



Nieuwsbrief PSH GOR bij Covid-19

Nummer 34 (26 januari 2022)

Landelijk coördinatieteam PSH GOR (ARQ/ Nivel/ cGM/ GGD GHOR NL)

Dit is de 34^e nieuwsbrief over PSH en GOR bij de Coronacrisis, waarmee we u op de hoogte houden van ontwikkelingen rond PSH en GOR. We zullen de nieuwsbrief uitbrengen als er voldoende informatie is om te delen, dus onregelmatig.

Nieuwe producten en informatie PSH

Nieuw op het Steunpunt Coronazorgen

Op het [Steunpunt Coronazorgen](#) wordt informatie gegeven omtrent thema's zoals stress en leren omgaan met moeilijke situaties vanwege de coronamaatregelen. Naarmate de situatie verandert, komen er andere thema's aan bod of verandert de insteek van de informatie:

1. [Hulp vragen en accepteren](#) (nieuw). Soms heb je hulp nodig, maar durf je er niet om te vragen. Wat maakt hulp vragen en accepteren zo lastig? En wat kan jou helpen om het toch te doen? Je leest het op deze pagina.
2. [Werken na coronabesmetting](#) (nieuw). Was je besmet met het coronavirus? Dan kan je nog lang klachten hebben. Het is niet gek als je daardoor minder of niet kon werken. Het kan je wel zorgen geven. Ook stap voor stap weer beginnen met werken kan spannend of lastig zijn. Op deze pagina lees je hoe je met (langdurige) coronaklachten weer kan beginnen met werken.

Oproep: Is het Steunpunt Coronazorgen goed in beeld in jouw regio?

Is het [Steunpuntcoronazorgen.nl](#) goed te vinden op de website van jouw GGD? Zo niet, breng deze dan eens (opnieuw) onder de aandacht bij jouw afdeling Communicatie, bij de procesleider PSH en/of je collega's van onderzoek, beleid en gezondheidsbevordering.

Hoofdpunten uit actualiteitsmonitor ARQ – 6 t/m 20 januari 2022

Kwetsbare groepen

- **Sluiting hoger onderwijs heeft steeds grotere impact op studenten** ([NOS, 7 jan](#)) Voor de derde keer een lockdown, onderwijs op afstand en weinig sociaal contact met studiegenoten: de gedwongen sluiting van het hoger onderwijs trekt een steeds zwaardere wissel op het mentale welzijn van studenten. Studentpsychologen krijgen meer verzoeken om hulp, studenten komen steeds vaker langs.
- **Psychiaters: open al het onderwijs om meer psychische schade te voorkomen** ([NOS, 12 jan](#)) Volgens de NVvP blijkt uit vele onderzoeken door de jaren heen dat juist de adolescentie de meest kwetsbare levensfase is om mentale problemen te ontwikkelen. Psychiaters melden onder meer dat jongeren meer kampen met angststoornissen, stemmingsstoornissen en eetstoornissen door het gebrek aan fysiek onderwijs en interactie met hun leeftijdsgenoten.
- **Onderzoek: 15% meer suïcides onder jongvolwassenen tot 30 jaar** ([NOS, 14 jan](#)) Het aantal zelfdodingen was de afgelopen jaren stabiel met ongeveer 1800 per jaar, zegt de Renske Gilissen van 113 zelfmoordpreventie. Maar onder jongeren is het vorig jaar toegenomen. In 2021 waren er ruim 300 extra zelfmoorden, een toename van 15%. Vooral in de leeftijd tussen de 20 en 30 jaar en vaak mannen, blijkt uit cijfers van de Commissie Actuele Nederlandse Suïcide Registratie.



Nieuwe producten en informatie PSH (vervolg)

Doelgroep in beeld: docenten

Op donderdag 20 januari 2022 is de doelgroep docenten besproken in het doelgroepenoverleg. Deze potentieel nieuwe doelgroep werd besproken, omdat er hierbij signalen zoals hoge verzuimcijfers naar voren kwamen. Zo zagen arbodiensten de hoogste ziektestijging ooit in het onderwijs in november 2021 ([AOB, 20-12-2021](#)). Er is van alles voor te stellen bij deze stijging, want er wordt veel gevraagd van onder andere het aanpassingsvermogen en flexibiliteit van docenten. Afgevraagd werd echter of er meer en verdiepende informatie beschikbaar is hun mentaal welzijn.

Vanuit meerdere uitvragen die er tot nu toe zijn geweest (zoals bij de VO-raad en Voion), komt naar voren dat er veel aandacht is voor het mentaal en cognitief welbevinden van jongeren/leerlingen/studenten. Het beeld van het mentaal welzijn van docenten is minder duidelijk. De werkdruk is wel een item dat regelmatig benoemd wordt, zonder dat precies duidelijk is welke invloed dit heeft op docenten. Er zijn verschillende instrumenten/aanpakken beschikbaar rondom verlagen van en omgaan met werkdruk. Ook komt vanuit onderzoek van de Rijksuniversiteit Groningen, aan het begin van de pandemie, naar voren wat beschermende – en risicofactoren zijn in het tegengaan van stress, zoals ervaren autonomie in het lesgeven (beschermend), ervaren competentie in het lesgeven (beschermend), overwerk (risico) en lage werktevredenheid (risico) ([Lesgeven in tijden van COVID-19 \(nro.nl\)](#)).

Vanuit onderzoek van de Inspectie van het Onderwijs van maart 2020 tot en met de zomer van 2021 blijkt onder andere dat onderwijs geven met de opgelegde coronamaatregelen leraren en schoolleiders een hogere werkdruk en meer stress bezorgde. In het voortgezet (speciaal) onderwijs, speciaal onderwijs en mbo is het welbevinden van docenten verslechterd. In het primair onderwijs bleef het welbevinden ongeveer gelijk, aldus de Inspectie. Wel hadden ze in deze sector te maken met stress en druk, en misten ze vooral het sociale contact ([Inspectie: corona zorgde voor hogere werkdruk en meer stress | De Algemene Onderwijsbond \(aob.nl\)](#)).

Oproep

Bij dezen willen wij een oproep doen: heeft u meer (recente) informatie over de doelgroep docenten (zowel in het primair, voortgezet, speciaal als hoger onderwijs), en dan specifiek over hun mentale welzijn en/of interventies hierbij, neem dan contact met ons op via steunpuntcorona@arq.org.

Op het Steunpunt Coronazorgen willen wij de doelgroep docenten meer rechtstreeks adresseren en hen erkenning geven over de (mogelijk) negatieve invloed van de pandemie en de maatregelen op hun welzijn. Daarnaast blijven wij in gesprek met organisaties en belangenverenigingen om op de hoogte te blijven van het mentaal welzijn van docenten, hoe zij omgaan met zorgen, druk en spanningen en wat helpende interventies zijn hierbij.



Nieuwe producten en informatie GOR

De eerste resultaten van de Integrale gezondheidsmonitor COVID-19

De uitbraak van het coronavirus en de maatregelen die daarvoor zijn genomen, hebben veel impact op de volksgezondheid. De komende vijf jaar wordt deze impact onderzocht in de Integrale Gezondheidsmonitor COVID-19 door het netwerk Gezondheidsonderzoek bij Rampen (GOR) – dat bestaat uit de lokale GGD'en, GGD GHOR Nederland, RIVM, het Nivel en ARQ Nationaal Psychotrauma Centrum. Dit project wordt gesubsidieerd door ZonMw namens het ministerie van VWS.

Het eerste resultaat van dit meerjarige onderzoek is een [literatuurstudie](#) van nationaal en internationaal onderzoek van het Nivel en het RIVM. Hierin is gekeken wat er in de wetenschappelijke literatuur al bekend is over de gevolgen van de coronapandemie voor de fysieke en mentale gezondheid van de jeugd (0 tot 25 jaar). De onderzochte internationale studies gaan over de periode tot het najaar van 2020. De Nederlandse studies nemen ook het voorjaar van 2021 mee.

Deze studie laat zien dat lockdowns voor veel jongeren een negatieve impact hebben op de lichamelijke en mentale gezondheid. Vooral kwetsbare jongeren worden zwaarder getroffen. Wel lijken na versoepelingen de klachten bij de meeste jongeren snel minder te worden, in ieder geval tijdens het eerste jaar van de coronacrisis. Als voorlopige aanbeveling kan gesteld worden dat er meer aandacht nodig is voor preventie om gezondheidsproblemen te voorkomen en de jeugd veerkrachtig te maken en houden. En daarbij speciale aandacht te hebben voor kwetsbare groepen.

Daarnaast zijn de resultaten van het [eerste kwartaalonderzoek](#) gepresenteerd. De informatie geeft een beeld van de gezondheid en het welzijn de Nederlandse bevolking op een bepaald punt in de tijd en wordt gebruikt als vinger aan de pols. Deze eerste meetronde focust zich net als de literatuurstudie op de jeugd en is gebaseerd op een vragenlijstonderzoek onder jongeren (12-25 jaar) en gegevens van huisartsen (0-25 jaar).

Deel jouw kennis over GOR op GGD GHOR Kennisnet

Op GGD GHOR Kennisnet bestaat al langere tijd een groep Gezondheidsonderzoek na Rampen. In deze groep worden nieuwsitems en documenten gedeeld die betrekking hebben op Gezondheidsonderzoek na Rampen. Gelukkig is GGD GHOR Kennisnet inmiddels weer 'in de lucht'. Heb je zelf interessante onderzoeksresultaten of nieuwsitems? Deel ze dan op Kennisnet. Ook als er in jouw regio sprake is geweest van een incident, vragen we je om relevante stukken te delen in de speciale map, die hiervoor is aangemaakt (per incident) [Gezondheidsonderzoek na rampen \(GOR\) | GGD GHOR Kennisnet 2.0](#) (deze groep is alleen toegankelijk voor GGD medewerkers). Denk aan onderzoeksvoorstellen, brieven, vragenlijsten en onderzoeksrapporten. Maak ook jouw collega's attent op het bestaan van de GOR-groep op Kennisnet. Zo blijven we elkaar versterken.



Interessante informatie en producten algemeen

Jongerenhulp online

[Jongerenhulp online.nl](https://jongerenhulp.nl) is bedoeld om jongeren op weg te helpen in het vinden van passende (online) hulp. Met het beantwoorden van een paar simpele vragen krijgt de jongere de keuze uit een of meer geschikte hulplijnen.

Waar haal jij je informatie vandaan?

Inspirerend voorbeeld van GGD Utrecht: [Waar haal jij je informatie vandaan?](#) Op deze pagina worden de meeste gestelde vragen rondom corona en vaccineren kort en duidelijk beantwoord. De informatie is gebaseerd op erkende bronnen.

Thematische factsheets

De GGD'en in Noord-Brabant verzamelen cijfers en andere informatie over de impact van de coronacrisis op de gezondheid van hun inwoners. Dit werken zij uit in de vorm van thematische factsheets met informatiebronnen en beleidsinspiraties. Je vindt ze op de [coronapagina van de Brabantscan](#). Er zijn 14 actuele thematische factsheets uitgewerkt (november 2021) over onder meer: psychische gezondheid, genotmiddelengebruik, financiële kwetsbaarheid, vaccineren, langdurige klachten en gezondheidsverschillen.

Eerdere nieuwsbrieven

Voorgaande edities van de nieuwsbrief PSH GOR zijn te vinden onderaan de [website van ARQ Kenniscentrum Impact](#).

Heeft u deze nieuwsbrief doorgestuurd gekregen van een collega en wilt u hem ook zelf graag ontvangen? Dat kan. Stuur een mail naar cGM@rivm.nl.
De nieuwsbrief is bedoeld voor medewerkers van GGD, GHOR en de Veiligheidsregio.

Contactgegevens

GGD'en kunnen met vragen of ondersteuningsbehoeften aankloppen bij het coördinatieteam.

Vragen per telefoon:

- PSH-vragen: 06-30661005 (ARQ Kenniscentrum Impact)
- GOR-vragen: 06-29637723 (Marjonneke de Vetten)

Vragen per e-mail:

- Vragen over PSH en GOR kunnen per e-mail gesteld worden aan cGM@rivm.nl
- Vragen, opmerkingen of aanvullingen met betrekking tot het IVC kunnen per e-mail gesteld worden aan steunpuntcorona@arq.org

De leden van het coördinatieteam zijn: Sjef Timmermans, Nannah Tak (GGD GHOR Nederland), Wera van Hoof, Andrea Willems, Noor Jansen (ARQ), Michel Dückers (Nivel/ARQ), Femke de Zwart, Elske Marra, Jannie van der Helm, Linda van den Berg, Diane Houweling, Caroline Timmerman-Kok, Marjonneke de Vetten, Loes Lanting (RIVM/cGM)