

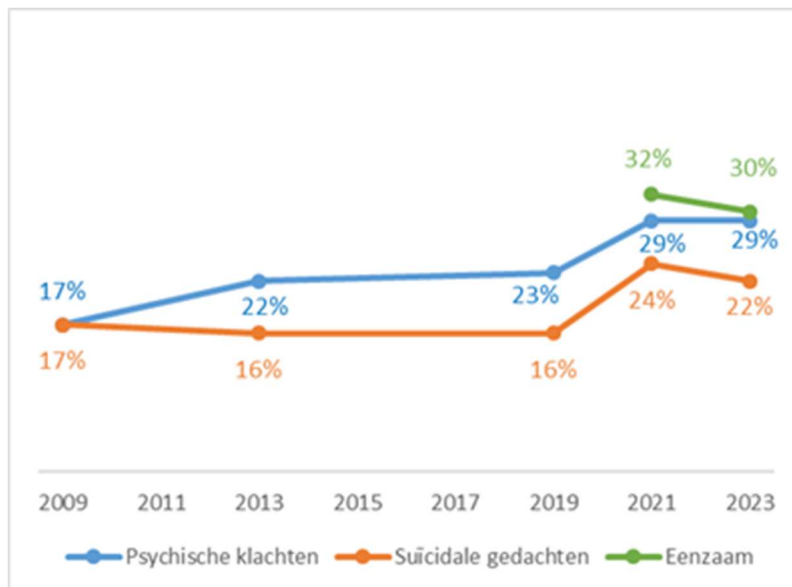
Mentale gezondheid scholieren na coronaperiode nog niet hersteld

Haarlem, 28 mei 2024.

Veel middelbare scholieren uit GGD-regio Kennemerland ervaren mentale problemen zoals prestatiedruk, stress, psychische klachten en suïcidale gedachten. Dit laat na de coronapandemie nog geen herstel zien. Daarnaast zien we dat veel scholieren alcohol drinken en dat ander ongezond gedrag zoals problematisch sociale media gebruik toeneemt. Dit en meer blijkt uit de Gezondheidsmonitor Jeugd 2023. Dit is een onderzoek van GGD Kennemerland onder 7.653 scholieren uit klas 2 en 4 van het voortgezet onderwijs in de regio. De resultaten geven aanleiding tot extra aandacht voor de gezondheid van jongeren en vragen om maatregelen.

Mentale druk onverminderd hoog

Een meerderheid van de scholieren voelt zich meestal gelukkig (78%). Tegelijkertijd ervaart ongeveer de helft vaak stress en ervaart ruim een derde vaak prestatiedruk. De belangrijkste oorzaak van stress onder scholieren is school of huiswerk. Ook krijgen jongeren vaak stress door de combinatie van alles wat ze moeten doen. Daarnaast hebben veel scholieren psychische klachten, suïcidale gedachten en gevoelens van eenzaamheid. De mentale gezondheid is tijdens de coronaperiode verslechterd en nu nog niet hersteld. Herstel heeft tijd nodig, maar de mentale gezondheid van scholieren blijft zorgwekkend en een belangrijk aandachtspunt.



Ongezond gedrag neemt toe

We zien over de jaren dat ongezond gedrag onder scholieren in GGD-regio Kennemerland is toegenomen. Hoewel ze nog geen middelen mogen gebruiken, wordt dit toch door een grote groep gedaan. Zeker onder vierdeklassers: 36% drinkt alcohol, 17% rookt en/of vapet en 12% gebruikt wiet of hasj. Daarnaast beweegt slechts 14% van alle scholieren voldoende, ontbijt slechts de helft dagelijks en eet de minderheid dagelijks fruit en groente. Ook geeft tweederde aan vaak slaperig of moe te zijn overdag. Hierin speelt schermgebruik ook een rol. Bijna de helft van de scholieren geeft aan ontevreden te zijn over hun eigen schermtijd. 13% loopt risico op problematisch gebruik van sociale media. Deze jongeren geven onder andere aan slaapttekort te hebben of hun huiswerk af te raffen door het gebruik van sociale media.

“We moeten het tij keren”

“Dit zijn zorgwekkende uitkomsten” aldus André Rouvoet, voorzitter van GGD GHOR Nederland. “We streven naar een gezonde generatie in 2040, maar we zien juist het tegenovergestelde gebeuren: de ervaren gezondheid van jongeren verslechtert en ongezond gedrag neemt toe. We moeten dus het tij keren, passende maatregelen nemen voor het te laat is. Deze cijfers geven juist aan dat het nieuwe Kabinet extra moet inzetten op preventie.”

Ciska Scheidel, Directeur Publieke Gezondheid van GGD Kennemerland: “Het verbeteren van de gezondheid van jongeren in onze regio vraagt om een gezamenlijke aanpak van GGD, gemeenten, ouders, scholen en andere samenwerkingspartners. We zien bijvoorbeeld dat het percentage alcoholdrinkers op zijn laagst is sinds 2009, mede als gevolg van het huidige beleid. Maar nog steeds drinkt een kwart alcohol terwijl ze dat wettelijk gezien nog niet mogen. Bij een groot deel van de scholieren wordt het alcoholgebruik gefaciliteerd door de ouders door alcohol voor ze te kopen en ze het thuis te laten drinken. Het is dus niet een probleem van de jongeren alleen. Deze nieuwe cijfers helpen beleidsmakers en partners om samen op te trekken. GGD Kennemerland adviseert en ondersteunt hierbij. Zo werkt de GGD Kennemerland samen met gemeenten aan het verbeteren van de kennis rondom mentale gezondheid, en helpt zij gemeenten die aan de slag zijn met de aanpak Opgroeien in een Kansrijke Omgeving. Dit is een werkwijze om jongeren gelukkiger en gezonder op te laten groeien en te voorkomen dat ze gaan drinken, roken of drugs gebruiken. Ook begeleidt de GGD scholen bij het werken volgens de Gezonde School methodiek, en screent de Jeugdgezondheidszorg scholieren om zo vroegtijdig gezondheidsproblemen te signaleren.”

Gezondheidsmonitor Jeugd 2023

In het najaar van 2023 voerden alle GGD'en, in samenwerking met het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM), de Gezondheidsmonitor Jeugd uit onder middelbare scholieren in de klassen 2 en 4 in heel Nederland. In GGD-regio Kennemerland vulden 7.653 leerlingen van 24 scholen van het regulier voortgezet onderwijs een vragenlijst in over gezondheid, leefstijl en welzijn. Eerder vonden al metingen plaats in 2009, 2013, 2015, 2019 en 2021. Alle resultaten van de Gezondheidsmonitor Jeugd zijn te vinden in de Gezondheidsatlas van GGD Kennemerland op www.gezondheidsatlaskennemerland.nl.

Noot voor de redactie

Voor meer informatie over dit bericht kunt u contact opnemen met Suzanne Bank, woordvoerder GGD Kennemerland, via 06-46600928 of suzanne.bank@vrk.nl.