1,7	2,5	-	2,4	-	-	0,6	3,7	-	1,3	-	■	
Eenzaam (enigszins tot sterk)	44,3	44,0	56,6	60,6	54,0	↓	41,7	44,9	55,3	59,3	47,7	↔	■	
Sterk eenzaam (sociaal <u>en</u> emotioneel)	12,9	14,6	20,4	24,7	21,2	↓	12,5	13,8	19,4	22,6	17,1	↔	■	
Sterk sociaal eenzaam	13,2	14,6	19,4	22,0	20,7	↔	13,9	13,9	18,1	19,6	19,1	↔	■	
Sterk emotioneel eenzaam	15,0	17,1	20,9	26,6	21,8	↓	14,7	14,4	14,4	25,0	16,0	↔	■	

*significant verschil (p<0,05)
¹depressie, angststoornis, burn-out en/of eetstoornis
²van de jongvolwassenen de serieus aan zelfdoding hebben gedacht

4. Mentaal welbevinden naar gender, leeftijdscategorie en opleidingsniveau (%)

Noord-Holland Noord 2023	mannen	vrouwen	mannen versus vrouwen *	16-17 jaar	18-20 jaar	21-25 jaar	verschil tussen leeftijdscategorieën *	vso/praktijk/vmbo/nbo	havo/hbo	vwo/wo	verschil tussen opleidingsniveaus *	Totaal NHN 2023
Aantal	39.594	36.665		15.460	24.039	37.804		33.294	27.852	14.868		77.303
Afgelopen maand vaak tot voortdurend gelukkig	72,4	64,8	■	69,8	69,6	66,9	■	67,5	69,8	69,8	■	68,3
Voelt zich (heel) vaak gestrest	23,4	47,8	■	36,7	35,1	35,4	■	32,9	35,7	39,6	■	35,5
Voelt zich (bijna) nooit gestrest	34,9	12,6	■	24,9	25,0	22,9	■	28,8	20,8	19,5	■	23,9
Ervaart stress door school of studie	53,9	63,6	■	80,7	69,2	42,6	■	44,8	66,2	78,3	■	58,5
Ervaart stress door baan of bijbaan	47,3	48,8	■	31,5	42,9	58,1	■	52,0	48,8	37,5	■	48,0
Ervaart stress door eisen stellen aan zichzelf	32,3	49,8	■	35,0	40,7	44,0	■	37,7	42,3	46,4	■	41,2
Ervaart stress door alles wat hij/zij moet doen	27,4	45,8	■	31,8	39,1	37,0	■	32,8	38,1	41,9	■	36,6
Stress van invloed op gezondheid	44,1	73,1	■	52,6	57,4	61,4	■	56,7	60,7	57,2	■	58,4
Psychische klachten (MHI-5 licht tot ernstig)	28,7	45,5	■	36,2	37,9	37,2	■	36,4	35,8	40,6	■	37,2
Lichte psychische klachten (MHI-5)	19,9	29,0	■	23,5	24,3	24,5	■	22,6	24,7	27,8	■	24,2
Matige psychische klachten (MHI-5)	5,8	11,0	■	8,2	9,3	8,2	■	9,1	7,7	8,3	■	8,5
Ernstige psychische klachten (MHI-5)	3,0	5,6	■	4,5	4,4	4,6	■	4,7	3,3	4,5	■	4,5
Voelt zich vaak tot voortdurend beperkt door psychische klachten	11,3	21,4	■	16,6	16,6	16,7	■	18,5	13,3	16,9	■	16,6
Afgelopen jaar hulp gezocht voor psychische klachten	16,5	30,6	■	21,8	21,3	26,5	■	24,3	24,1	21,4	■	23,9
Hulp gezocht bij psycholoog/psychiater	10,2	20,6	■	15,0	14,8	16,7	■	16,2	15,6	13,4	■	15,8
Hulp gezocht bij huisarts/praktijkondersteuner	6,2	12,6	■	5,9	7,7	11,7	■	9,3	9,1	9,1	■	9,3
Hulp gezocht bij ouder(s)	7,8	13,9	■	11,6	9,7	11,5	■	10,1	11,7	10,9	■	11,0
Hulp gezocht bij vriend(en)	6,2	11,9	■	7,2	9,1	10,3	■	9,5	9,4	8,6	■	9,3
Afgelopen jaar behandeld voor psychische klachten	11,5	21,9	■	16,1	15,5	18,3	■	16,9	17,8	14,8	■	17,0
Afgelopen jaar geen behandeling voor psychische klachten, staat wel op wachtlijst	1,2	3,1	■	1,9	1,6	2,6	■	2,4	1,8	1,8	■	2,1
Afgelopen jaar middelen tegen psychische klachten gebruikt	4,1	7,3	■	3,5	5,9	7,0	■	6,6	4,7	5,2	■	6,0
Afgelopen jaar middelen tegen psychische klachten gebruikt op recept	3,6	6,2	■	2,8	4,7	6,2	■	5,7	3,8	4,7	■	5,1
Afgelopen jaar middelen tegen psychische klachten gebruikt zonder recept	0,7	1,3	■	0,7	1,3	1,0	■	1,1	0,9	0,7	■	1,1
Afgelopen jaar een psychische aandoening ¹	18,2	28,0	■	20,8	22,9	25,3	■	24,6	22,5	21,1	■	23,6
Afgelopen jaar angststoornis	6,7	16,3	■	10,3	11,6	12,7	■	11,7	11,1	11,7	■	11,9
Afgelopen jaar eetstoornis	2,9	8,3	■	9,2	5,6	4,3	■	5,6	5,5	5,8	■	5,7
Afgelopen jaar burn-out	5,2	6,9	■	4,6	5,5	7,2	■	6,4	6,7	4,2	■	6,1
Afgelopen jaar depressie	13,3	16,8	■	13,6	15,9	16,3	■	17,5	14,1	12,3	■	15,6
Afgelopen jaar zichzelf meerdere keren verwond	4,2	7,3	■	9,9	7,0	4,3	■	7,0	5,2	5,2	■	6,2
Afgelopen jaar serieus gedacht over zelfdoding	21,8	22,4	■	25,0	23,2	21,5	■	24,8	20,7	19,2	■	22,7
Iemand verteld over gedachten over zelfdoding ²	47,7	53,6	■	50,7	51,5	51,3	■	53,3	52,4	42,0	■	51,3
Afgelopen jaar poging tot zelfdoding gedaan	2,3	2,2	■	3,6	2,4	1,8	■	3,0	1,6	1,7	■	2,4
Eenzaam (enigszins tot sterk)	51,3	56,4	■	59,0	54,8	51,4	■	58,4	50,8	48,8	■	54,0
Sterk eenzaam (sociaal <u>en</u> emotioneel)	18,2	23,7	■	21,9	22,3	20,2	■	24,2	18,5	16,9	■	21,2
Sterk sociaal eenzaam	18,9	22,1	■	20,2	21,7	20,3	■	23,5	18,1	17,1	■	20,7
Sterk emotioneel eenzaam	17,8	25,4	■	24,3	21,7	20,8	■	25,5	18,8	16,9	■	21,8

* significant verschil ($p < 0,05$)

¹ depressie, angststoornis, burn-out en/of eetstoornis

² van de jongvolwassenen de serieus aan zelfdoding hebben gedacht

5. Weerbaarheid, Veerkracht en Vertrouwen, 2017-2023 (%)

Noord-Holland Noord							Medemblik							Gemeente versus NHN 2023*
	2017	2019	2021	2022	2023	2023 versus 2022*		2017	2019	2021	2022	2023	2023 versus 2022*	
Aantal	70.722	75.249	75.738	76.015	77.303			4.803	5.197	5.252	5.303	5.504		
Voldoende weerbaar	92,5	92,3	89,5	84,5	83,0	↔		96,5	93,5	92,7	88,8	85,9	↔	■
Herstelt snel na een moeilijke periode	-	-	62,9	55,7	65,7	↑		-	-	62,5	58,3	72,5	↑	■
Herstelt niet snel na een moeilijke periode	-	-	-	14,3	10,6	↓		-	-	-	17,0	10,3	↔	■
Vindt het moeilijk om stressvolle gebeurtenissen te doorstaan	-	-	38,8	28,5	24,4	↓		-	-	41,8	30,7	22,1	↔	■
Niet tevreden met zichzelf (cijfer ≤ 5)	-	-	-	15,6	11,8	↓		-	-	-	16,5	7,7	↓	■
(Heel) tevreden met zichzelf (cijfer ≥ 8)	47,4	46,8	42,6	31,3	43,2	↑		53,0	49,4	43,7	31,6	50,3	↑	■
Niet tevreden met eigen lichaam (cijfer ≤ 5)	-	-	-	24,6	24,7	↔		-	-	-	22,3	28,5	↔	■
(Heel) tevreden met eigen lichaam (cijfer ≥ 8)	-	-	-	25,5	30,6	↑		-	-	-	28,8	34,8	↔	■
Niet tevreden met eigen leven (cijfer ≤ 5)	-	-	-	17,2	14,0	↓		-	-	-	15,9	11,1	↔	■
(Heel) tevreden met eigen leven (cijfer ≥ 8)	49,7	50,2	45,7	38,1	46,3	↑		59,7	52,9	50,6	37,7	48,3	↔	■
Weinig/geen vertrouwen in toekomst (cijfer ≤ 5)	-	-	-	14,0	13,1	↔		-	-	-	15,2	11,5	↔	■
Veel vertrouwen in toekomst (cijfers ≥ 8)	61,4	57,5	55,4	45,9	54,0	↑		65,9	61,6	57,2	47,8	52,8	↔	■
Maakt zich (heel) veel zorgen over één of meer maatschappelijke thema's ¹	-	-	-	-	86,8	-		-	-	-	-	87,5	-	■
Maakt zich (heel) veel zorgen over ¹ :														
• Woningmarkt	-	-	-	71,8	64,7	↓		-	-	-	73,2	63,8	↔	■
• Klimaat	-	-	-	40,6	40,9	↔		-	-	-	33,6	41,4	↔	■
• Discriminatie in de samenleving	-	-	-	33,9	31,4	↔		-	-	-	27,9	28,1	↔	■
• Tegenstellingen tussen groepen in samenleving	-	-	-	27,3	28,3	↔		-	-	-	26,5	27,0	↔	■
• Oorlog in Oekraïne	-	-	-	-	21,2	-		-	-	-	-	23,2	-	■
• Financiële situatie (stijging kosten, inflatie)	-	-	-	-	63,3	-		-	-	-	-	64,3	-	■

*significant verschil (p<0,05)
¹in 2022 cijfer 4 of 5 op schaal 1-5; in 2023 cijfer 7 t/m 10 op schaal 1-10

5. Weerbaarheid, Veerkracht en Vertrouwen naar gender, leeftijdscategorie en opleidingsniveau (%)

Noord-Holland Noord 2023												
	mannen	vrouwen	mannen versus vrouwen *	16-17 jaar	18-20 jaar	21-25 jaar	verschil tussen leeftijdscategorieën *	vso/praktijk/vmbo/mbo	havo/hbo	vwo/wo	verschil tussen opleidingsniveaus *	Totaal NHN 2023
Aantal	39.594	36.665		15.460	24.039	37.804		33.294	27.852	14.868		77.303
Voldoende weerbaar	87,4	78,6	■	82,9	82,4	83,4	■	84,0	83,5	80,3	■	83,0
Herstelt snel na een moeilijke periode	73,4	58,5	■	65,5	64,6	66,4	■	63,0	67,3	70,1	■	65,7
Herstelt niet snel na een moeilijke periode	7,7	12,9	■	10,1	11,6	10,3	■	11,5	8,8	11,4	■	10,6
Vindt het moeilijk om stressvolle gebeurtenissen te doorstaan	17,2	31,6	■	26,6	26,0	22,6	■	24,1	24,5	23,9	■	24,4
Niet tevreden met zichzelf (cijfer ≤ 5)	9,0	14,2	■	14,5	11,4	11,0	■	12,9	9,4	12,1	■	11,8
(Heel) tevreden met zichzelf (cijfer ≥ 8)	51,1	35,5	■	40,7	42,3	44,9	■	44,0	41,4	45,2	■	43,2
Niet tevreden met eigen lichaam (cijfer ≤ 5)	20,2	28,8	■	29,5	23,4	23,5	■	26,7	22,9	21,4	■	24,7
(Heel) tevreden met eigen lichaam (cijfer ≥ 8)	37,7	23,4	■	27,1	31,9	31,3	■	29,5	31,0	33,6	■	30,6
Niet tevreden met eigen leven (cijfer ≤ 5)	12,5	14,7	■	14,9	14,6	13,2	■	16,1	10,8	12,8	■	14,0
(Heel) tevreden met eigen leven (cijfer ≥ 8)	49,4	43,7	■	47,0	45,2	46,8	■	46,3	46,3	47,5	■	46,3
Weinig/geen vertrouwen in toekomst (cijfer ≤ 5)	11,4	14,1	■	14,1	14,7	11,6	■	15,7	10,1	11,5	■	13,1
Veel vertrouwen in toekomst (cijfers ≥ 8)	59,6	48,7	■	51,0	50,8	57,2	■	52,2	54,3	58,6	■	54,0
Maakt zich (heel) veel zorgen over één of meer maatschappelijke thema's (cijfer ≥ 7)	84,9	88,7	■	79,9	87,2	89,4	■	86,1	88,0	87,0	■	86,8
Maakt zich (heel) veel zorgen over:												
• Woningmarkt	62,3	66,6	■	53,2	64,7	69,3	■	64,0	67,0	62,9	■	64,7
• Klimaat	36,2	45,3	■	34,7	43,3	42,0	■	32,0	43,6	56,6	■	40,9
• Discriminatie in de samenleving	22,8	39,2	■	30,8	32,1	31,2	■	29,7	28,9	39,6	■	31,4
• Tegenstellingen tussen groepen in samenleving	26,5	29,9	■	22,9	27,1	31,3	■	24,3	28,6	36,7	■	28,3
• Oorlog in Oekraïne	17,9	24,4	■	20,2	19,9	22,4	■	20,3	20,6	24,5	■	21,2
• Financiële situatie (stijging kosten, inflatie)	57,6	69,1	■	54,2	63,7	66,7	■	65,6	63,3	58,1	■	63,3

* significant verschil ($p < 0,05$)

6. Sociale omgeving, 2017-2023 (%)

Noord-Holland Noord							Medemblik							Gemeente versus NHN 2023*
	2017	2019	2021	2022	2023	2023 versus 2022*	2017	2019	2021	2022	2023	2023 versus 2022*		
Aantal	70.722	75.249	75.738	76.015	77.303		4.803	5.197	5.252	5.303	5.504			
Afgelopen jaar mantelzorg gegeven	20,5	18,0	17,5	10,0	8,5	↔	14,2	18,4	15,3	4,7	5,2	↔		
Geeft nu mantelzorg	-	-	-	5,1	4,1	↔	-	-	-	2,6	2,1	↔		
Doet vrijwilligerswerk	-	-	15,8	-	14,4	-	-	-	18,2	-	13,8	-		
Ooit lichamelijk en/of geestelijk mishandeld	40,6	37,2	33,5	41,2	40,1	↔	38,5	37,3	30,8	37,7	38,5	↔		
Ooit lichamelijk en/of geestelijk mishandeld thuis	-	-	-	-	12,1	-	-	-	-	-	10,9	-		
Ooit lichamelijk mishandeld	13,2	12,1	11,2	14,1	13,7	↔	11,0	9,3	9,9	12,9	9,4	↔		
Ooit lichamelijk mishandeld thuis	5,3	5,1	4,9	5,3	6,4	↔	2,8	3,1	4,1	2,9	5,7	↔		
Wordt lichamelijk mishandeld (nu)	-	-	-	-	1,4	-	-	-	-	-	0,9	-		
Ooit geestelijk mishandeld	38,1	35,1	31,9	39,7	38,9	↔	36,2	35,6	29,8	37,1	37,9	↔		
Ooit geestelijk mishandeld thuis	8,2	8,6	8,9	11,3	10,6	↔	6,9	6,1	7,7	9,4	9,0	↔		
Wordt geestelijk mishandeld (nu)	-	-	-	-	5,1	-	-	-	-	-	4,1	-		
Voelt zich weleens onveilig	-	-	-	-	51,4	-	-	-	-	-	48,0	-		

*significant verschil (p<0,05)

6. Sociale omgeving naar gender, leeftijdscategorie en opleidingsniveau (%)

Noord-Holland Noord 2023												
	mannen	vrouwen	mannen versus vrouwen	16-17 jaar	18-20 jaar	21-25 jaar	verschil tussen leeftijdscategorieën *	vso/praktijk/vmbo/mbo	havo/hbo	vwo/wo	verschil tussen opleidingsniveaus *	Totaal NHN 2023
Aantal	39.594	36.665		15.460	24.039	37.804		33.294	27.852	14.868		77.303
Afgelopen jaar mantelzorg gegeven	6,2	10,7	■	8,8	8,6	8,2	■	11,7	6,5	5,5	■	8,5
Geeft nu mantelzorg	3,1	5,1	■	4,8	4,0	4,0	■	5,9	3,0	2,8	■	4,1
Doet vrijwilligerswerk	14,9	13,8	■	11,3	14,3	15,7	■	15,1	13,0	16,3	■	14,4
Ooit lichamelijk en/of geestelijk mishandeld	36,4	42,6	■	39,0	39,1	41,2	■	47,1	36,8	29,4	■	40,1
Ooit lichamelijk en/of geestelijk mishandeld thuis	8,3	15,3	■	10,8	11,9	12,8	■	14,7	10,2	8,4	■	12,1
Ooit lichamelijk mishandeld	12,4	14,5	■	13,8	13,3	14,0	■	18,5	10,6	7,1	■	13,7
Ooit lichamelijk mishandeld thuis	4,4	8,0	■	6,0	6,0	6,8	■	8,5	4,7	3,1	■	6,4
Wordt lichamelijk mishandeld (nu)	0,8	1,8	■	2,0	0,9	1,4	■	1,8	1,0	0,6	■	1,4
Ooit geestelijk mishandeld	34,8	41,8	■	37,2	38,1	40,0	■	45,6	35,7	28,8	■	38,9
Ooit geestelijk mishandeld thuis	6,7	14,1	■	9,4	10,7	11,1	■	13,0	8,7	7,7	■	10,6
Wordt geestelijk mishandeld (nu)	4,1	5,8	■	6,7	5,0	4,6	■	7,2	3,6	3,2	■	5,1
Voelt zich weleens onveilig	33,9	69,0	■	52,6	53,6	49,5	■	47,7	53,4	54,8	■	51,4

* significant verschil ($p < 0,05$)

7. Seksualiteit, 2017-2023 (%)

Noord-Holland Noord							Medemblik							Gemeente versus NHN 2023*
	2017	2019	2021	2022	2023	2023 versus 2022*		2017	2019	2021	2022	2023	2023 versus 2022*	
Aantal	70.722	75.249	75.738	76.015	77.303			4.803	5.197	5.252	5.303	5.504		
Seksuele ervaring (geslachtsgemeenschap, anale en/of orale seks)	74,7	74,0	71,1	-	70,7	-		72,8	72,9	70,6	-	68,7	-	
Jonger dan 14 jaar bij eerste keer seks ¹	6,0	6,1	5,5	-	4,3	-		3,1	3,8	5,2	-	4,0	-	
Condoom gebruikt bij de laatste keer seks ¹	36,4	36,8	30,7	-	34,7	-		41,7	41,8	33,2	-	32,7	-	
Voorbehoedmiddel gebruikt bij laatste keer seks ²	-	-	79,3	-	83,6	-		-	-	78,0	-	75,2	-	
Ooit soa-test gedaan ¹	-	-	-	-	31,7	-		-	-	-	-	22,2	-	
Afgelopen jaar soa-test gedaan ¹	18,8	18,4	11,4	-	15,9	-		13,4	12,7	7,9	-	11,7	-	
Afgelopen jaar soa gehad (totale populatie)	2,6	2,8	1,7	-	6,9	-		4,3	0,7	1,8	-	6,1	-	
Afgelopen jaar soa gehad ¹	-	-	-	-	16,0	-		-	-	-	-	19,0	-	
Ooit ongewenste seksuele ervaring gehad	16,1	17,9	21,9	22,2	24,4	↔		12,0	14,9	21,0	16,4	23,1	↔	
Ooit ongewenste seksuele ervaring thuis	-	-	-	2,9	4,5	↑		-	-	-	0,5	3,7	↔	

*significant verschil (p<0,05)
¹van de jongvolwassenen met seksuele ervaring
²van de jongvolwassenen met seksuele ervaring, uitgezonderd jongvolwassenen die laatste keer seks hadden met iemand van hetzelfde geslacht

7. Seksualiteit naar gender, leeftijdscategorie en opleidingsniveau (%)

Noord-Holland Noord 2023											
	mannen	vrouwen	mannen versus vrouwen	16-17 jaar	18-20 jaar	21-25 jaar	verschil tussen leeftijdscategorieën *	vso/praktijk/vmbo/mbo	havo/hbo	vwo/wo	verschil tussen opleidingsniveaus *
Aantal	39.594	36.665		15.460	24.039	37.804		33.294	27.852	14.868	77.303
Seksuele ervaring (geslachtsgemeenschap, anale en/of orale seks)	68,4	73,6	■	36,0	66,8	87,1	■	74,3	71,5	60,2	■
Longer dan 14 jaar bij eerste keer seks ¹	4,5	4,0	■	8,4	2,9	4,2	■	5,7	3,6	0,6	■
Condoom gebruikt bij de laatste keer seks ¹	39,4	30,5	■	48,5	38,2	30,8	■	34,2	33,6	39,4	■
Voorbehoedmiddel gebruikt bij laatste keer seks ²	82,1	84,9	■	79,0	85,4	83,5	■	78,4	87,0	91,2	■
Ooit soa-test gedaan ¹	23,3	39,8	■	11,3	24,0	38,8	■	32,1	32,6	29,0	■
Afgelopen jaar soa-test gedaan ¹	12,3	19,3	■	8,1	15,7	17,3	■	16,0	16,3	15,9	■
Afgelopen jaar soa gehad (totale populatie)	5,6	8,0	■	0,7	7,1	10,4	■	7,9	7,7	3,5	■
Afgelopen jaar soa gehad ¹	16,9	15,3	■	12,5	22,1	14,4	■	16,5	17,2	11,8	■
Ooit ongewenste seksuele ervaring gehad	11,3	37,5	■	18,6	25,1	26,3	■	25,9	23,7	22,1	■
Ooit ongewenste seksuele ervaring thuis	1,6	7,3	■	3,6	3,0	5,7	■	5,5	3,9	3,3	■

* significant verschil (p<0,05)
¹ van de jongvolwassenen met ervaring met geslachtsgemeenschap
² van de jongvolwassenen met ervaring met geslachtsgemeenschap, uitgezonderd jongvolwassenen die laatste keer seks hadden met iemand van hetzelfde geslacht

8. Roken, Alcohol en Middelengebruik, 2017-2023 (%)

Noord-Holland Noord							Medemblik						Gemeente versus NHN 2023*
	2017	2019	2021	2022	2023	2023 versus 2022*	2017	2019	2021	2022	2023	2023 versus 2022*	
Aantal	70.722	75.249	75.738	76.015	77.303		4.803	5.197	5.252	5.303	5.504		
Ooit gerookt	38,6	37,6	34,7	33,4	46,5	↑	37,1	35,9	36,0	37,3	47,9	↔	■
Regelmatig roken (minstens 1 keer per week)	18,6	19,1	19,0	19,1	20,3	↔	17,4	17,8	19,2	18,6	24,7	↔	■
Dagelijks roken (minstens 1 keer per dag)	15,2	14,7	13,1	13,2	13,4	↔	15,2	11,3	12,5	11,3	16,4	↔	■
Startleeftijd roken <18 jaar	-	-	-	-	19,8	-	-	-	-	-	22,0	-	■
Ooit gevapet	-	-	4,6	-	39,7	-	-	-	4,0	-	38,6	-	■
Regelmatig vaperen (minstens 1 keer per week)	-	2,2	1,8	-	10,9	-	-	1,4	1,3	-	11,6	-	■
Dagelijks vaperen (minstens 1 keer per dag)	-	1,3	0,9	-	5,2	-	-	0,4	0,8	-	5,8	-	■
Ooit snus gebruikt	-	-	-	-	7,3	-	-	-	-	-	7,5	-	■
Gebruikt snus (nu)	-	-	1,6	-	0,9	-	-	-	2,1	-	0,2	-	■
Ooit alcohol gedronken	-	-	-	-	92,4	-	-	-	-	-	92,0	-	■
Drinkt alcohol (nu)	87,0	85,4	81,1	-	82,6	-	82,4	87,7	84,7	-	83,7	-	■
Afgelopen maand alcohol gedronken	83,1	80,9	78,7	80,7	80,2	↔	79,7	83,9	81,7	80,1	80,3	↔	■
Afgelopen maand minstens 4 keer alcohol	-	-	-	-	53,2	-	-	-	-	-	53,2	-	■
Startleeftijd alcohol drinken ≤ 14 jaar	-	-	-	-	8,8	-	-	-	-	-	12,8	-	■
Binge drinker	64,4	64,0	59,6	-	63,3	-	58,8	68,1	65,8	-	65,4	-	■
Zware binge drinker	16,3	17,4	15,9	-	17,4	-	19,1	24,5	21,6	-	24,7	-	■
Drinkt meestal ≥ 10 glazen alcohol	13,9	15,0	7,5	-	5,9	-	14,7	15,5	9,4	-	11,3	-	■
Ooit aangeschoten of dronken geweest	80,6	78,4	71,7	-	74,6	-	75,1	82,5	74,0	-	74,9	-	■
Afgelopen maand aangeschoten of dronken	64,6	63,2	55,0	-	62,4	-	59,1	64,5	55,3	-	63,0	-	■
Ouders keuren het alcoholgebruik van hun minderjarige kind goed ¹	61,0	57,3	58,4	-	55,2	-	68,4	58,4	63,1	-	52,7	-	■
Ooit hasj/wiet gebruikt	41,8	41,9	42,3	47,1	45,8	↔	38,8	36,3	36,6	41,6	42,6	↔	■
Gebruikt hasj/wiet (nu)	16,8	18,9	17,0	-	18,1	-	15,1	12,8	14,1	-	13,8	-	■
Afgelopen maand hasj/wiet gebruikt	13,2	15,0	13,8	16,7	14,8	↔	12,4	10,3	10,5	12,8	10,1	↔	■
Ooit (party)drugs gebruikt	-	25,6	23,5	27,9	28,4	↔	-	22,4	23,3	23,1	33,6	↔	■
Gebruikt (party)drugs (nu)	-	-	13,3	-	18,0	-	-	-	12,7	-	23,6	-	■
Afgelopen maand (party)drugs gebruikt	-	10,3	7,3	9,5	12,5	↑	-	9,0	7,1	8,3	15,5	↔	■
Ooit hasj/wiet en/of (party)drugs gebruikt	-	-	-	53,3	51,2	↔	-	-	-	47,9	48,1	↔	■
Afgelopen maand hasj/wiet en/of (party)drugs gebruikt	-	-	-	22,4	22,8	↔	-	-	-	19,1	22,7	↔	■
Ooit lachgas gebruikt	20,2	29,5	23,7	23,1	19,0	↓	20,1	26,8	22,7	20,6	18,1	↔	■
Afgelopen maand lachgas gebruikt	3,5	5,8	2,1	1,1	0,2	↓	2,6	6,0	1,5	1,1	0,0	↓	■
Gebruikt weleens AD(H)D-medicatie zonder doktersvoorschrift	7,5	5,2	5,3	7,0	3,4	↓	6,0	4,0	4,3	7,7	3,1	↓	■

*significant verschil (p<0,05)
¹van de minderjarigen die weleens alcohol drinken

8. Roken, Alcohol en Middelengebruik naar gender, leeftijdscategorie en opleidingsniveau (%)

Noord-Holland Noord 2023 Aantal	mannen 39.594	vrouwen 36.665	mannen versus vrouwen 	16-17 jaar 15.460	18-20 jaar 24.039	21-25 jaar 37.804	verschil tussen leeftijdscategorieën 	vso/praktijk/ vmbo/mbo 33.294	havo/hbo 27.852	vwo/wo 14.868	verschil tussen opleidingsniveaus 	Totaal NHN 2023 77.303
Ooit gerookt	49,7	42,8	■	39,7	46,0	49,6	■	55,3	42,3	33,8	■	46,5
Regelmatig roken (minstens 1 keer per week)	23,6	16,6	■	14,9	20,7	22,2	■	29,8	14,1	8,4	■	20,3
Dagelijks roken (minstens 1 keer per dag)	15,8	10,8	■	9,1	13,3	15,2	■	22,2	7,5	2,6	■	13,4
Startleeftijd roken <18 jaar	21,6	17,7	■	21,8	20,5	18,6	■	26,3	15,8	10,7	■	19,8
Ooit gevapet	38,4	41,2	■	43,0	44,7	35,3	■	44,5	38,3	30,9	■	39,7
Regelmatig vaperen (minstens 1 keer per week)	10,1	11,5	■	17,1	11,4	8,0	■	14,3	9,2	5,7	■	10,9
Dagelijks vaperen (minstens 1 keer per dag)	5,1	5,2	■	8,6	5,1	3,9	■	7,3	4,2	1,7	■	5,2
Ooit snus gebruikt	9,8	4,7	■	9,3	7,5	6,4	■	8,3	6,6	5,8	■	7,3
Gebruikt snus (nu)	1,2	0,5	■	1,9	0,8	0,5	■	1,3	0,4	0,6	■	0,9
Ooit alcohol gedronken	92,6	92,3	■	80,9	95,2	95,4	■	92,7	93,3	90,3	■	92,4
Drinkt alcohol (nu)	82,8	82,7	■	65,2	87,0	86,8	■	81,1	85,7	81,4	■	82,6
Afgelopen maand alcohol gedronken	81,2	79,5	■	63,3	84,8	84,2	■	77,8	83,9	79,7	■	80,2
Afgelopen maand minstens 4 keer alcohol	58,0	48,5	■	37,0	56,3	57,7	■	47,8	59,2	54,4	■	53,2
Startleeftijd alcohol drinken ≤ 14 jaar	8,5	9,2	■	11,0	7,7	8,5	■	10,5	7,8	6,5	■	8,8
Binge drinker	68,0	59,1	■	48,0	67,2	67,0	■	62,0	66,2	61,6	■	63,3
Zware binge drinker	23,6	11,1	■	11,7	20,2	18,0	■	17,0	18,9	15,5	■	17,4
Drinkt meestal ≥ 10 glazen alcohol	9,8	1,9	■	4,7	6,3	6,2	■	7,0	5,8	3,6	■	5,9
Ooit aangeschoten of dronken geweest	76,1	73,3	■	56,2	77,8	80,0	■	72,5	77,9	74,4	■	74,6
Afgelopen maand aangeschoten of dronken	65,8	59,3	■	47,2	66,8	65,8	■	59,7	65,2	63,6	■	62,4
Ouders keuren het alcoholgebruik van hun minderjarige kind goed ¹	53,4	56,9	■	55,2	-	-	-	58,3	53,2	51,1	■	55,2
Ooit hasj/wiet gebruikt	50,4	40,7	■	29,3	46,8	51,8	■	46,8	46,1	42,3	■	45,8
Gebruikt nu hasj/wiet	21,5	14,2	■	15,7	20,9	17,2	■	19,5	17,4	15,6	■	18,1
Afgelopen maand hasj/wiet gebruikt	18,3	11,0	■	14,6	17,3	13,3	■	16,6	13,8	12,0	■	14,8
Ooit (party)drugs gebruikt	31,2	25,6	■	7,9	23,8	39,6	■	27,5	31,8	23,3	■	28,4
Gebruikt nu (party)drugs	20,0	16,1	■	3,7	15,3	25,3	■	15,8	21,2	16,9	■	18,0
Afgelopen maand (party)drugs gebruikt	14,9	10,1	■	2,9	12,5	16,3	■	12,3	13,9	10,5	■	12,5
Ooit hasj/wiet en/of (party)drugs gebruikt	55,2	46,8	■	30,2	50,9	59,8	■	51,3	53,4	46,4	■	51,2
Afgelopen maand hasj/wiet en/of (party)drugs gebruikt	26,9	18,4	■	15,3	24,9	24,4	■	24,5	22,7	18,5	■	22,8
Ooit lachgas gebruikt	21,2	16,8	■	3,7	13,3	28,6	■	18,3	21,3	15,4	■	19,0
Afgelopen maand lachgas gebruikt	0,2	0,1	■	0,3	0,1	0,2	■	0,3	0,1	0,1	■	0,2
Gebruikt weleens AD(H)D-medicatie zonder doktersvoorschrift	3,5	3,3	■	3,2	3,6	3,3	■	2,9	3,5	4,0	■	3,4

* significant verschil (p<0,05)

¹ van de minderjarigen die weleens alcohol drinken

9. Sporten, Bewegen, BMI en Voeding, 2017-2023 (%)

Noord-Holland Noord							Medemblik							Gemeente versus NHN 2023*
	2017	2019	2021	2022	2023	2023 versus 2022*	2017	2019	2021	2022	2023	2023 versus 2022*		
Aantal	70.722	75.249	75.738	76.015	77.303		4.803	5.197	5.252	5.303	5.504			
Sport wekelijks	-	-	-	73,9	74,8	↔	-	-	-	72,0	72,2	↔		
Sport minstens 2 keer per week	59,9	60,6	66,4	62,9	63,3	↔	58,3	63,5	66,5	59,5	62,9	↔		
Lid van een sportvereniging of sportclub	-	63,2	57,8	63,2	64,0	↔	-	58,7	59,1	58,9	56,2	↔		
Beweegt dagelijks een uur	31,9	31,8	25,9	-	21,6	-	41,0	31,4	26,0	-	17,3	-		
Beweegt minstens 5 dagen per week een uur	66,1	66,2	59,6	-	55,9	-	73,3	70,8	63,8	-	51,8	-		
Gezond gewicht	-	-	-	70,7	72,9	↔	-	-	-	68,8	69,3	↔		
Overgewicht (inclusief obesitas)	-	-	-	25,4	23,6	↔	-	-	-	28,0	27,1	↔		
Ondergewicht	-	-	-	3,9	3,5	↔	-	-	-	3,2	3,6	↔		
Matig overgewicht	-	-	-	19,1	17,6	↔	-	-	-	22,4	19,5	↔		
Obesitas	-	-	-	6,3	6,0	↔	-	-	-	5,7	7,6	↔		
Tevreden met gewicht	-	48,8	-	-	41,6	-	-	48,8	-	-	38,7	-		
Wil afvallen of is hier mee bezig	-	-	-	-	44,1	-	-	-	-	-	48,6	-		
Wil aankomen of is hier mee bezig	-	-	-	-	14,3	-	-	-	-	-	12,7	-		
Vindt zelf dat hij/zij (heel) gezond eet en drinkt	-	-	-	-	48,3	-	-	-	-	-	53,6	-		
Vindt zelf dat hij/zij (heel) ongezond eet en drinkt	-	-	-	-	8,3	-	-	-	-	-	8,5	-		
Eet dagelijks groente	-	-	-	-	27,0	-	-	-	-	-	22,3	-		
Eet dagelijks fruit	-	-	-	-	20,2	-	-	-	-	-	23,1	-		
Eet dagelijks vlees	-	-	-	-	28,5	-	-	-	-	-	35,3	-		
Eet nooit vlees	-	-	-	-	5,7	-	-	-	-	-	4,7	-		
Eet minstens 1 keer per week fastfood	-	-	-	-	58,7	-	-	-	-	-	53,7	-		

*significant verschil (p<0,05)

9. Sporten, Bewegen, BMI en Voeding naar gender, leeftijdscategorie en opleidingsniveau (%)

Noord-Holland Noord 2023												
	mannen	vrouwen	mannen versus vrouwen	16-17 jaar	18-20 jaar	21-25 jaar	verschil tussen leeftijdscategorieën *	vso/praktijk/vmbo/mbo	havo/hbo	vwo/wo	verschil tussen opleidingsniveaus *	Totaal NHN 2023
Aantal	39.594	36.665		15.460	24.039	37.804		33.294	27.852	14.868		77.303
Sport wekelijks	77,3	72,8	■	80,8	72,5	73,8	■	67,8	78,7	83,3	■	74,8
Sport minstens 2 keer per week	69,1	58,2	■	71,2	61,7	61,1	■	58,1	66,1	69,7	■	63,3
Lid van een sportvereniging of sportclub	66,6	62,0	■	69,5	61,3	63,6	■	57,7	68,4	71,3	■	64,0
Beweegt dagelijks een uur	26,4	16,9	■	30,4	22,5	17,6	■	24,5	19,0	20,7	■	21,6
Beweegt minstens 5 dagen per week een uur	61,4	50,3	■	65,1	57,7	51,1	■	57,2	46,4	42,4	■	55,9
Gezond gewicht	76,0	69,8	■	84,2	77,1	65,9	■	67,8	74,6	80,8	■	72,9
Overgewicht (inclusief obesitas)	20,9	26,2	■	15,0	17,6	30,8	■	28,8	22,3	15,3	■	23,6
Ondergewicht	3,1	3,9	■	0,8	5,4	3,3	■	3,4	3,1	3,9	■	3,5
Matig overgewicht	16,4	18,5	■	11,6	13,8	22,3	■	19,8	17,9	13,4	■	17,6
Obesitas	4,5	7,7	■	3,4	3,7	8,6	■	9,0	4,4	1,9	■	6,0
Tevreden met gewicht	45,3	37,7	■	44,8	43,2	39,4	■	39,0	41,3	48,5	■	41,6
Wil afvallen of is hier mee bezig	31,5	57,1	■	37,6	39,3	49,7	■	46,1	44,9	38,6	■	44,1
Wil aankomen of is hier mee bezig	23,2	5,1	■	17,6	17,5	10,9	■	14,9	13,9	12,9	■	14,3
Vindt zelf dat hij/zij (heel) gezond eet en drinkt	51,4	45,6	■	41,3	44,1	53,8	■	42,9	49,3	58,3	■	48,3
Vindt zelf dat hij/zij (heel) ongezond eet en drinkt	8,6	8,1	■	8,7	8,7	7,9	■	8,1	9,4	5,8	■	8,3
Eet dagelijks groente	26,3	27,7	■	30,3	26,8	25,9	■	20,4	27,5	40,5	■	27,0
Eet dagelijks fruit	18,9	21,8	■	25,5	19,2	18,7	■	16,6	19,8	28,6	■	20,2
Eet dagelijks vlees	37,7	19,4	■	28,4	26,6	29,7	■	32,6	28,1	20,3	■	28,5
Eet nooit vlees	2,3	9,1	■	4,8	5,4	6,3	■	2,9	6,4	10,3	■	5,7
Eet minstens 1 keer per week fastfood	60,5	57,1	■	53,9	57,9	61,1	■	62,0	58,3	51,4	■	58,7

* significant verschil ($p < 0,05$)

10. Sociale media, Gamen en Sexting, 2017-2023 (%)

Noord-Holland Noord

	2017	2019	2021	2022	2023	2023 versus 2022*
Aantal	70.722	75.249	75.738	76.015	77.303	-
Besteedt <3 uur per dag aan sociale media	-	51,3	35,8	-	44,3	-
Besteedt ≥ 5 uur per dag aan sociale media	-	12,6	22,1	-	17,3	-
Vindt zichzelf beetje tot erg verslaafd aan sociale media	-	57,9	64,8	-	61,5	-
Besteedt <3 uur per dag aan gamen	-	78,5	90,5	-	91,7	-
Besteedt ≥ 5 uur per dag aan gamen	-	5,6	2,7	-	1,7	-
Vindt zichzelf beetje tot erg verslaafd aan gamen	-	7,7	7,9	-	46,8	-
Afgelopen jaar naaktfoto van zichzelf verspreid	20,7	16,2	18,9	-	18,2	-
Afgelopen jaar naaktfoto van ander verspreid	-	-	2,6	-	2,6	-
Ooit ongewenst naaktfoto van zichzelf door ander verspreid	1,5	3,7	4,0	-	4,6	-

Medemblik

	2017	2019	2021	2022	2023	2023 versus 2022*
Aantal	4.803	5.197	5.252	5.303	5.504	-
Besteedt <3 uur per dag aan sociale media	-	55,9	41,3	-	52,8	-
Besteedt ≥ 5 uur per dag aan sociale media	-	9,3	19,5	-	14,8	-
Vindt zichzelf beetje tot erg verslaafd aan sociale media	-	51,3	65,5	-	59,6	-
Besteedt <3 uur per dag aan gamen	-	78,8	92,3	-	91,2	-
Besteedt ≥ 5 uur per dag aan gamen	-	6,0	1,8	-	1,9	-
Vindt zichzelf beetje tot erg verslaafd aan gamen	-	6,5	5,8	-	52,5	-
Afgelopen jaar naaktfoto van zichzelf verspreid	16,9	13,3	16,9	-	16,7	-
Afgelopen jaar naaktfoto van ander verspreid	-	-	3,2	-	2,9	-
Ooit ongewenst naaktfoto van zichzelf door ander verspreid	0,9	3,4	4,6	-	3,5	-

Gemeente versus NHN 2023*

■
■
■
■
■
■
■
■
■

*significant verschil (p<0,05)

10. Sociale media, Gamen en Sexting naar gender, leeftijdscategorie en opleidingsniveau (%)

Noord-Holland Noord 2023											
	mannen	vrouwen	mannen versus vrouwen *	16-17 jaar	18-20 jaar	21-25 jaar	verschil tussen leeftijdscategorieën *	vso/praktijk/vmbo/mbo	havo/hbo	vwo/wo	verschil tussen opleidingsniveaus *
Totaal NHN 2023											
Aantal	39.594	36.665		15.460	24.039	37.804		33.294	27.852	14.868	77.303
Besteedt <3 uur per dag aan sociale media	49,9	39,0	■	32,0	39,4	52,4	■	40,1	45,9	49,4	■
Besteedt ≥ 5 uur per dag aan sociale media	13,7	30,7	■	24,7	20,2	12,5	■	20,3	16,1	12,9	■
Vindt zichzelf beetje tot erg verslaafd aan sociale media	54,7	68,8	■	63,6	62,4	60,1	■	55,7	64,4	69,6	■
Besteedt <3 uur per dag aan gamen	87,2	96,7	■	89,9	92,6	91,7	■	89,6	93,1	94,6	■
Besteedt ≥ 5 uur per dag aan gamen	2,5	0,6	■	2,6	2,0	1,1	■	2,4	1,3	0,6	■
Vindt zichzelf beetje tot erg verslaafd aan gamen	30,7	64,1	■	42,3	49,1	47,1	■	47,0	46,4	47,9	■
Afgelopen jaar naaktfoto van zichzelf verspreid	18,7	17,0	■	12,0	18,9	20,3	■	19,4	17,5	16,4	■
Afgelopen jaar naaktfoto van ander verspreid	3,2	1,9	■	3,8	2,1	2,4	■	3,5	2,0	1,5	■
Ooit ongewenst naaktfoto van zichzelf door ander verspreid	3,1	6,2	■	3,4	5,5	4,5	■	6,7	3,5	2,1	■

* significant verschil (p<0,05)



COLOFON

Informatie

Voor meer informatie over dit rapport kunt u contact opnemen met team epidemiologie van GGD Hollands Noorden via epi@ggdhn.nl

Uitgave

Team Epidemiologie GGD Hollands Noorden

Postbus 9276
1800 GG ALKMAAR

Hertog Aalbrechtweg 22
1823 DL Alkmaar

Auteur

Corrien Waardenburg, epidemioloog

Datum

Februari 2024

Bronvermelding

Het overnemen van gegevens uit deze publicatie is toegestaan met bronvermelding

Illustraties

[Freepik](#) en [Flaticon](#)

Meer informatie

Kijk op de gezondheidsatlas van GGD Hollands Noorden: www.gezondnhn.nl

Op de gezondheidsatlas vindt u alle rapporten van de Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen 2023 en de regio- en gemeenterapporten van de Gezondheidsmonitors Jongvolwassenen van voorgaande jaren