

- Onderzoek -

Monitoren bloeddruk en gezondheid Nederlandse vrouw

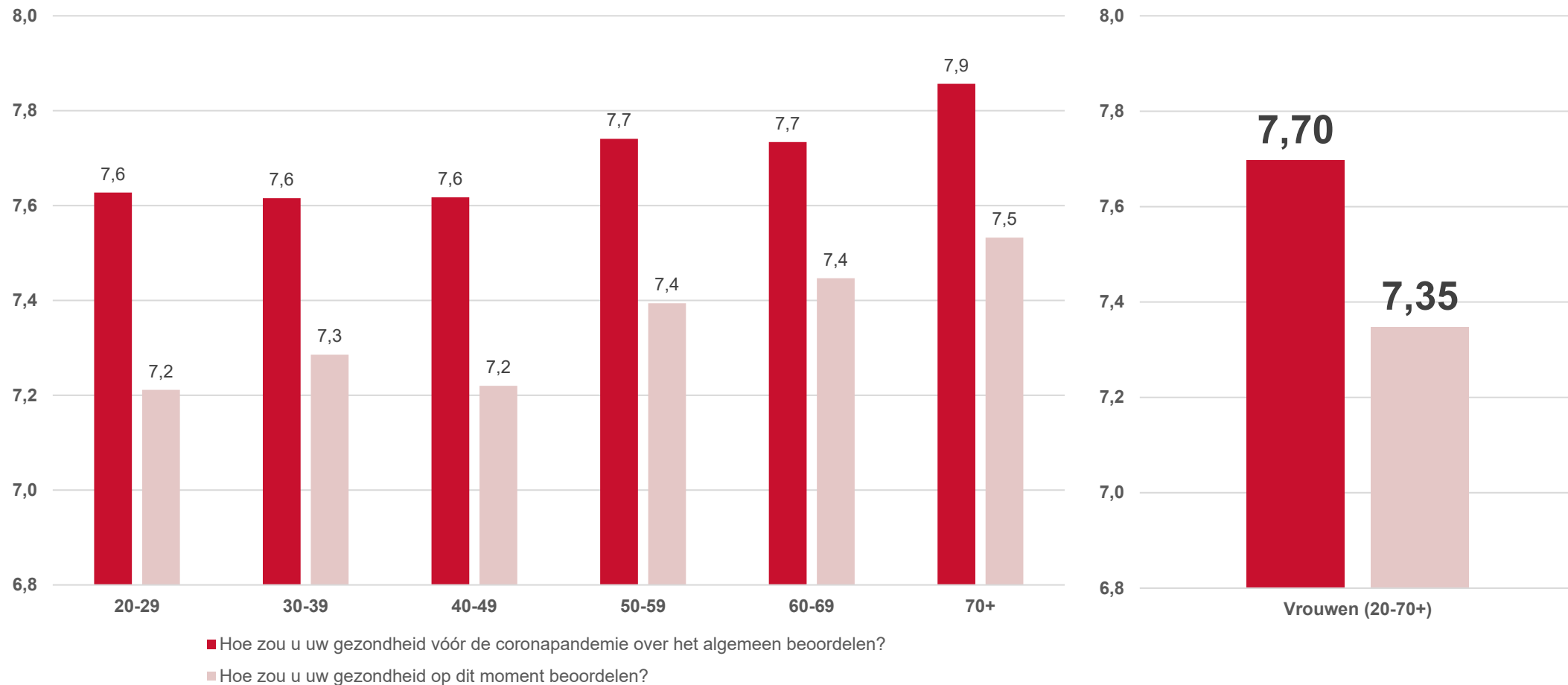
April 2021

Inhoudsopgave

	Pagina
Gezondheid vóór en tijdens coronapandemie	3
Eigen gezondheid	8
Monitoren eigen gezondheid	16
Kennis en gedrag (meten) bloeddruk	24
Onderzoeksverantwoording	31

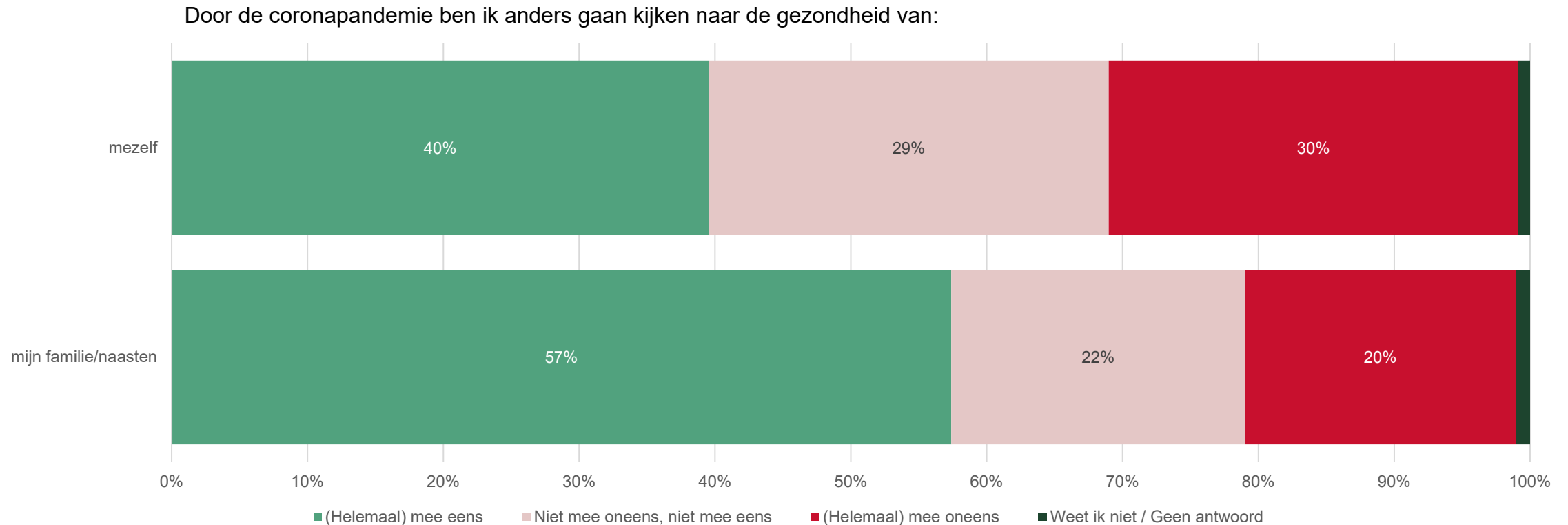
Gezondheid vóór en tijdens coronapandemie

Beoordeling eigen gezondheid hoger vóór coronapandemie



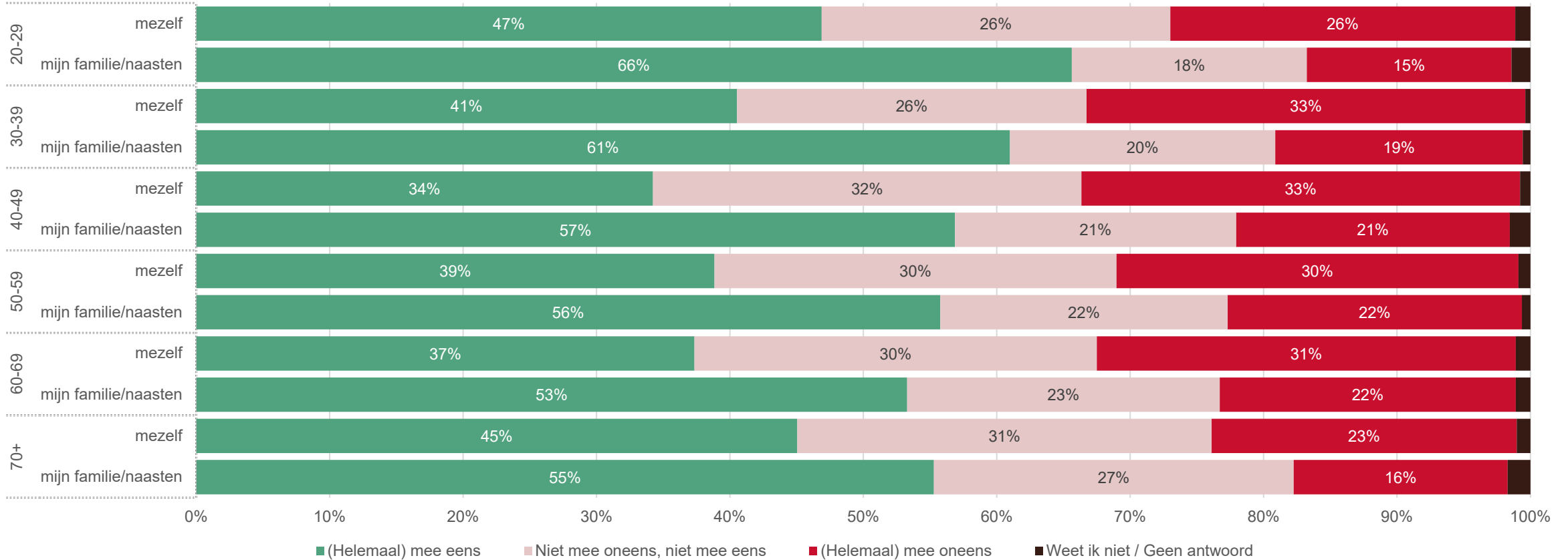
40% Nederlandse vrouwen zijn anders gaan kijken naar eigen gezondheid door coronapandemie

Meer dan de helft van vrouwelijk Nederland is anders naar gezondheid familie en naasten gaan kijken



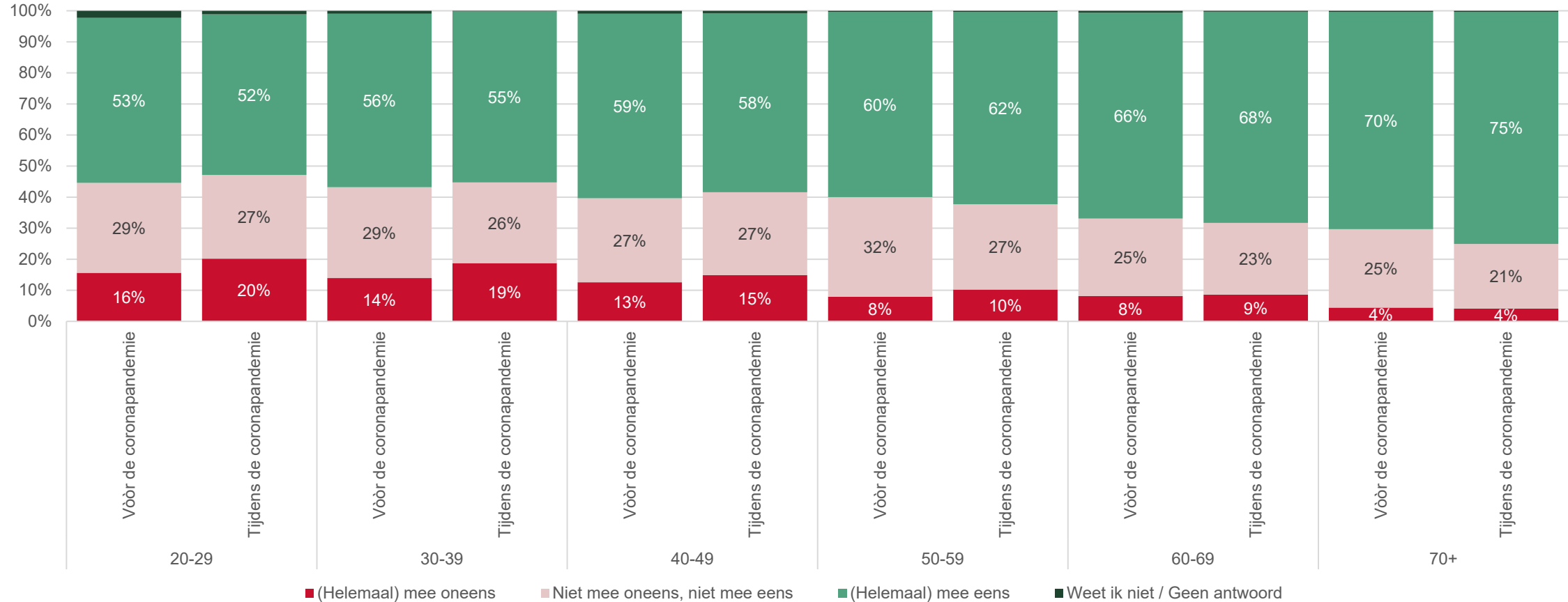
66% jonge vrouwen kijkt anders naar gezondheid familie en naasten door coronapandemie

Door de coronapandemie ben ik anders gaan kijken naar de gezondheid van:



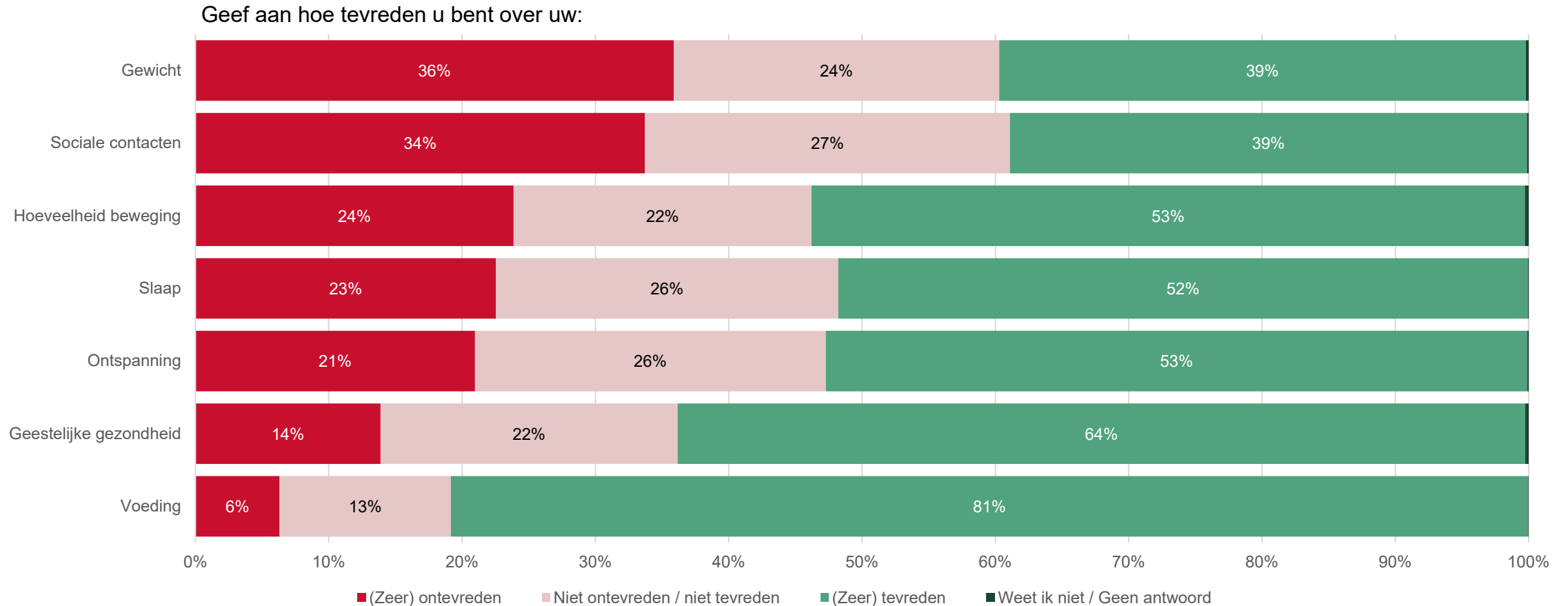
60 plussers meest trots op hoe ze bezig zijn geweest met eigen gezondheid tijdens coronapandemie

Ik ben trots op hoe ik bezig ben geweest met mijn gezondheid...



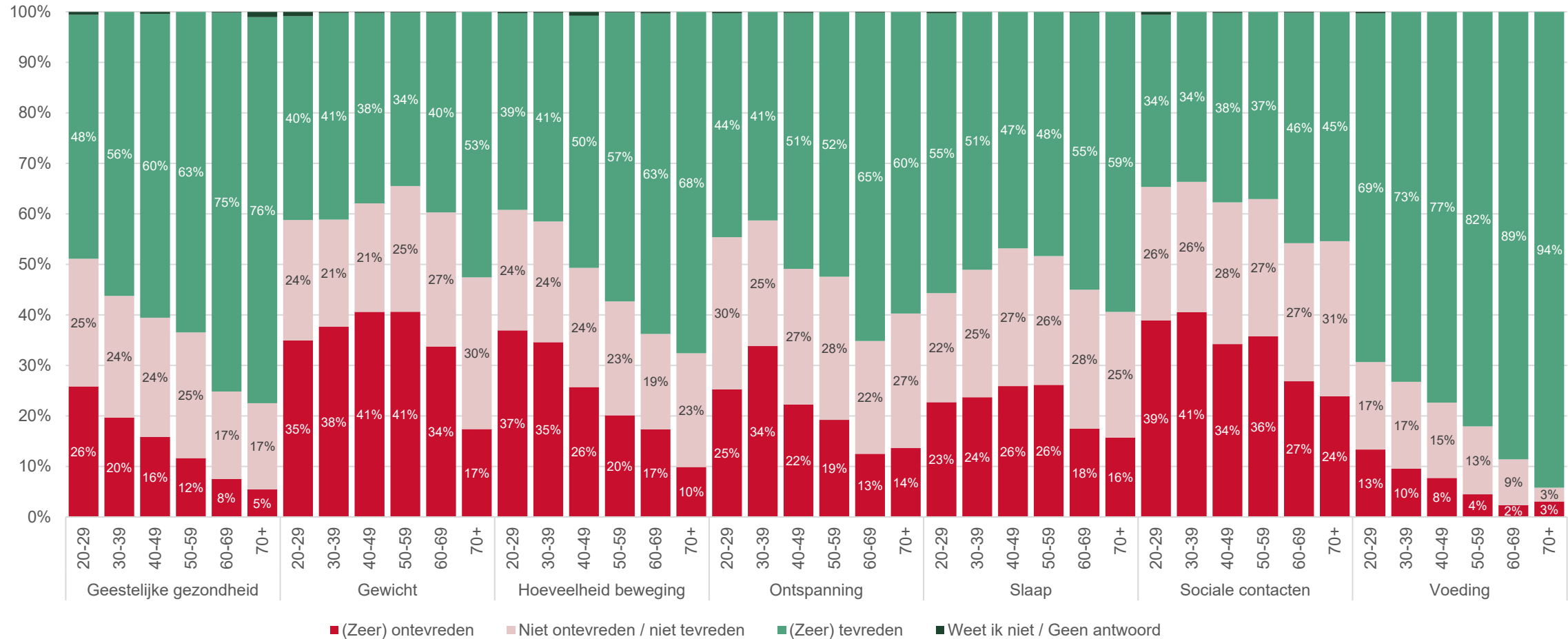
Eigen gezondheid

1 op de 3 vrouwen momenteel (zeer) ontevreden met gewicht en sociale contacten



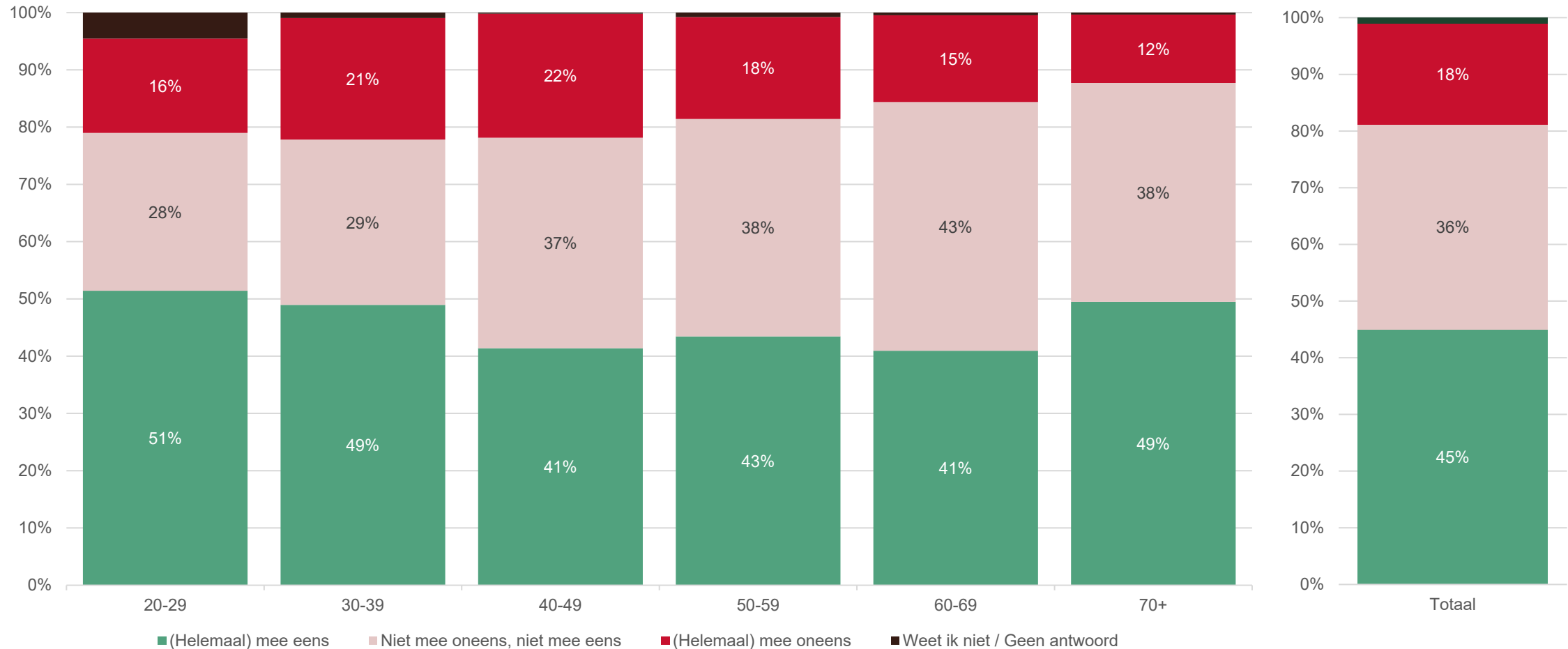
1 op de 3 vrouwelijke dertigers (zeer) ontevreden over ontspanning

Geef aan hoe tevreden u bent over uw:



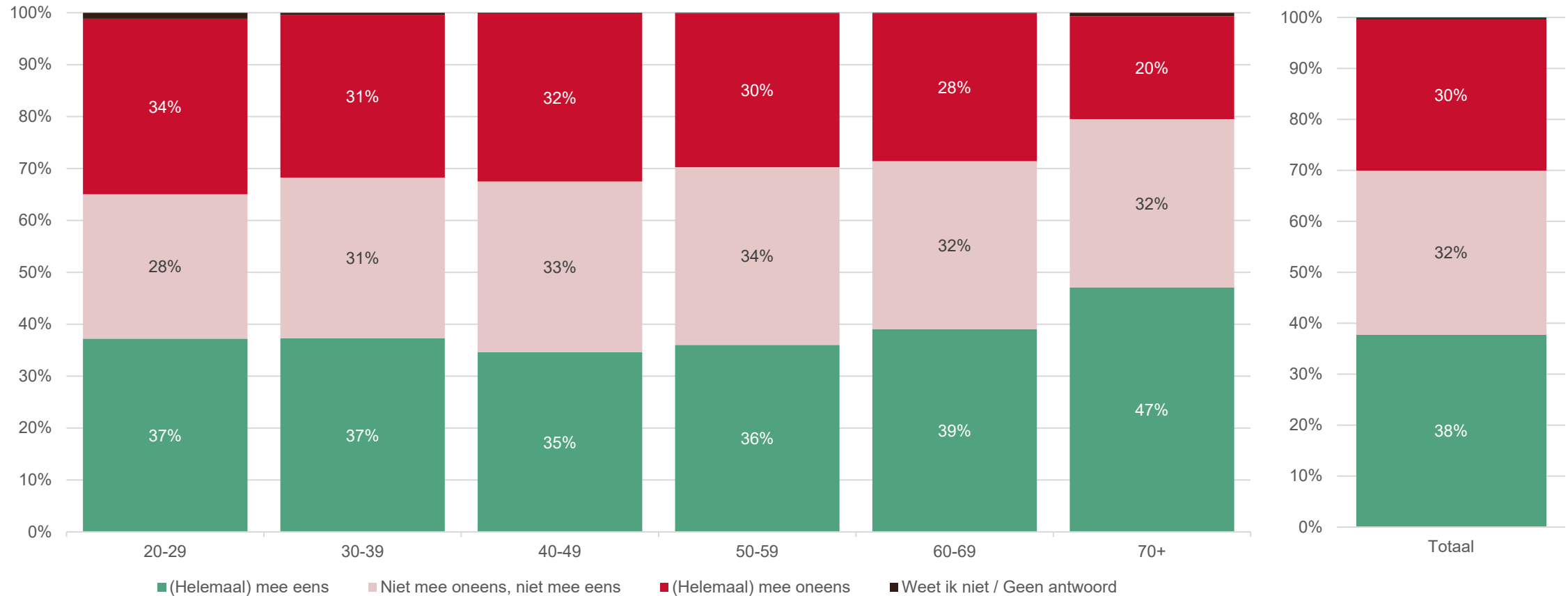
Voor 45% van de Nederlandse vrouwen wordt werken aan gezondheid leuker naarmate ze ouder worden

Naarmate ik ouder word, vind ik het leuker om aan mijn gezondheid te werken:



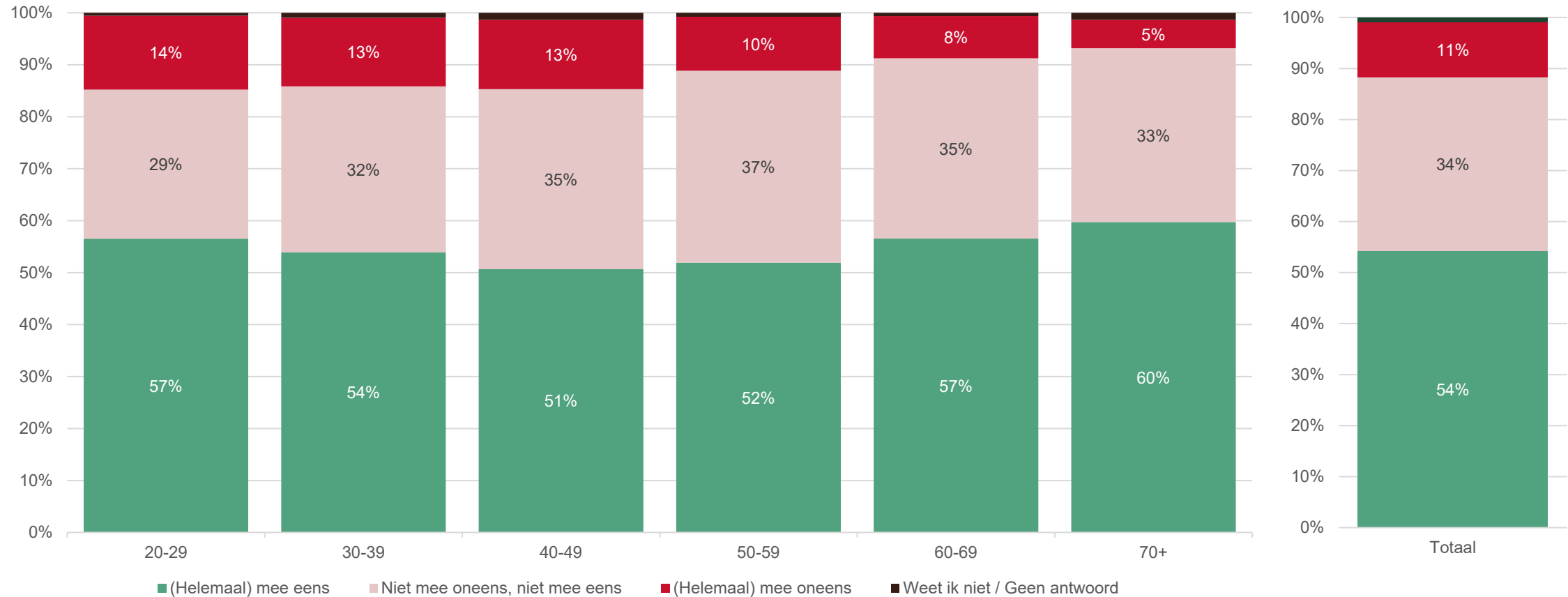
38% Nederlandse vrouwen maakt zich niet snel druk om gezondheid

Ik maak mij niet snel druk over mijn gezondheid.



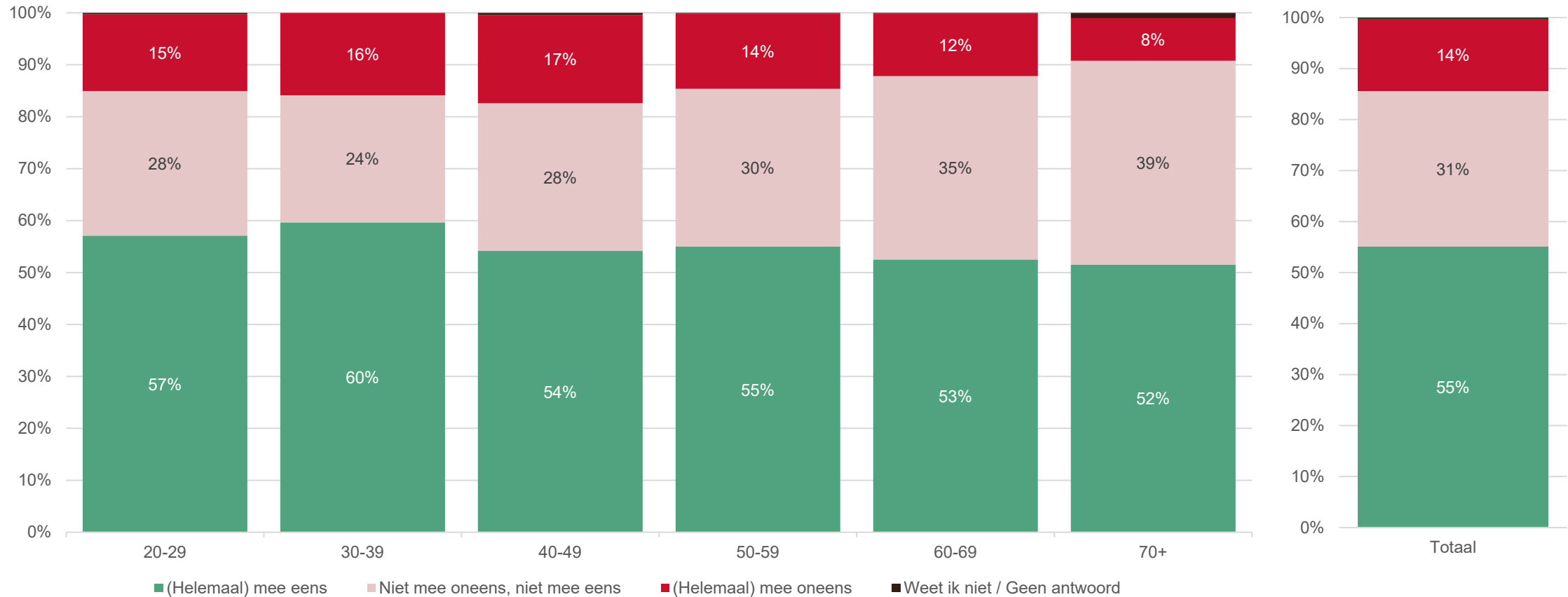
Meer dan de helft vrouwen willen inzicht in eigen gezondheid

Ik wil precies weten hoe mijn gezondheid ervoor staat.



2 op de 5 vrouwelijke dertigers actief opzoek naar gezondere levensstijl

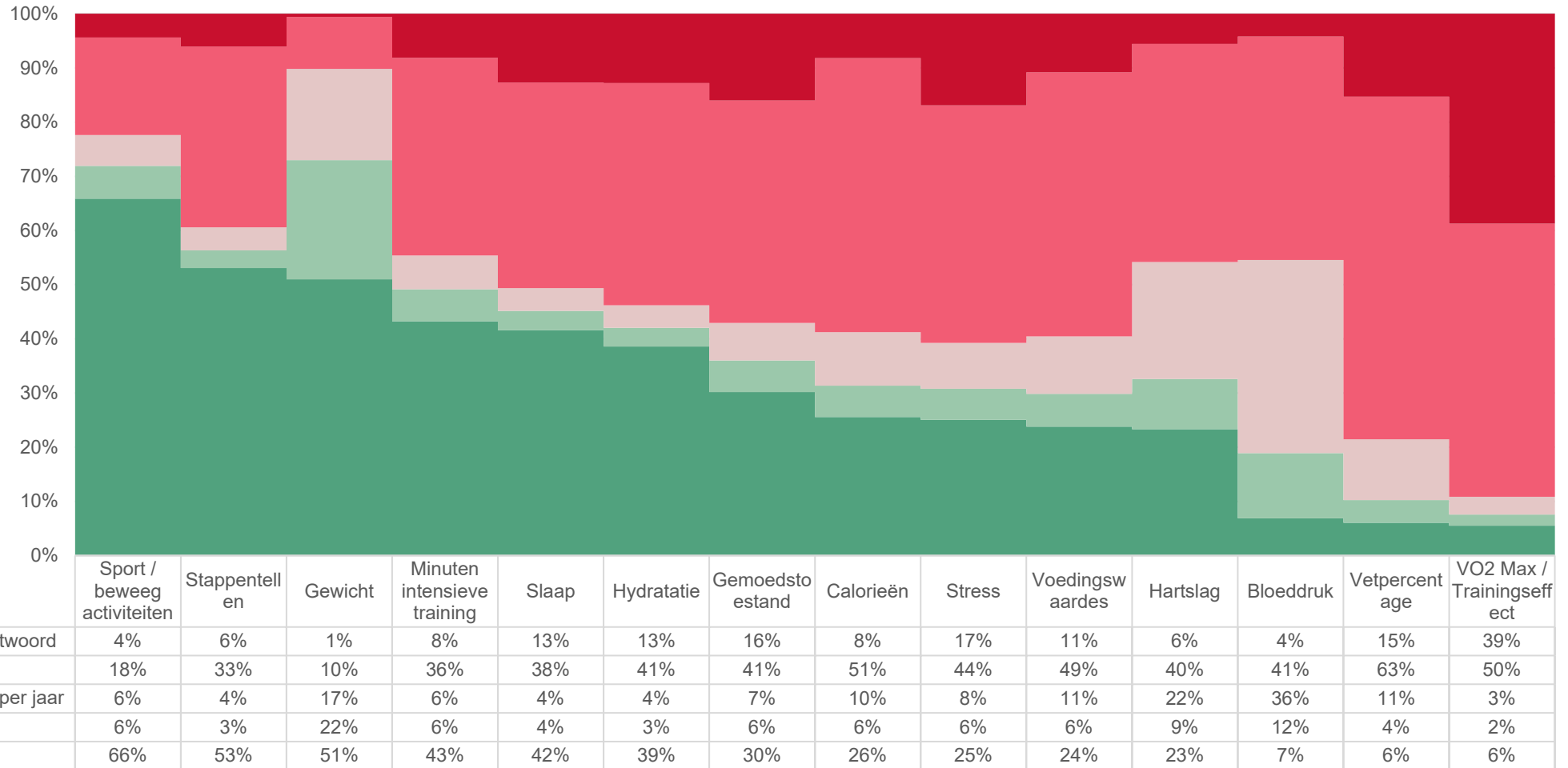
Ik ga actief op zoek naar manieren om gezonder te leven.



Monitoren eigen gezondheid

Stappentellen, gewicht en activiteiten monitoren voor meer dan de helft vrouwelijk Nederland wekelijkse kost

Welke gezondheidsindicatoren houdt u bij en hoe vaak?

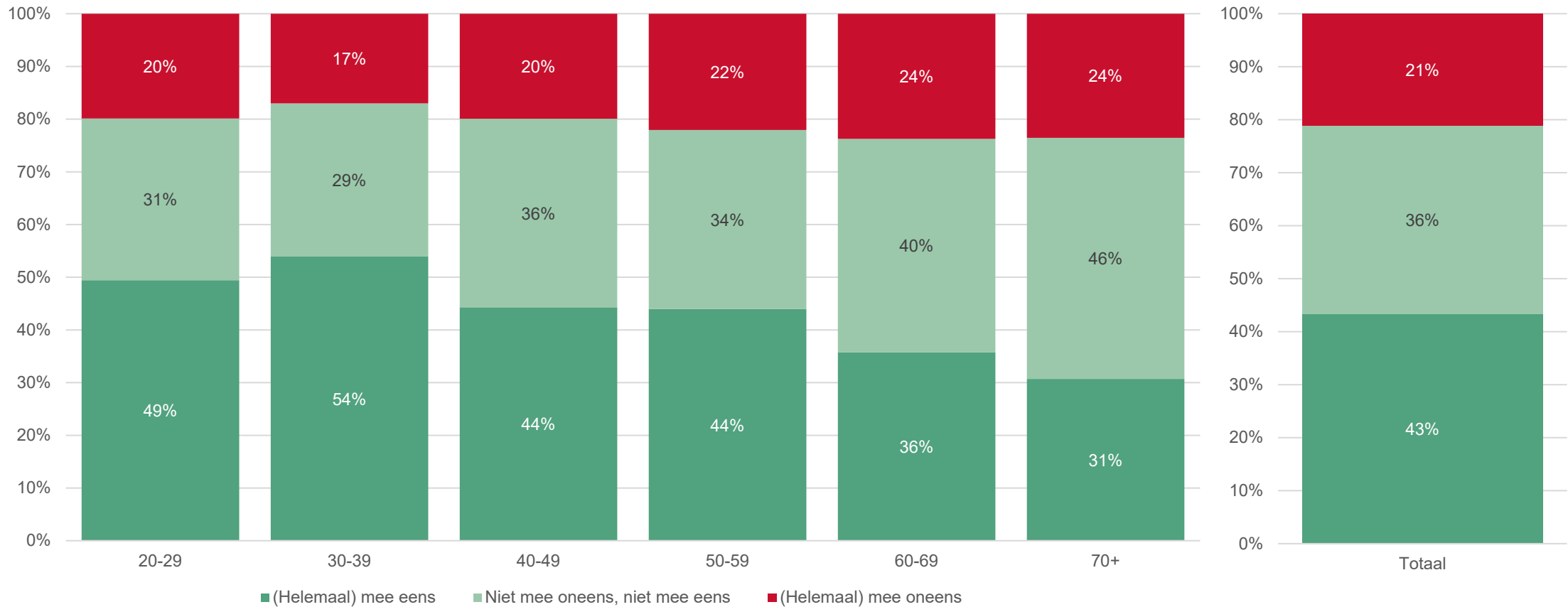


Top 7 gezondheidsindicatoren die door vrouwen minimaal één maal per week worden bijgehouden

	20-29 jaar	30-39 jaar	40-49 jaar	50-59 jaar	60-69 jaar	70+
1.	Activiteiten (62%)	Activiteiten (63%)	Activiteiten (64%)	Activiteiten (69%)	Activiteiten (67%)	Activiteiten (67%)
2.	Stappentellen (59%)	Stappentellen (55%)	Stappentellen (55%)	Gewicht (56%)	Gewicht (58%)	Gewicht (59%)
3.	Slaap (53%)	Minuten intensieve training (48%)	Gewicht (45%)	Stappentellen (54%)	Stappentellen (49%)	Minuten intensieve training (47%)
4.	Hydratie (44%)	Hydratie (46%)	Slaap (43%)	Minuten intensieve training (44%)	Minuten intensieve training (41%)	Stappentellen (45%)
5.	Gemoedstoestand (41%)	Slaap (46%)	Minuten intensieve training (42%)	Slaap (38%)	Slaap (39%)	Slaap (32%)
6.	Gewicht (38%)	Gewicht (45%)	Hydratie (38%)	Hydratie (38%)	Hydratie (37%)	Calorieën (25%)
7.	Minuten intensieve training (37%)	Gemoedstoestand (35%)	Gemoedstoestand (33%)	Gemoedstoestand (27%)	Voedingswaardes (30%)	Hydratie (24%)

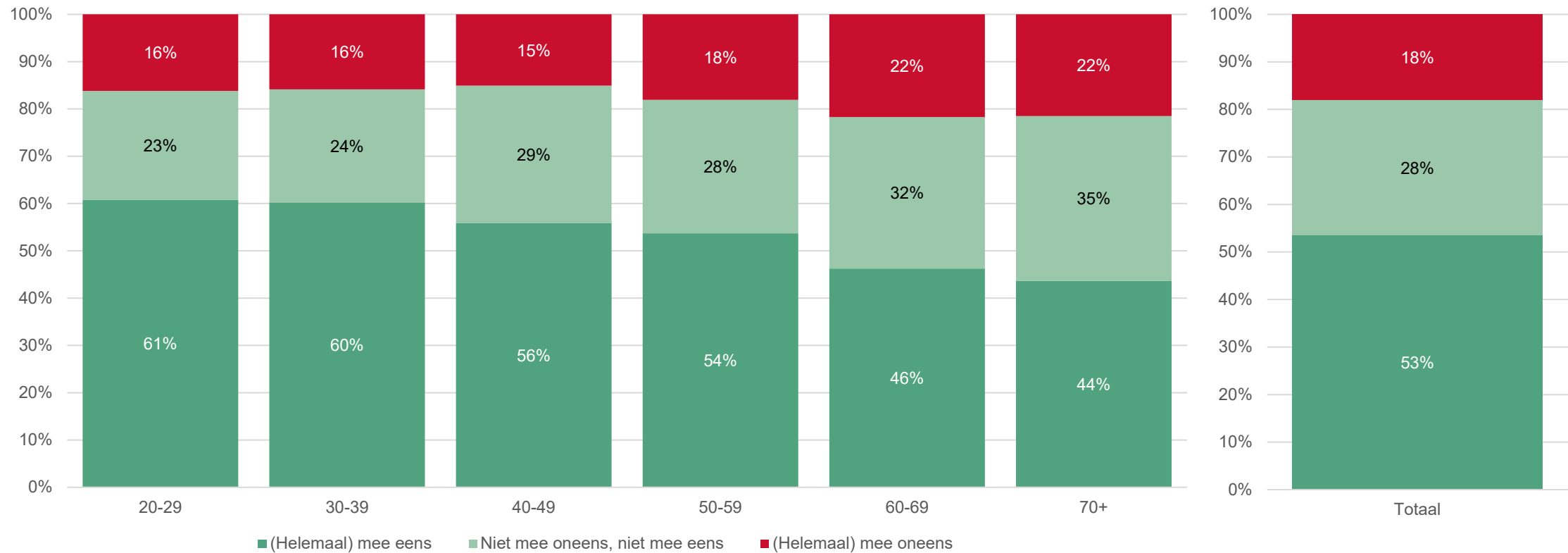
Meetinstrumenten voor 43% vrouwen positieve bijdrage gezondere levensstijl

De meetinstrumenten die ik gebruik, dragen bij aan een gezondere levensstijl:



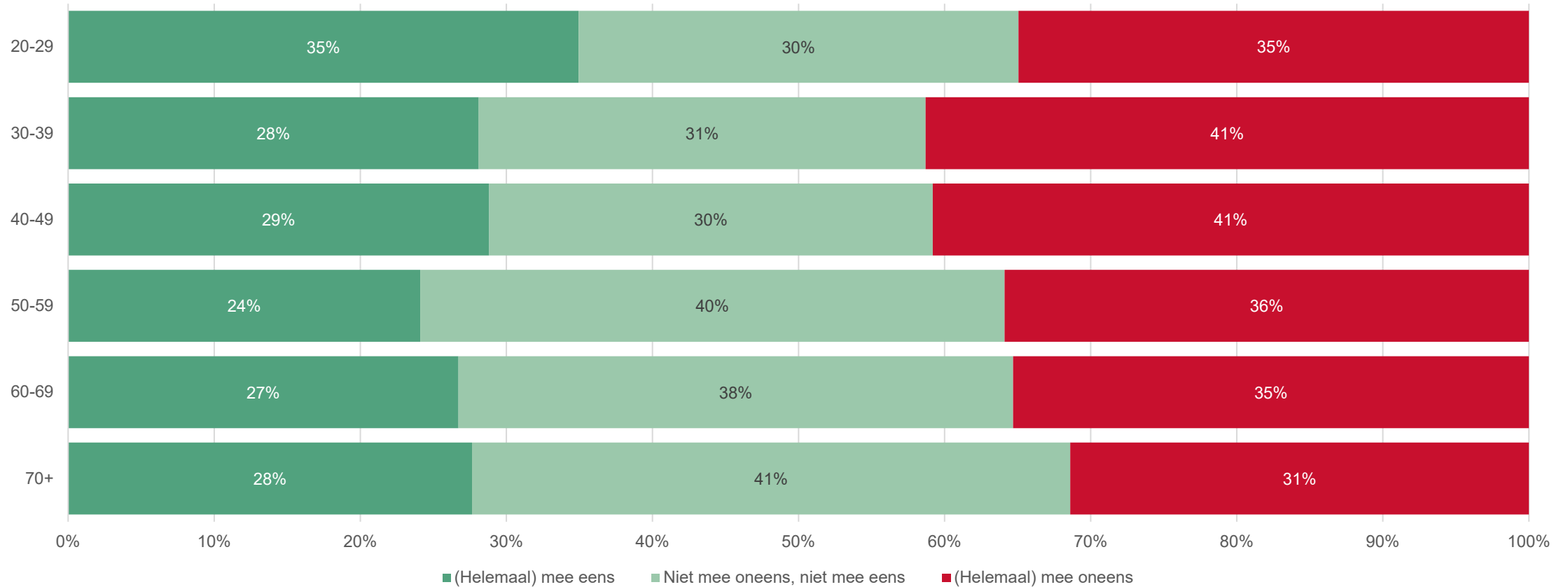
Positief en motiverend effect bij behalen gestelde gezondheidsdoelen bij de helft van de Nederlandse vrouwen

Het behalen van gestelde doelen (zoals 10.000 stappen) hebben een positief en motiverend effect op mij:



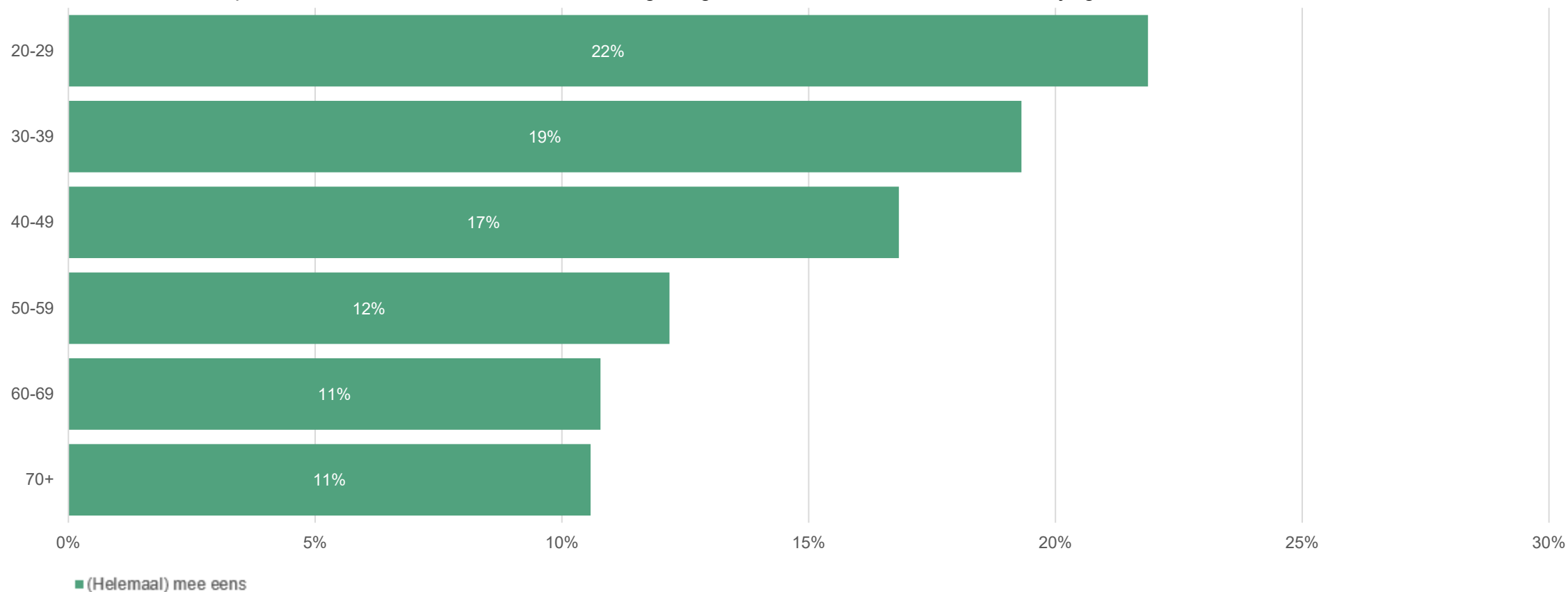
Kwart vrouwen meer interesse monitoren gezondheid sinds coronapandemie

Sinds de coronapandemie heb ik meer interesse gekregen in het monitoren van mijn gezondheid



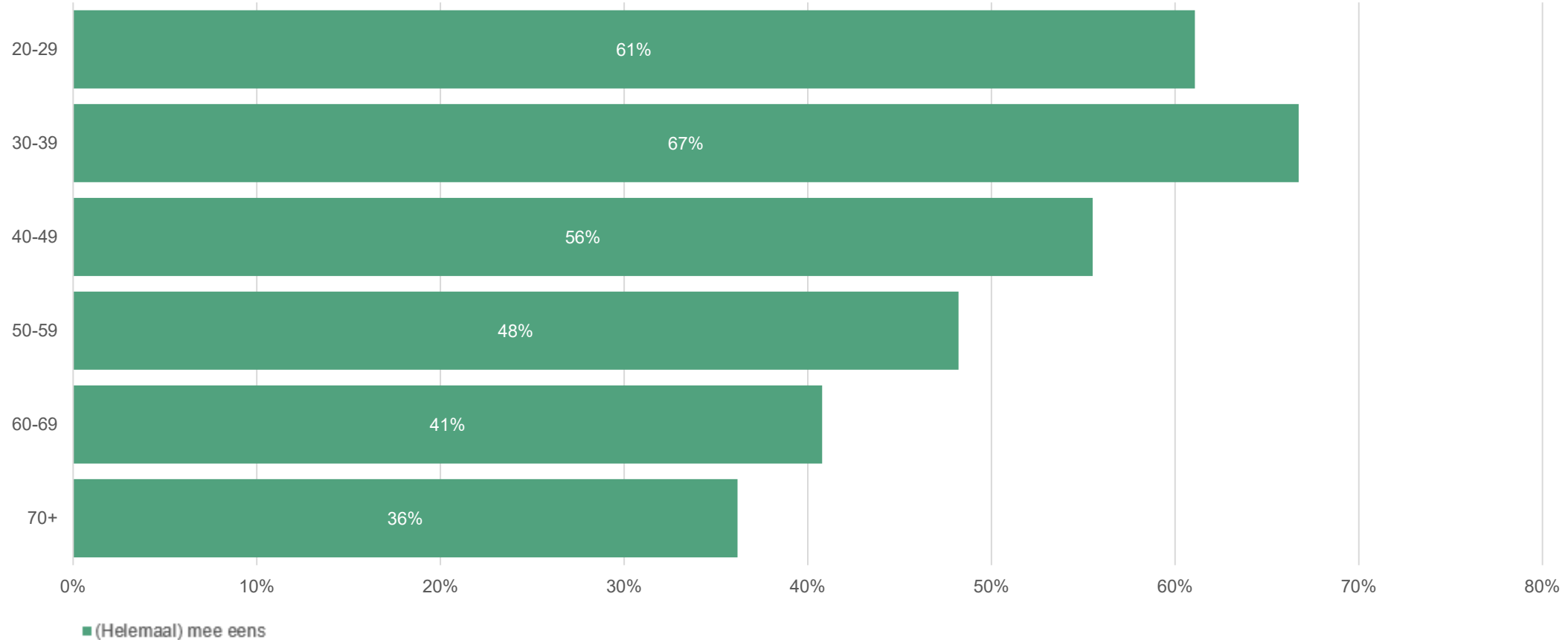
1 op de 5 jonge vrouwen monitoren gezondheid intensiever sinds coronapandemie

Sinds de coronapandemie ben ik meer meetinstrumenten gaan gebruiken voor het monitoren van mijn gezondheid



Gezondere maatschappij voor 2 op de 3 vrouwelijke dertigers door digitaal monitoren

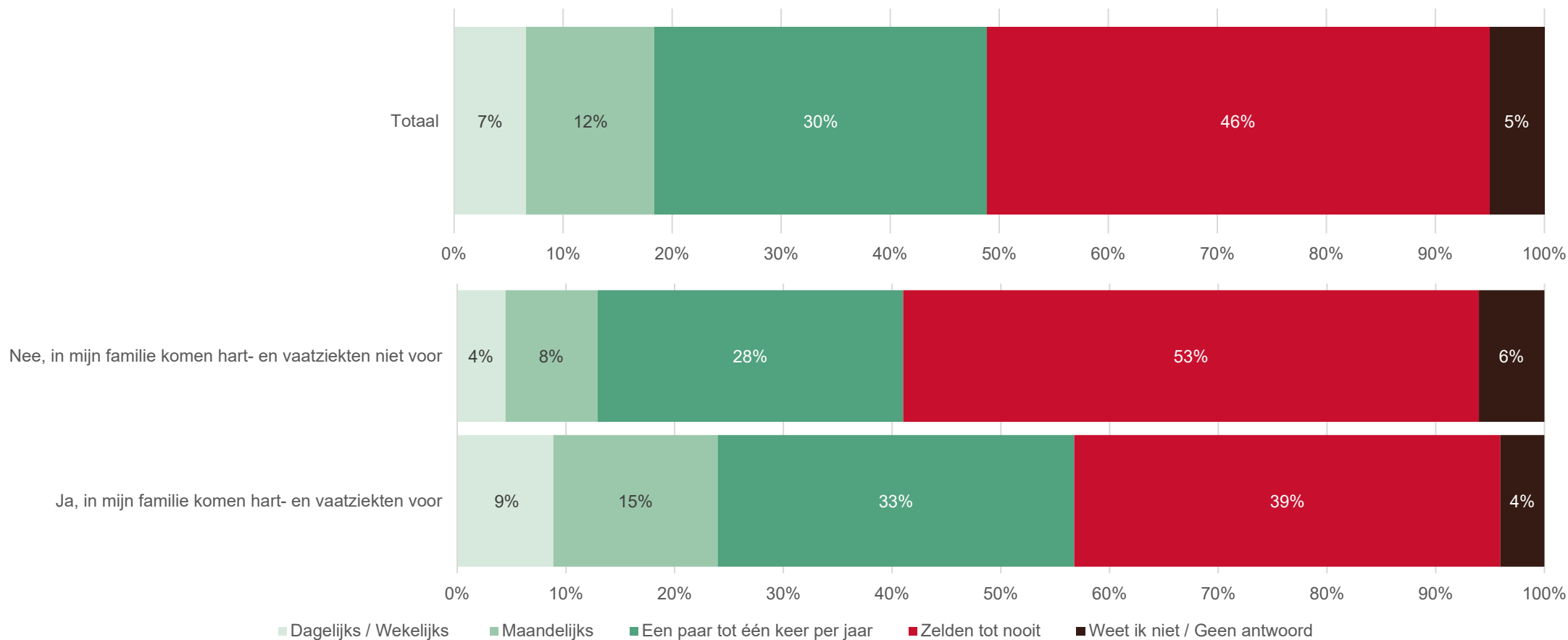
Gebruik van smartwatches / activiteitentrackers en smartphone apps hebben een toegevoegde waarde voor een gezondere maatschappij:



Kennis en gedrag (meten) bloeddruk

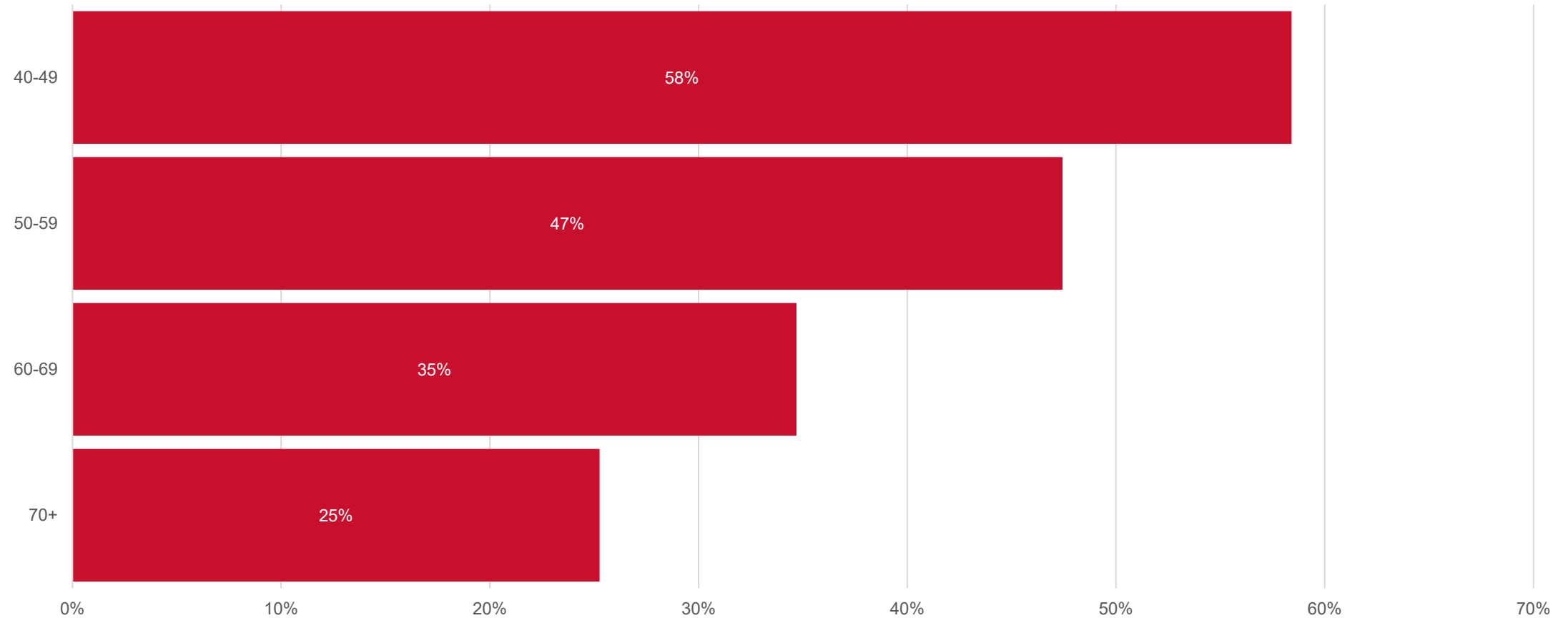
Helpt volwassen vrouwen met bloeddruk niet met regelmaat

Hoe vaak meet u uw bloeddruk? (Vrouwen 40-69, n=1.937)



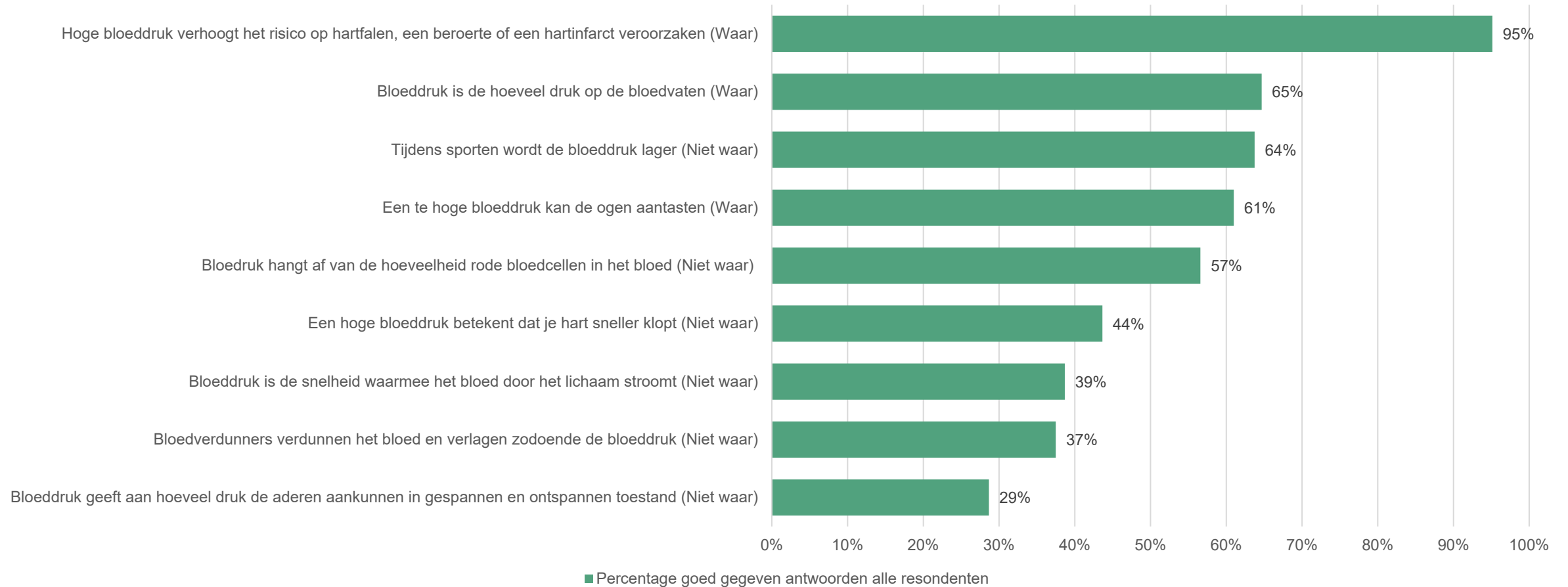
58% vrouwelijke veertigers meet bloeddruk niet (en zou dat wel moeten doen)

Ik meet mijn bloeddruk zelden tot nooit:



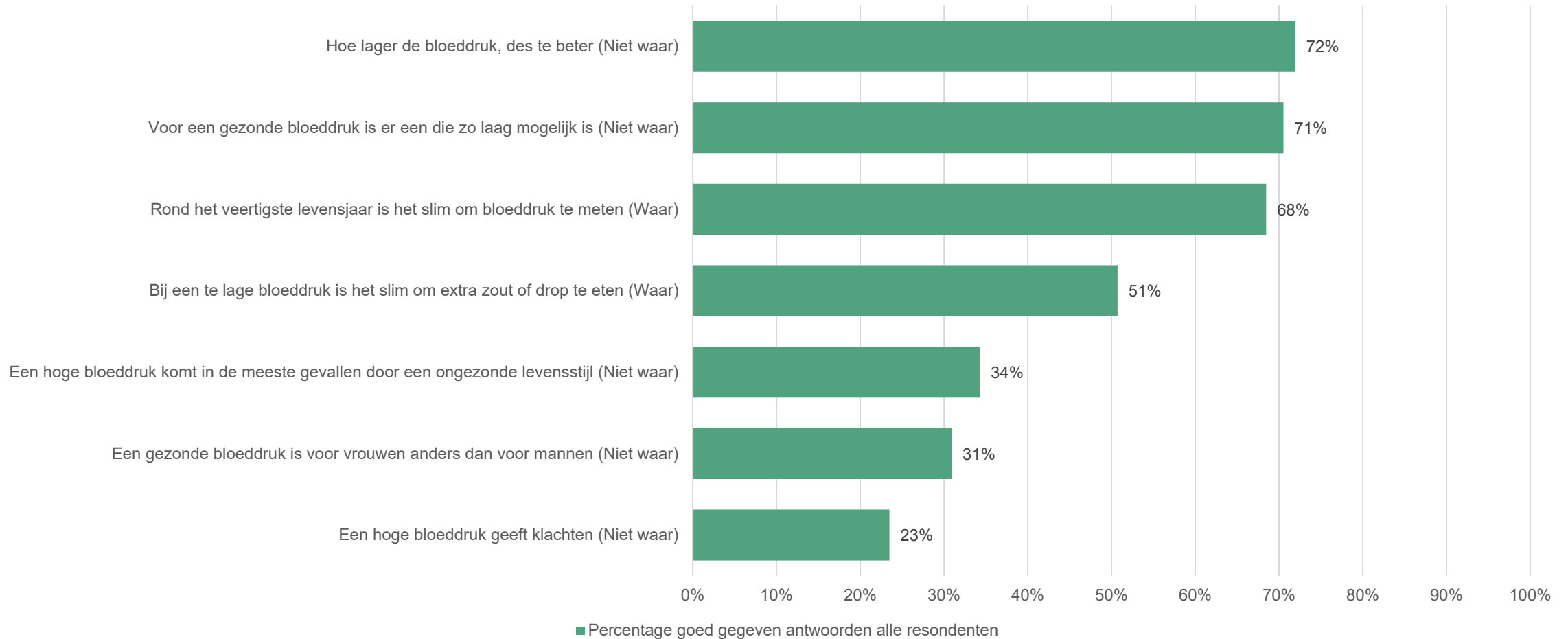
Vragen over waarheden bloeddruk vaak moeilijk te beantwoorden

Percentage correct gegeven antwoorden waar / niet waar stellingen over bloeddruk



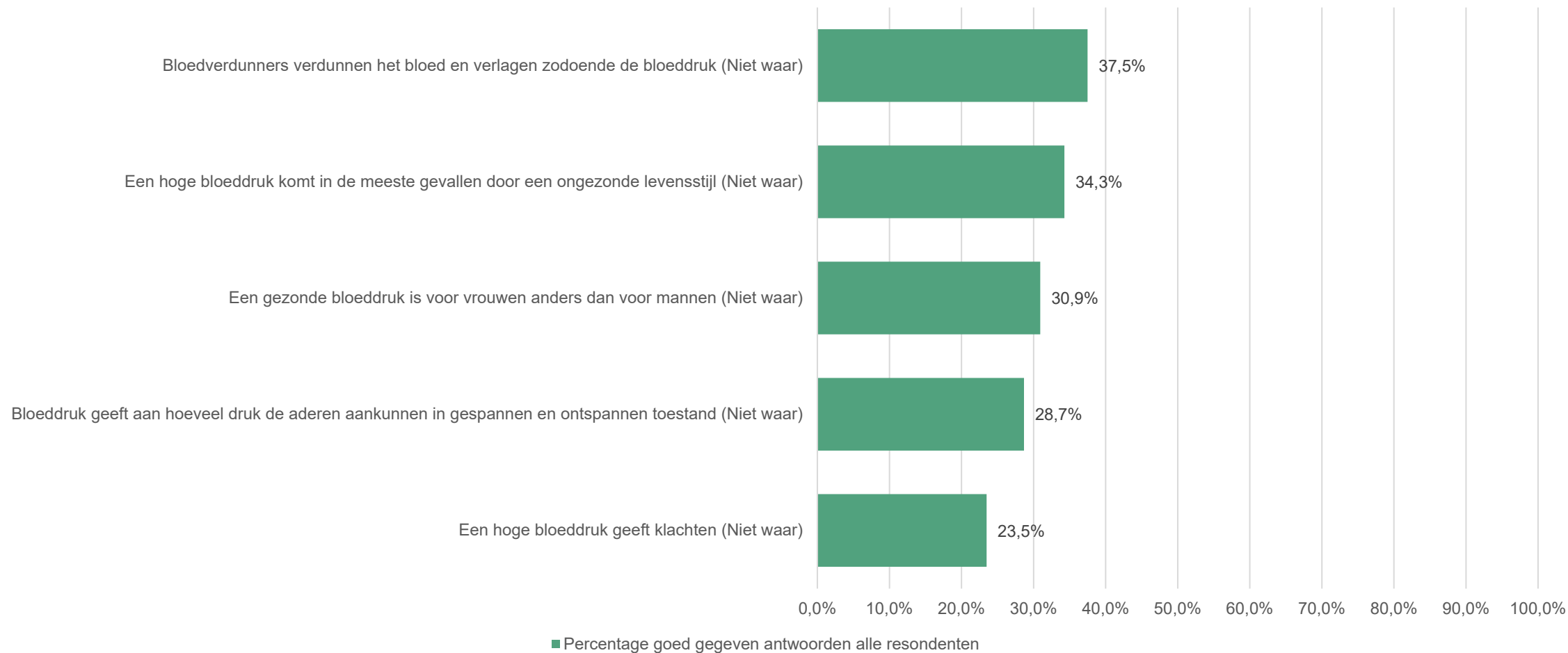
Vragen over waarheden bloeddruk vaak moeilijk te beantwoorden

Percentage correct gegeven antwoorden waar / niet waar stellingen over bloeddruk



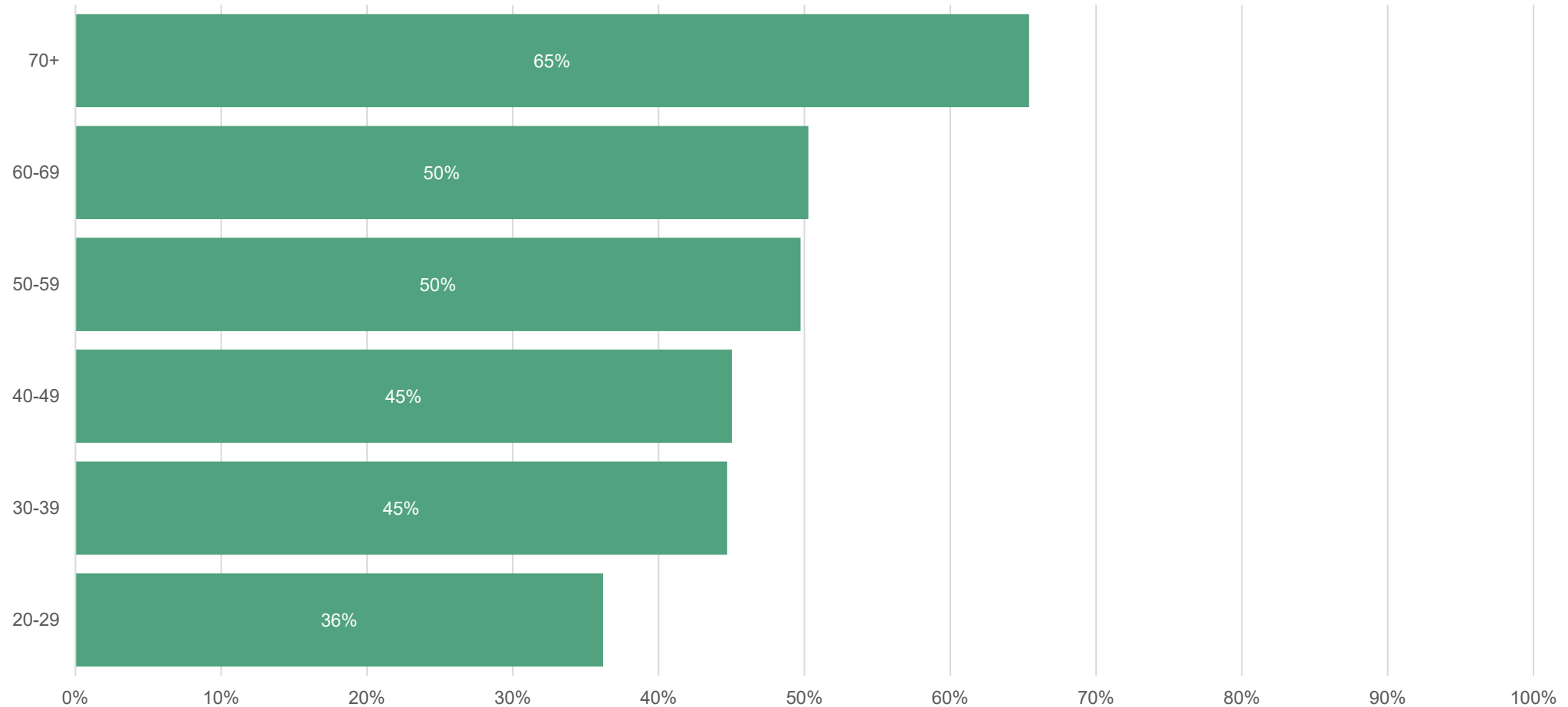
Top 5 moeilijkste waar / niet waar stellingen over bloeddruk

Top 5 minst correct beantwoorde waar / niet waar stellingen over bloeddruk



Gezondere levensstijl voor helft 40 plus vrouwen door meten bloeddruk

Het thuis meten van mijn bloeddruk op reguliere basis heeft voor mij een toegevoegde waarde voor een gezonde levensstijl



Onderzoeksverantwoording

Onderzoeksdoel	Etos heeft onder Nederlandse vrouwen kennis en gedrag onderzocht over bloeddruk en het meten van bloeddruk. Daarnaast is er gevraagd naar hoe de respondenten hun gezondheid zien, hoe ze deze eventueel meten en wat dit voor effect voor hun heeft.	Leeftijdsgroep	Percentage	Absoluut	Bent u momenteel in behandeling of bent u in het afgelopen jaar onder behandeling geweest voor een te hoge of te lage bloeddruk?	Percentage	Absoluut
		20-29	11%	352	Ja	16%	505
		30-39	17%	523	Nee	83%	2574
		40-49	17%	517	Zeg ik liever niet	1%	26
		50-59	25%	780			
		60-69	21%	640			
		70+	9%	293			
Respondenten werving	Etos nieuwsbrief database	Wat is uw huidige werksituatie?	Percentage	Absoluut	Komen hart- en vaatziekten voor in uw familie?	Percentage	Absoluut
Grootte steekproef	N=3105	Arbeidsongeschikt	5%	145	Ja	46%	1436
		Huisvrouw/ huisman / anders	9%	268	Nee	51%	1593
		Studerend	3%	90	Zeg ik liever niet	2%	76
Periode onderzoek	25 maart – 31 maart 2021	VUT of gepensioneerd	17%	521	Wat is het totale bruto jaarinkomen van uw huishouden?	Percentage	Absoluut
		Werkloos / werkzoekende / in de bijstand	3%	90	Minder dan 10.000 euro	4%	110
Aantal vragen	92 vragen	Werkzaam bij de overheid	6%	200	10.000 tot 20.000 euro	7%	227
		Werkzaam in loondienst	48%	1499	20.000 tot 30.000 euro	9%	267
Gemiddelde duur	17 minuten	Zelfstandig ondernemer / ZZP'er	6%	178	30.000 tot 40.000 euro	10%	301
		Zeg ik liever niet	3%	106	40.000 tot 50.000 euro	6%	190
Uitvoering	Onderzoek is via hagensonderzoekt.nl uitgevoerd en geanalyseerd door HAGENS PR & STRATEGIE B.V. in opdracht van Etos. Eventuele vragen of verzoeken over het onderzoek kunt u sturen naar karen@hagenspr.com	Regio	Percentage	Absoluut	50.000 tot 100.000 euro	8%	262
		West-Nederland	49%	1507	50.000 tot 60.000 euro	5%	149
		Zuid-Nederland	25%	775	100.000 tot 200.000 euro	2%	74
		Oost-Nederland	19%	588	200.000 euro of meer	0%	5
		Noord-Nederland	7%	203	Weet ik niet / wil ik niet zeggen	48%	1503

Voor meer informatie over bloeddruk kijk op <https://www.etos.nl/hartvoorhart>

