

Als de blaadjes vallen...

Meteorologische omstandigheden en depressie in de huisartsenpraktijk

Robert Verheij, Hans te Brake

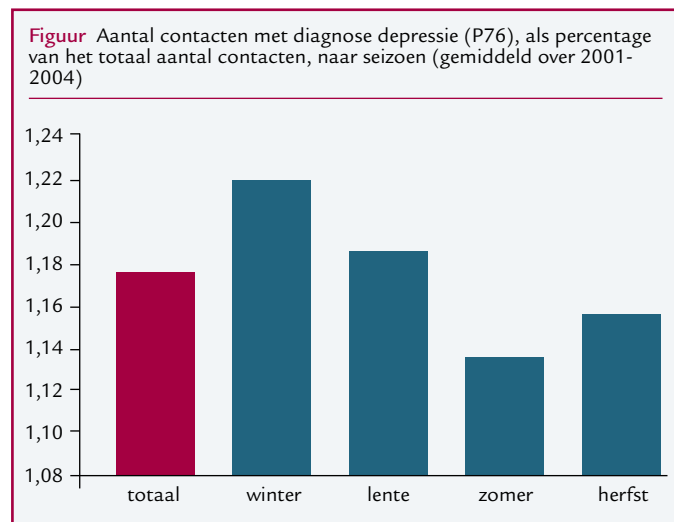
Het idee dat psychische klachten samenhangen met de seizoenen is wijd verbreid. In de herfst, als de blaadjes vallen, spelen bij veel mensen latente depressieve gevoelens meer en sterker op dan in andere seizoenen. Dat is tenminste het volksgeloof. In de literatuur zijn de meningen hierover verdeeld.

In deze LINH-rubriek laten we de prevalenties voor wat ze zijn en kijken we naar het aantal contacten vanwege depressie bij huisartsen. We gaan na in hoeverre dit beïnvloed wordt door de seizoenen, en of dit – binnen de seizoenen – ook samenhangt met de weersomstandigheden.

We hebben gekeken naar het percentage van het totaal aantal face-to-face-contacten met de diagnose depressie (ICPC-code P76). De meteorologische omstandigheden operationaliseerden we op twee manieren. Ten eerste maakten we een onderscheid tussen de vier seizoenen. Ten tweede bekeken we binnen de seizoenen naar de invloed van het weer (bron: KNMI). We gebruikten drie indicatoren voor de temperatuur (gemiddelde, minimum- en maximumtemperatuur) en twee voor de hoeveelheid licht (zonneshijns en de mate van bewolking). We analyseerden alle gegevens op weekniveau. Het gaat dus om de gemiddelden per week.

De seizoenen: meeste depressie in de winter

De figuur toont de verschillen tussen de seizoenen in het percentage contacten vanwege depressie. Gemiddeld is 1,2% van alle contacten gerelateerd aan de diagnose depressie. Het gemiddelde aantal contacten met betrekking tot depressie is het laagst in de zomer en het hoogst in de winter. Dit verschil is in absolute zin niet groot, maar wel statistisch significant.



Het weer: maken kou en duisternis depressief?

De tabel laat de samenhang zien tussen het percentage contacten vanwege depressie en de weersomstandigheden. De tweede kolom geeft de samenhang weer van de weersomstandigheden met het percentage contacten vanwege depressie. In het algemeen gaan lage temperaturen en minder licht samen met een hoger percentage depressieve klachten.

Een deel van deze samenhang is zoals we al zagen toe te schrijven aan de seizoenen. Om hiervoor te corrigeren zijn de correlaties ook weergegeven per jaargetijde. Dit levert opmerkelijke resultaten op. In de winter is er nauwelijks enig effect van de weersomstandigheden. De invloed van de gemiddelde temperatuur doet zich het sterkste gelden in de zomer en herfst. De dagelijkse hoeveelheid licht hangt vooral in de zomer samen met depressie.

Tabel Correlatie tussen weersomstandigheden en het percentage contacten per week gerelateerd aan depressie

	Gehele jaar	Winter	Lente	Zomer	Herfst
Temperatuur [†]					
- gemiddeld	-0,25*	0	-0,19	-0,26	-0,31*
- minimum	-0,22*	0	-0,12	-0,07	-0,25
- maximum	-0,27*	-0,02	-0,21	-0,33*	-0,34*
Hoeveelheid licht [†]					
- aantal uren zonneshijns	-0,16*	0,08	-0,07	-0,31*	-0,22
- bedekkingsgraad (mate van bewolking)	0,22	0,02	0,12	0,42*	0,08

* $p < 0,05$

[†] gemiddelde per week

Conclusie

Het aantal contacten vanwege depressie hangt samen met de seizoenen. Binnen de seizoenen speelt het weer ook een rol, maar die is niet in alle seizoenen gelijk. In de winter is het algemene depressieniveau hoger, terwijl het weer daarop nauwelijks van invloed is. In de overige jaargetijden is het percentage contacten vanwege depressie lager, maar de actuele weersomstandigheden leggen hierbij wél gewicht in de schaal. Kennelijk is het weer alleen van invloed binnen een bepaalde bandbreedte van weersomstandigheden. Onder het motto 'het is in de winter tóch altijd rotweer', valt dan het effect van het weer weg.

Colofon

De hier beschreven analyses zijn uitgevoerd met LINH-gegevens van 2001 tot en met 2004. In 2004 participeerden 75 huisartsenpraktijken, waarin ruim 300.000 patiënten stonden ingeschreven. LINH is een project van NIVEL, WOK, LHV en NHG. Voor meer informatie over LINH kunt u terecht op de website (www.linh.nl). Reacties naar info@linh.nl. De gegevens over de weersomstandigheden zijn afkomstig van het Koninklijk Nederlands Meteorologisch Instituut (KNMI).