

Mentale gevolgen van de coronapandemie: een eerste inventarisatie

Nr. 2022/05, Den Haag, 14 februari 2022

Samenvatting

Gezondheidsraad



Er bestaan al langer zorgen over de mentale gezondheid van de Nederlandse bevolking; zo noemt de Volksgezondheidstoekomstverkenning dit een van de grootste gezondheidsrisico's voor de toekomst.¹ Mogelijk heeft de coronapandemie de psychische gesteldheid van veel mensen verder onder druk gezet, doordat het maatschappelijke leven voor een deel werd stilgelegd om de verspreiding van het coronavirus tegen te gaan en de kans op besmettingen en ziekenhuisopname of sterfte te verkleinen. De staatssecretaris van Volksgezondheid, Welzijn en Sport heeft de Gezondheidsraad gevraagd in kaart te brengen wat er wetenschappelijk bekend is over de gevolgen van de coronacrisis voor de mentale gezondheid en veerkracht, zowel nationaal als internationaal, en over groepen die mogelijk extra risico lopen. Verder vraagt hij advies over laagdrempelige interventies. Voor de beantwoording van deze

vragen is een commissie samengesteld met deskundigen uit diverse disciplines.

Eerste inventarisatie van de mentale gevolgen

Dit advies is een eerste verkenning van de wetenschappelijke literatuur over de gevolgen van de coronapandemie. Het merendeel van de huidige wetenschappelijke studies naar de gevolgen van de coronapandemie op de mentale gezondheid betreffen de eerste maanden of het eerste jaar van de pandemie. De wetenschappelijke evidentie geeft daarmee een voorlopig beeld van de veranderingen in mentale gezondheid tijdens de coronapandemie. Verder onderzoek moet een completer overzicht geven van de gevolgen van de coronapandemie op de mentale gezondheid van Nederlanders.

Toename in mentale klachten

Uit internationaal en nationaal onderzoek blijkt dat het begin van de coronapandemie gepaard ging met een toename van mentale klachten. Er is reden tot zorg over een aantal specifieke groepen. Er zijn aanwijzingen dat bij kinderen en adolescenten angst en depressieve gevoelens zijn toegenomen. In de eerste helft van 2021 was er een aanzienlijke toename in laag psychisch welbevinden bij jongvolwassenen. Emotionele eenzaamheid (gemis van een nauwe band met een ander) is onder deze groep het hoogst vergeleken met andere leeftijdsgroepen. Bij ouderen is de emotionele eenzaamheid significant toegenomen. Zorgpersoneel (een relatief veel onderzochte beroepsgroep) rapporteert meer last te ervaren van stress en burn-outklachten. Ook zijn er aanwijzingen dat COVID-19-patiënten die op de IC hebben gelegen (net als andere patiënten na een IC-opname) een lager mentaal welbevinden



hebben. Daarnaast zijn waarschijnlijk ook de sociaal kwetsbare groepen waar mentale problemen al vaker optreden, geraakt door de pandemie. Dan gaat het om mensen met een lage sociaaleconomische status, migranten, mensen met schulden of mensen bij wie het inkomen (plotseling) wegviel. Verder zijn er zorgen over onderwijsachterstanden en blootstelling aan onveilige gezins-, of sociale situaties bij kinderen. Er zijn ook mensen die positieve gevolgen hebben ervaren tijdens de pandemie, zoals meer rust en meer tijd met het gezin.

Kans dat deel klachten langdurig zal zijn

Bij een deel van de bevolking zijn de klachten waarschijnlijk van voorbijgaande aard. Dit geldt bijvoorbeeld voor de angst om ernstig ziek te worden die mensen ervoeren in een periode dat er nog geen vaccin of weinig beschermingsmateriaal was. Bij een nog onbekend deel van de bevolking bestaat de kans dat de klachten lang aanhouden. Wel is duidelijk of zijn er vermoedens dat bepaalde factoren die bijdragen aan verminderd mentaal welzijn tijdens de

pandemie zijn versterkt. Daarbij gaat het om onveilige familie- of sociale omstandigheden van kinderen (huiselijk geweld, kindermishandeling, pesten), eenzaamheid bij vooral ouderen, onderwijs- of leerachterstand bij kinderen en adolescenten, financiële onzekerheid bij groepen die zwaar getroffen zijn door lockdownmaatregelen en een zware werkbelasting bij bijvoorbeeld zorgpersoneel.

Advies: verbeteren monitoring, toegankelijkheid en continuïteit

De eerste wetenschappelijke gegevens over de ontwikkelingen van de mentale gezondheid en bekende risicofactoren voor langdurige klachten zijn reden tot zorg. Veel is echter nog onduidelijk, omdat wetenschappelijke gegevens met een zekere vertraging beschikbaar komen. De commissie adviseert alle voor de mentale gezondheid relevante gegevens structureel te blijven monitoren. Daarbij is het ook belangrijk in kaart te brengen of de genomen initiatieven om de mentale gezondheid te versterken effectief en afdoende zijn. Daarnaast adviseert de

commissie om geen nieuwe interventies te ontwikkelen, maar te zorgen voor implementatie van bestaande effectieve en laagdrempelige interventies. Ook is van belang te zorgen voor toegankelijke hulp voor kwetsbare groepen en voor continuïteit in het hulpaanbod, ondersteund met langjarige financiering. Om de mentale gezondheid te bevorderen is een domeinoverstijgende integrale aanpak nodig waarin aandacht is voor de brede sociaal-maatschappelijke context.



De Gezondheidsraad, ingesteld in 1902, is een adviesorgaan met als taak de regering en het parlement ‘voor te lichten over de stand der wetenschap ten aanzien van vraagstukken op het gebied van de volksgezondheid en het gezondheids(zorg)onderzoek’ (art. 22 Gezondheidswet).

De Gezondheidsraad ontvangt de meeste adviesvragen van de bewindslieden van Volksgezondheid, Welzijn en Sport; Infrastructuur en Waterstaat; Sociale Zaken en Werkgelegenheid en Landbouw, Natuur en Voedselkwaliteit. De raad kan ook op eigen initiatief adviezen uitbrengen, en ontwikkelingen of trends signaleren die van belang zijn voor het overheidsbeleid.

De adviezen van de Gezondheidsraad zijn openbaar en worden als regel opgesteld door multidisciplinaire commissies van – op persoonlijke titel benoemde – Nederlandse en soms buitenlandse deskundigen.

U kunt dit document downloaden van www.gezondheidsraad.nl.

Deze publicatie kan als volgt worden aangehaald:
Gezondheidsraad. Mentale gevolgen van de coronapandemie: een eerste inventarisatie.
Den Haag: Gezondheidsraad 2022; publicatienr. 2022/05.

Auteursrecht voorbehouden

