

Overgewicht onder chronisch zieken

Volgens het RIVM heeft ruim de helft van de Nederlanders overgewicht. Van de Nederlandse mannen tussen de 30 en 70 jaar is 60% te zwaar. Bij de vrouwen in deze leeftijdsgroep is dat 44%. Bij 13% van deze mannen en 14% van deze vrouwen is sprake van ernstig overgewicht of obesitas, dat de kans vergroot op het ontstaan van diabetes, hart- en vaatziekten en gewrichtsklachten. Hoe liggen die percentages bij chronisch zieken en hoe groot is de groep die is voorgelicht over dieet of voeding?

VERHOOGDE KANS OP OVERGEWICHT

Mensen met een chronische ziekte hebben een verhoogde kans op overgewicht. Bij hen kan overgewicht bovendien leiden tot complicaties en het beloop van de aandoening ongunstig beïnvloeden. Daarom is het van belang om zicht te hebben op de mate waarin overgewicht vóórkomt bij chronisch zieken om zo nodig tijdig te kunnen interveniëren. We hebben in kaart gebracht hoeveel mensen met een chronische ziekte kampen met overgewicht (BMI van 25 of meer) of ernstig overgewicht (BMI \geq 30). Daarnaast bekeken we hoeveel chronisch zieken in 2010 voorlichting en/of adviezen kregen over dieet of voeding.

60% KAMPT MET OVERGEWICHT

Drie op de vijf chronisch zieken kampen met overgewicht. Bij één op de vijf chronisch zieken (19%) is sprake van ernstig overgewicht (BMI \geq 30). Een kleine groep (2%) kampt met ondergewicht (BMI < 18,5). Mannen hebben vaker overgewicht dan vrouwen (65% versus 56%), maar vrouwen hebben wat vaker ernstiger overgewicht [figuur 1].

Verder blijkt overgewicht het vaakst voor te komen bij mensen met diabetes (80%) of hart- en vaatziekten (65%), gevolgd door mensen met een ziekte aan het bewegingsapparaat (60%). Ondergewicht komt het vaakst voor bij mensen met een chronische spijsverteringsziekte (8%).

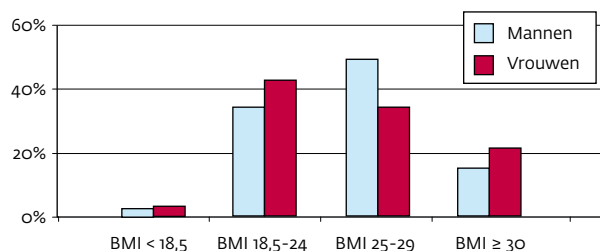
VOORLICHTING OVER DIEET OF VOEDING

Eén op de vijf chronisch zieken (19%) gaf aan in 2010 voorlichting en/of adviezen te hebben ontvangen over dieet of voeding. Mensen met overgewicht kregen nauwelijks vaker dieetvoorlichting dan mensen met een normaal gewicht. Van de mensen met obesitas gaf eenderde aan te zijn voorgelicht of geadviseerd over dieet of voeding [figuur 2].

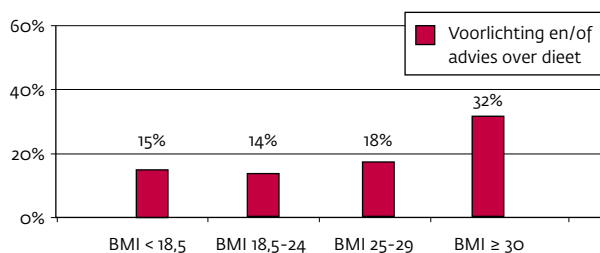
CONCLUSIES

Ruim de helft van de mensen met een chronische ziekte is te zwaar, bij 1 op de 5 is sprake van ernstig overgewicht. Ondanks de risico's die gepaard gaan met overgewicht, kreeg in 2010 slechts 18% van de chronisch zieken met matig overgewicht (BMI 25-29) adviezen over dieet of voeding. Bij degenen met ernstig overgewicht was dit eenderde. Mensen met een chronische ziekte vinden het vaak lastig om zelf actief met hun gewicht aan de slag te gaan, ook omdat hun ziekte grenzen stelt aan voeding en beweging. Professionele ondersteuning op maat zou hen kunnen helpen. Uit eerdere gegevens van het NIVEL blijkt dat vrijwel alle chronisch zieken jaarlijks bij een huisarts of praktijkondersteuner komen. Voor hen ligt hier een kans om dieetadviezen te geven, zeker nu dieetadvisering door de diëtist niet meer standaard wordt vergoed. ■

Figuur 1 Gewichtsverdeling onder chronisch zieken, naar geslacht (n = 1560)



Figuur 2 Percentage chronisch zieken dat dieetvoorlichting/-advies kreeg in 2010, naar BMI (n = 1500)



Voor deze bijdrage gebruikten we gegevens van een representatieve groep van 1560 chronisch zieken van 15 jaar en ouder, die deelnemen aan het Nationaal Panel Chronisch zieken en Gehandicapten (NPCG) van het NIVEL. We hebben de BMI berekend op basis van zelfgerapporteerde gegevens over lengte en gewicht.