

Gevonden verbanden zijn aanleiding voor verder onderzoek

Minder gezondheidsklachten bij mensen met groene tuin

Het vergroenen van bestaande tuinen is niet alleen belangrijk voor klimaatadaptatie en stedelijke biodiversiteit, maar lijkt ook van aanzienlijk belang voor de gezondheid en het welzijn van de bewoners. Dat is één van de conclusies uit een onderzoek dat Wageningen University & Research (WUR) en Nivel (Nederlands Instituut voor onderzoek van de Gezondheidszorg) hebben gedaan naar de relatie tussen het hebben van een tuin en gezondheid. Het onderzoek werd gefinancierd door de Topsector Tuinbouw & Uitgangsmaterialen. Het onderzoek is mede mogelijk gemaakt door maatschappelijke partners (Stichting Steenbreek, Tuinbranche Nederland en deelnemende gemeenten).

Door: Joop Spijker, Sjerp de Vries en Hans Bouwman, Foto's: Beeldbank van de Leefomgeving

Over de auteurs:

J.H. Spijker en S. de Vries zijn beiden senior-onderzoeker bij Wageningen Environmental Research
H. Bouwman is als journalist en eindredacteur verbonden aan Vakblad Groen en aan Stichting Steenbreek

Inleiding

In eerder onderzoek is gekeken naar het verband tussen de hoeveelheid groen in de woonomgeving en de gezondheid van de bewoners. Daarbij is tuingroen doorgaans niet meegeteld, dan wel niet onderscheiden van openbaar groen. En als dit wel het geval was, dan is veelal gekeken naar de totale hoeveelheid privaat groen in de omgeving, en niet naar de afzonderlijke tuinen en hun tuinbezitters. Het huidige onderzoek is voor zover bekend het eerste onderzoek waarbij op grote schaal en met objectieve gegevens over zowel gezondheid als tuingroen is onderzocht in hoeverre tuingroen samenhangt met het vóórkomen van aandoeningen. In het onderzoek van WUR en Nivel is gekeken naar het verband tussen enerzijds het hebben van een tuin bij huis en de hoeveelheid groen in die tuin, en anderzijds de mate van aanwezigheid van klachten en aandoeningen zoals bekend bij de huisarts.

Sociaaleconomische positie

In het onderzoek wordt voor vrij veel aandoeningen een gunstig verband gevonden met het hebben van een tuin, en voor nog meer aandoeningen met de hoeveelheid groen in die tuin. Tuinbezit gaat daarbij gepaard met het minder voorkomen van die aandoeningen, met name als er flink wat groen in de tuin aanwezig is. Voor een viertal aandoeningen is dit bij mensen met

een tuin met meer dan 50 vierkante meter groen zelfs ruim 10 procent lager dan bij mensen die geen tuin bij huis hebben. Dit zijn: besmettelijke darmziekten, beroerte/hersenenbloeding, hartziekten, ADHD. De verbanden zijn doorgaans sterker voor vrouwen dan voor mannen. Uit het onderzoek blijkt verder dat het verband tussen de hoeveelheid tuingroen en de gezondheid ongeveer hetzelfde is voor mensen met een lage als die met een hoge sociaaleconomische positie. De eerste groep heeft echter veel minder vaak een tuin bij huis. En als men al over een tuin beschikt, is die meestal vrij klein. Daaruit kan geconcludeerd worden dat mensen met een lagere sociaaleconomische positie minder vaak kunnen profiteren van de gezondheidsbaten die een tuin met redelijk wat tuingroen met zich mee lijkt te brengen, dan mensen met een hogere sociaaleconomische positie.



Vergroening van gevel.



Twee voorbeelden van een groene naast een niet-groene tuin.

Kadaster en luchtfoto's

Om de hoeveelheid groen in de tuin en in de woonomgeving in beeld te brengen, is door Wageningen Environment Research (WENR) een groenbestand ontwikkeld, gebaseerd op digitale luchtfoto's uit 2018 met een resolutie van 25x25 centimeter. De groenkaart is verder tot stand gekomen met onafhankelijke databronnen, zoals gemeenten die gegevens over het aanwezige groen beschikbaar stelden. Het was overigens niet mogelijk om, met gebruikmaking van luchtfoto's uit het zomerseizoen, aan te geven of er onder een boomkroon sprake is van verharding of van groen. Om vast te kunnen stellen of er een tuin bij een woning is, is gebruikgemaakt van databestanden van het Kadaster. Een beperking was dat het bij percelen om de kadastrale eigendomssituatie gaat; daarom zijn alle appartementen als 'tuinloos' beschouwd. Voor het bepalen van de hoeveelheid groen in de tuin zijn het tuinperceel- en het groenbestand gecombineerd. Er is daarbij steeds alleen gekeken naar percelen waarvan de woning (het adres) binnen een bebouwde kom ligt.

Patiëntendossiers

De gezondheidsgegevens in het onderzoek zijn afkomstig van elektronische patiëntendossiers van huisartsenpraktijken, bijeengebracht in de Nivel Zorgregistraties Eerste Lijn; dit betreft gegevens over alle patiënten die in deze praktijken staan ingeschreven, dus ook van mensen die in de betreffende periode niet naar de huisarts gingen. In het onderzoek is gekeken naar welke aandoeningen de patiënt volgens de huisarts in 2018 had. Deze zijn verdeeld in 21 veel voorkomende typen van aandoeningen (clusters), variërend van angststoornissen tot kanker, en van nek-, rug- en schouderklachten tot ernstige darmklachten. Verder zijn er sociaaldemografische en -economische gegevens aan het bestand toegevoegd, zoals geslacht, leeftijd, opleidingsniveau en huishoudinkomen. In de analyses is rekening gehouden met de invloed van deze kenmerken. Verder zijn alleen mensen die in heel 2017 en 2018 op hetzelfde adres woonden in het analysebestand opgenomen. In totaal bevat het bestand rond de 800.000 personen.

Beroerte en hersenbloeding

In de analyses is gekeken naar tuinbezit en de hoeveelheid tuingroen (in vierkante meters). Bij tuinbezit blijkt er voor 10 van de 21 clusters van aandoeningen een verband te zijn. In 9 van de 10 keer is het vóórkomen van de aandoeningen onder tuinbezitters lager en bij één aandoening is het hoger. Het verband is het sterkst bij een beroerte/hersenbloeding: de kans dat iemand bij de huisarts geregistreerd staat als lijdend aan een beroerte of hersenbloeding is zo'n 15 procent lager onder tuinbezitters. De analyse laat voor 20 van de 21 typen aandoeningen een

De relatie met de hoeveelheid tuingroen is het sterkst voor darminfecties

relatie met de hoeveelheid tuingroen zien; alleen voor angststoornissen is er geen sprake van zo'n relatie. Het hebben van een tuin met flink wat groen (minstens 50 vierkante meter) gaat bij het overgrote deel van die aandoeningen, 17 van de 20, gepaard met het minder voorkomen ervan. De relatie is het sterkst voor darminfecties: het vóórkomen ervan bij personen met een tuin is voor deze aandoening minstens 20 procent lager dan voor personen zonder tuin bij huis. Op de tweede plaats komt beroerte/hersenbloeding (15 procent). Van de overige drie typen aandoeningen is er alleen voor elleboog-, pols- en handklachten sprake van een ongunstig verband: (alleen) bij mensen met een tuin met weinig groen (minder dan 50 vierkante meter) komt dit type aandoening vaker voor dan bij mensen zonder tuin. Bij de andere twee typen aandoeningen is dit minder duidelijk.

Omgevingsgroen

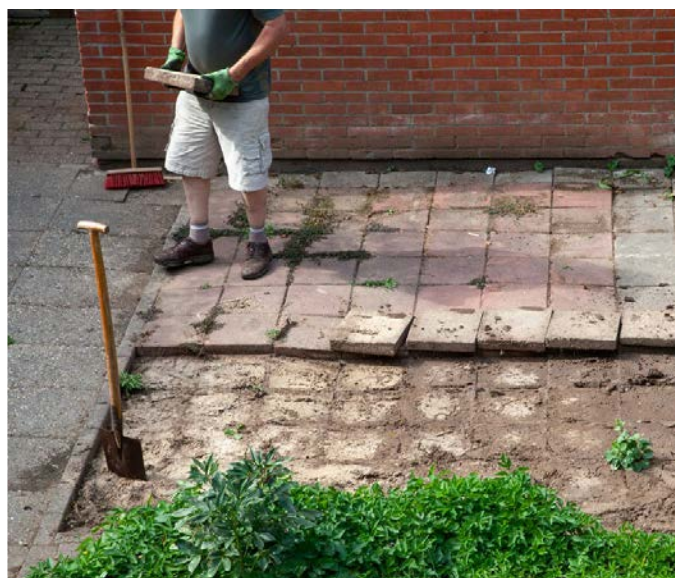
In het onderzoek is ook gekeken naar het groen in de omgeving, dat wil zeggen binnen een aantal zones rondom de woning: van 125 tot 500 meter. Dit is weer onderverdeeld in groen in woonpercelen (privaat groen) en het overige omgevingsgroen. De veronderstelling is dat het overige groen veelal (semi-) openbaar groen betreft. In eerste instantie is in de analyse geen rekening gehouden met tuinbezit en tuingroen. De resultaten



Een mooie vergroening van de voortuin.



Een voorbeeld van een Steenbreek-actie; tegels vervangen door groen.



voor de totale hoeveelheid omgevingsgroen laten voor minder dan de helft van de aandoeeningen een verband zien. In het merendeel van die gevallen is dat ongunstig van aard. Vervolgens is afzonderlijk gekeken naar privaat en overig omgevingsgroen binnen de zones. Voor privaat groen zijn de gevonden verbanden met gezondheid overwegend gunstig van aard en die voor overig groen overwegend ongunstig. Voor omgevingsgroen wijken de resultaten van het huidige onderzoek nogal af van die van eerder soortgelijk Nederlands onderzoek (met data uit 2001); daarin werd voor veel aandoeeningen een gunstig verband met het percentage groen binnen 1 kilometer gevonden, en geen enkel ongunstig verband. Daarom zijn aanvullend analyses uitgevoerd waarin geprobeerd is het eerdere, minder uitgebreide onderzoek zoveel mogelijk te benaderen. Die resultaten vertonen meer overeenkomst met die van dat eerdere onderzoek. Maar ook dan is het nog steeds niet zo dat er bij een meerderheid van de aandoeeningen sprake is van een gunstig verband tussen het (overige) omgevingsgroen en het vóórkomen ervan. Een mogelijke verklaring is dat door krimpende groenbudgetten in gemeenten de kwaliteit van het openbare groen de afgelopen decennia is afgenomen. Hoe dan ook, op grond van het huidige onderzoek is de conclusie dat groen in de wijdere woonomgeving niet kan compenseren voor het ontbreken van een groene tuin.

Wat betekent dit voor de woningbouwopgave?

In dit decennium worden belangrijke keuzes gemaakt over de woningbouwopgave en in welke mate dat moet gebeuren: via verdichting, uitleglocaties of zelfs nieuwe steden. Dat zijn beslissingen die consequenties hebben die heel lang blijven bestaan. We leggen ons nu vast voor een fiks aantal jaren. En als het eenmaal rood is – bebouwd – dan wordt het niet snel meer groen. Verdichting heeft op zich ook bepaalde voordelen. Het is bijvoorbeeld makkelijker voorzieningen in stand te houden omdat er meer mensen zijn die daar gebruik van maken. En er wordt geen agrarisch gebied of buitenstedelijk groen opgeofferd. Maar het kan ook nadelen hebben qua gezondheid waarmee tot nu toe in ieder geval, nog weinig rekening wordt gehouden. Meer onderzoek is, gezien de sterke verbanden die er zijn tussen groen en gezondheid, maatschappelijk gezien zeker relevant

Aanvullend onderzoek

Ondanks dat een aantal alternatieve verklaringen (bijvoorbeeld verschillen in leeftijd) kon worden uitgesloten, is met deze studie niet hard aangetoond dat het meerdere tuingroen ook echt verantwoordelijk is voor de betere gezondheid. Het is eveneens niet precies duidelijk hoe de aanwezigheid van tuingroen de gezondheid positief beïnvloedt en wat daarbij belangrijke kenmerken van dat tuingroen zijn. Hiervoor is aanvullend onderzoek nodig, waarbij ook rekening wordt gehouden met zaken zoals hoeveel tijd men in de tuin doorbrengt en wat men daar doet. Gezien de sterkte van de gevonden verbanden lijkt het investeren in verder onderzoek naar de preventieve werking van tuingroen zeker de moeite waard.

Investeren in verder onderzoek
naar de preventieve werking
van tuingroen is zeker
de moeite waard

Meer informatie:

- de Vries, S., Kramer, H., Smits, M., Spijker, J., Verheij, R., Dückers, M., Baliatsas, C., & Wiegersma, S. (2023). Een groene tuin, een gezonde tuin? Onderzoek naar het belang van privégroen bij huis voor de gezondheid van burgers. (Rapport / Wageningen Environmental Research; No. 3232). Wageningen Environmental Research.
- <https://edepot.wur.nl/586989>