



Rijksinstituut voor Volksgezondheid
en Milieu
Ministerie van Volksgezondheid,
Welzijn en Sport

Samenvatting van het project 'Rijkrichtingen natuur en gezondheid'

Definitieve versie april 2016



De afgelopen jaren is er bij beleid, onderzoek en praktijk veel aandacht voor de positieve invloed van natuur op de gezondheid. Steeds meer gemeenten profileren zich met groenprojecten. Zij veronderstellen dat de aanwezigheid van een groen in de leefomgeving – dat wil zeggen, de aanwezigheid van parken, tuinen, bossen, bomen, groenstroken – mensen stimuleert om (meer) te gaan bewegen. Verder zijn er aanwijzingen dat een groene leefomgeving sociale contacten stimuleert. Ook wordt verondersteld dat mensen met groen in de leefomgeving minder stress hebben en dat het als buffer tegen luchtverontreiniging en geluidsoverlast kan dienen. Kortom, het idee is dat mensen door hun contact met een groene leefomgeving een betere gezondheid en kwaliteit van leven hebben. Er ontbreekt echter nog veel kennis over de relatie tussen groen en gezondheid. Daarnaast wordt de groene leefomgeving nog maar weinig benut door gezondheidsprofessionals.

Belangrijke vragen zijn dan ook: wat kan een groene leefomgeving betekenen voor de gezondheid van mensen? En wat hebben gezondheidsprofessionals nodig zodat de groene leefomgeving beter wordt benut?

Het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM) en Alterra hebben daarom drie onderzoeken uitgevoerd. Als eerste zijn gegevens over de gezondheid van inwoners uit Doetinchem die al lange tijd worden gevolgd – de zogeheten Doetinchem Cohort-studie – gecombineerd met gegevens over de groene leefomgeving voor verkennende analyses naar de relatie groen en gezondheid. Ten tweede is gezondheidsprofessionals gevraagd wat zij nodig hebben om de groene leefomgeving in te zetten voor de gezondheid van hun patiënten. Ten slotte is de situatie voorafgaand aan een gemeentelijke interventie op het gebied van groen en gezondheid in kaart gebracht (nulmeting).

In deze samenvatting worden de termen natuur, groene leefomgeving en groen afwisselend gebruikt. In essentie wordt steeds het zelfde bedoeld: de effecten van natuur, de groene leefomgeving op gezondheid.

Kijkrichtingen natuur en gezondheid

Professionals en burgers die werken aan de groene leefomgeving
(o.a. overheden, planners, beheerders, en burgers)



Groene leefomgeving

Wat kan **de groene leefomgeving** betekenen voor gezondheid van mensen?



Gezondheid van mensen



Wat hebben **gezondheidsprofessionals** nodig zodat de groene leefomgeving beter benut wordt voor gezondheid?



Gezondheidsprofessionals
(o.a. huisartsen, praktijkondersteuners, GGD)

Belangrijkste bevindingen uit de ‘Pilots natuur en gezondheid’

- Er is beperkt een verband gevonden tussen groen en gezondheid in Doetinchem. Er zijn wel aanwijzingen dat meer groen in de leefomgeving gepaard gaat met minder depressieve klachten en beter fysiek functioneren. Daarnaast ervaren mensen minder beperkingen in het dagelijks functioneren door fysieke en emotionele gezondheidsproblemen. Maar in een groenere omgeving vinden we ook meer overgewicht en mensen met een hogere bloeddruk. Voor andere gezondheidsaspecten is er geen verband gevonden.
- In een omgeving met meer groen fietsen en sporten mensen minder, maar klussen en tuinieren ze meer.
- De eerstelijns professionals zetten groen nog maar beperkt in voor gezondheid. Voorlopers ontbreekt het vooral aan tijd en geld, en aan een overzicht van succesvolle groene interventies. De meerderheid van de professionals is niet bekend met het effect van groen op gezondheid. Zij hebben behoefte aan bewijs voor de effectiviteit van groene interventies.
- Er zijn veel inspirerende praktijkvoorbeelden van groen en gezondheid, maar daarvan zijn er slechts weinig geëvalueerd. Er is gezocht naar twee geplande, kansrijke projecten op het gebied van groen en gezondheid waarbij gezondheidsprofessionals betrokken zijn om een nulmeting uit te voeren. Deze bleken lastig te vinden binnen de beschikbare tijd van dit onderzoek. Vooral de geringe betrokkenheid van huisartsen bij groeninterventies, de beperkte aandacht voor groen in gezondheidsinterventies, en het beperkte aantal mensen dat met de interventie wordt bereikt, waren hier debet aan.

Beschrijving en resultaten van de drie onderzoeken

1. Data-analyse: bestanden met gegevens over gezondheid en de groene leefomgeving zijn gecombineerd om te verkennen wat de effecten zijn van een groene leefomgeving op gezondheid (Doetinchem).

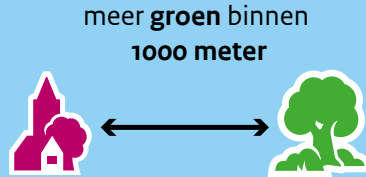
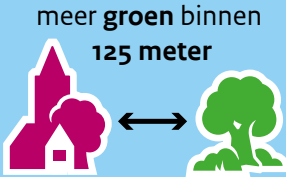
Gegevens over de hoeveelheid groen op verschillende afstanden van een woning zijn op woningniveau gecombineerd met gegevens over leefstijl en gezondheid voor de periode 1998-2012. De leefstijl- en gezondheidsgegevens zijn ontleend aan een onderzoekscohort in Doetinchem, waarin de gezondheid van een willekeurige groep mensen sinds 1987 wordt gevolgd. Voor de gegevens over groen is het Landelijk Grondgebruikbestand Nederland (LGN) gebruikt. Door de koppeling ontstond een unieke set van gegevens over de gezondheid van meer dan 4000 volwassenen en groen gedurende een langere periode. In het onderzoek is een breed scala aan leefstijl en gezondheidsfactoren bekeken, met een focus op overgewicht / obesitas en depressie bij volwassenen. Dit zijn twee speerpunten van het volksgezondheidsbeleid van het ministerie van VWS waar groen mogelijk een positieve invloed op heeft.

Resultaat

De bevindingen over groen in relatie tot bewegen en gezondheid zijn samengevat in de infographic, voor verschillende afstanden van het groen tot de woning. Het beperkte aantal verbanden dat werd gevonden, was vooral aanwezig voor groen op grotere afstand (1 kilometer), en niet zozeer voor groen dichterbij huis (125 meter).

Er is geen verband gevonden tussen de hoeveelheid groen en in hoeverre mensen voldoen aan de richtlijn voor bewegen (ten minste 3,5 uur per week tenminste matig actief). Wel is er een verband met het soort bewegen: mensen met relatief meer groen in hun directe omgeving fietsen en sporten minder dan mensen met minder groen in hun omgeving. Wel tuinieren en klussen ze meer. Verder hebben mensen met meer groen in de leefomgeving minder depressieve klachten en functioneren ze fysiek beter. Dat wil zeggen: ze zijn lichamelijk beter in staat dagelijkse routines uit te voeren zoals boodschappen doen, aankleden, et cetera. Tegelijkertijd gaat meer groen samen met een hogere bloeddruk en meer overgewicht.

Doetinchem cohortanalyse



RESULTATEN GROEN EN BEWEGEN

| | |
|--------------------------|--------------------------|
| ▲ Tuinieren | ▲ Tuinieren |
| ▲ Klussen | ▲ Klussen |
| ▼ Fietsen | ▼ Fietsen |
| × Sporten | ▼ Sporten |
| × Voldoen aan beweegnorm | × Voldoen aan beweegnorm |

RESULTATEN GROEN EN GEZONDHEID

| | |
|---|---|
| ▲ Obesitas | ▲ Fysiek functioneren |
| × Fysiek functioneren | ▼ Beperkingen door fysieke problemen |
| × Beperkingen door fysieke problemen | ▼ Beperkingen door emotionele problemen |
| × Pijn | ▼ Depressieve klachten |
| × Algemene gezondheid | ▲ Systolische bloeddruk |
| × Vitaliteit | × Pijn |
| × Sociaal functioneren | × Algemene gezondheid |
| × Beperkingen door emotionele problemen | × Vitaliteit |
| × Overgewicht | × Sociaal functioneren |
| × Mentale gezondheid | × Overgewicht |
| × Depressieve klachten | × Obesitas |
| × Systolische bloeddruk | × Mentale gezondheid |
| × Diabetes | × Diabetes |
| × Hart- en vaatziekten | × Hart- en vaatziekten |
| × Asthmatische klachten | × Asthmatische klachten |
| × COPD klachten | × COPD klachten |

Legenda: ▲ meer / hoger / beter × geen verband ▼ minder

Groen heeft een positieve betekenis voor de gezondheid, en **rood** een negatieve betekenis

Er is geen verband gevonden met de mentale gezondheid. Dit geldt ook voor diverse andere gezondheidsaspecten, zoals de algemene gezondheidsbeleving, diabetes, en hart- en vaatziekten.

Bij de interpretatie van de resultaten is het belangrijk om te weten dat Doetinchem een groene omgeving is, met weinig variatie in de hoeveelheid groen. Ook is de hoeveelheid groen in de directe omgeving van de onderzochte mensen door de jaren heen weinig veranderd. Daarnaast zijn voor dit onderzoek geen gegevens beschikbaar over de kwaliteit van het groen en de tijd die mensen doorbrengen in het groen. Dit beperkte de mogelijkheden van dit onderzoek.

2. Gesprekken met gezondheidsprofessionals: wat hebben zij nodig om de groene leefomgeving in te zetten voor de gezondheid en het welzijn van patiënten?

De aanwezigheid van groen wordt nog nauwelijks ingezet in de gezondheidszorg. Wat belemmert professionals naar eigen zeggen hierin, en wat zien zij als oplossing? Vertegenwoordigers van de beroepsverenigingen in de gezondheidssector zijn hierover bevraagd, evenals gezondheidsprofessionals uit de eerste lijn (zoals huisartsen) en uit de publieke gezondheidszorg (zoals GGD'en).

Resultaat

Gezondheidsprofessionals die ervaring hebben met groen en gezondheid, noemen de volgende positieve effecten van groen op de gezondheid van hun patiënten:

- Een betere kwaliteit van leven
- Een betere stemming en welzijn
- Minder stress
- Fitter
- Verbeterde parameters in het bloed
- Betere verhouding lengte en gewicht (BMI)
- Minder gebruik van medicijnen
- Minder bezoeken aan de huisarts
- Minder zorgkosten
- Meer sociale contacten

Uit de gesprekken kwamen de volgende adviezen:

1. Vergroot de bekendheid

Zorg dat professionals bekend worden met het positieve verband tussen groen en gezondheid: geef informatie over de effectiviteit van groene interventies en hoe de praktische uitvoering ervan te organiseren is, inclusief samenwerking van gezondheidsprofessionals met groene organisaties.

2. Faciliteer voorlopers met tijd en geld

De gezondheidsprofessionals die een voortrekkersrol vervullen zijn enthousiast maar hebben tijd en geld nodig om groene interventies uit te werken en te begeleiden.

3. Maak een overzicht van succesvolle interventies

Doe dat bijvoorbeeld via een app, website of wijkkrant, of zoals www.beterinhetgroen.nl. Geef daarbij inzicht in succes- en faalfactoren.

4. Overtuig financiers en beroepsverenigingen met bewijs

Voor de landelijke vertegenwoordigers van de professionals zijn harde bewijzen over de effectiviteit nodig om hen van het nut te overtuigen, evenals voor de meerderheid van de gezondheidsprofessionals. Voor verzekeraars ontbreekt kennis over kosteneffectiviteit. Het is daarom voor verzekeraars van belang om alternatieve verdienmodellen te onderzoeken.

5. Sluit aanbod aan bij de denkwijze van zorgprofessionals

Eerstelijns professionals werken en denken in diagnoses. Benader hen daarom voor het gebruik van groen via de diagnoseslijn, zoals in de standaarden van het Nederlands Huisartsen Genootschap:

- psychische problemen: ADHD, angst, depressie, dementie;
- luchtwegen: de chronische longziekte COPD;
- diabetes, obesitas;
- cardiovasculair risicomanagement.

Acht adviezen voor gezondheidsprofessionals en hun beleidsomgeving



6. Erken het belang van verbinding tussen natuur en gezondheid in beleid en praktijk

Gezondheidsprofessionals met een voortrekkersrol hebben – behalve aan tijd, geld en overzicht – op twee niveaus behoefte aan verbinding en samenwerking: tussen de eerste lijn met de publieke gezondheidszorg, en tussen de groene sector met de gezondheidssector. Deze verbinding lijkt niet spontaan tot stand te komen. Regie vanuit bestaande structuren zou kunnen helpen, zoals via Jongeren op Gezond Gewicht (JOGG), gezonde wijk-initiatieven, of de buurtsportcoach. Ook een organisatie als GGD GHOR Nederland of de Koepel van Artsen Maatschappij en Gezondheid (KAMG) zou aan deze verbinding kunnen bijdragen.

7. Geef als rijksoverheid het goede voorbeeld aan gemeenten in de samenwerking tussen natuur en gezondheid

Commitment van overheden is belangrijk. De ministeries van Economische Zaken (EZ) en Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS) geven het goede voorbeeld en werken samen. Als de ministeries de boodschap van het positieve effect van groen voor de gezondheid opnemen in eigen beleidsdocumenten, zullen lokale overheden hierin volgen. Het is nodig om deze boodschap vervolgens systematisch te communiceren om beroepsgroepen, verzekeraars en zorgaanbieders te informeren en te enthousiasmeren. Bewustwording is namelijk een eerste vereiste om een vernieuwing succesvol te implementeren.

8. Selecteer de juiste patiënt en motiveer hem

Het is van belang zicht te krijgen op wat motiverend werkt en welke factoren bepalen wie wel of niet voor groene interventies te motiveren zijn. Het is effectiever om op basis hiervan patiënten te selecteren in plaats van ze allemaal te willen overtuigen.

3. Opzetten en uitvoeren van een nulmeting van een gemeentelijke interventie op het gebied van natuur en gezondheid

De vele inspirerende praktijkvoorbeelden, zoals te vinden is op de websites www.beterinhetgroen.nl, www.gezondontwerpwijzer.nl en www.atlasnatuurlijkkapitaal.nl, worden doorgaans niet geëvalueerd. Wanneer dat wel gebeurt, is vaak de situatie voorafgaand aan de verandering niet in kaart gebracht (ontbrekende nulmeting), zodat het effect ervan niet aannemelijk is te maken. Daarom is gezocht naar geplande projecten op het gebied van natuur en gezondheid om een nulmeting uit te voeren. Voorwaarden waren dat dergelijk projecten gaan plaatsvinden in een wijk met een lage sociaaleconomische status (SES) in een middelgrote gemeente. Ook was het van belang dat er een eerstelijnszorg-professional aanwezig is met interesse om groen voor de gezondheid in te zetten. Dergelijke projecten bleken lastig te vinden binnen de beschikbare tijd van dit onderzoek, maar Nijmegen en Breda leken in deze opzichten kansrijk.

Resultaat

In Nijmegen leken twee projecten in aanmerking te komen: bewegen met bewoners in het Westerpark op initiatief van de gezondheidsmakelaar- iemand die vooral verbindingen legt tussen partners in de wijk en tussen de partners en de gemeente, en zorgt voor onderlinge afstemming. In Hees/Hezerveld ging het om een park dat samen met bewoners wordt aangelegd. Uiteindelijk is Nijmegen afgevallen omdat het accent van de gezondheidsmakelaar op bewegen lag, en niet op bewegen in het groen. Bovendien zou de aanleg van het wijkpark een te klein aantal mensen bereiken voor dit onderzoek.

In Breda ging het om een bestaand park dat samen met bewoners van de buurt Geeren-Zuid opnieuw wordt ingericht. Daardoor kunnen zij het in de toekomst beter gebruiken om te sporten en spelen, te ontmoeten en te ontspannen. Er heeft een nulmeting plaatsgevonden, waarin het huidige gebruik en de beleving van groen en de gezondheid van bewoners in kaart is gebracht met behulp van vragenlijstonderzoek en diepte-interviews. Daarnaast zijn de betrokken professionals uit de wijk en gemeente geïnterviewd over hun verwachtingen van het effect van de interventies.

Nulmeting interventie natuur en gezondheid



Aan het vragenlijstonderzoek in de Bredase buurt Geeren-Zuid deed 22 procent (377 mensen) van de bewoners van 16 jaar en ouder die voor de nulmeting waren uitgenodigd, mee. Daaruit bleek dat bewoners het wijkpark nu nog maar beperkt gebruiken, voornamelijk voor korte bezoeken. Dat komt vooral doordat zij niet tevreden zijn over de huidige inrichting van het groen en er maar beperkte mogelijkheden zijn om het te gebruiken.

Uit de bewonersavonden en de interviews met professionals van de gemeente en uit de wijk sprak een grote betrokkenheid bij de plannen. Ook verwachten veel bewoners dat zij het wijkpark na de aanpassing vaker gaan gebruiken. Tot slot bleek dat de mentale en ervaren gezondheid van de respondenten slechter is dan die van de gemiddelde Nederlander. Er lopen diverse initiatieven in de wijk om dat te verbeteren. Er bestaat een goede samenwerkingsstructuur van gemeente-, wijkprofessionals, buurthuis (inclusief fysiotherapeut) en bewonersorganisatie. Dit maakte de interventie aanvankelijk interessant om te volgen.

Het lukte echter niet om de huisartsen actief te betrekken bij de plannen voor de herinrichting van het wijkpark en bij het onderzoek. Daarom komt er geen vervolg op deze nulmeting. Mogelijk vormt de nulmeting wel een basis voor ander onderzoek.



Meer weten?

Over het onderzoek:

Hanneke Kruize (RIVM; Hanneke.Kruize@rivm.nl) of
Tia Hermans (Alterra; Tia.Hermans@wur.nl).

Over de onderliggende beleidskaders:

Elze Hemke (ministerie van Economische Zaken; e.j.hemke@minez.nl) of
Esther Putman (ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport;
e.putman@minvws.nl).

Meer lezen over dit onderzoek?

Susan J. Picavet, Ivon Milder, Hanneke Kruize, Sjerp de Vries, Tia Hermans,
Wanda Wendel-Vos. Greener living environment healthier people?
Exploring green space, physical activity and health in the Doetinchem Cohort
Study (onder review).

Tia Hermans, Lidwien Lemmens, Annette Postma. Groen voor gezondheid: wat
hebben gezondheidsprofessionals nodig? Achtergronddocument. Wageningen:
Alterra rapport 2665. ISSN 1566-7197.

Lidwien Lemmens, Annette Postma, Tia Hermans. What hinders and facilitates
health professionals to use green interventions in public health and healthcare?
A qualitative study (onder review).

Hanneke Kruize, Tom van den Dop, Tia Hermans, Sjerp de Vries,
Wanda Wendel-Vos, Annemieke van den Berg (2016). Het gebruik van natuur
voor gezondheid in de praktijk. Onderzoek naar de invloed van een wijkpark
in Breda op de gezondheid en welbevinden van de bewoners (nulmeting).
Bilthoven: RIVM Rapport 2015-0132

Het onderzoek is gefinancierd door het ministerie van Economische Zaken
(EZ) en het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS).

RIVM en Alterra bedanken de volgende personen voor hun reflectie en advies:

Klankbordgroep:

- Mieke Ansems (Menzis)
- Daphne Teeling (IVN)
- Rianne Dobbelsesteen (Ministerie van Infrastructuur en Milieu)
- Mariken Leurs (VWS)
- Diederik Klapwijk (Ziekenhuis Gelderse Vallei)

Wetenschappelijke adviescommissie:

- Herman Eijsackers (Wageningen UR)
- Peter Groenewegen (NIVEL)
- Agnes van den Berg (Rijksuniversiteit Groningen)
- Arnold Bregt (Wageningen UR)
- Maria Koelen (Wageningen UR)
- Erik Lebret (RIVM/Universiteit Utrecht)



bron: In Stijl Tekst & foto

**Multi
functioneel
element**

A wide-angle photograph of a grassy sports field. In the foreground, a white rectangular sign with rounded corners is mounted on a grey metal post. The sign contains the text 'Multi functioneel element' in bold, black, sans-serif font. The field is green and shows signs of use, with some dry patches. In the middle ground, several people are playing soccer. They are wearing orange and white uniforms. A blue car is parked near a green van in the background. The background features a row of residential houses with brown roofs and light-colored walls. The sky is overcast and grey.



Dit is een uitgave van:

**Rijksinstituut voor Volksgezondheid
en Milieu**

Postbus 1 | 3720 BA Bilthoven
www.rivm.nl

april 2016

De zorg voor morgen begint vandaag