

Marjolein Veerbeek  
Ceciel Heijkants  
Bernadette Willemse

 Trimbos  
instituut

Netherlands Institute of Mental Health and Addiction

# Alcoholgebruik onder 55-plussers



# Samenvatting

Het matig (gemiddeld 8-14 glazen per week bij vrouwen en gemiddeld 8-21 glazen per week bij mannen) en overmatig (gemiddeld meer dan 14 glazen bij vrouwen en gemiddeld meer dan 21 glazen bij mannen) alcoholgebruik onder 55-plussers is fors in vergelijking met jongere volwassenen, vooral in de groep 55-75 jaar. Overmatig alcoholgebruik onder 55-plussers lijkt niet zozeer een probleem van de laatste jaren, maar iets dat al langer bestaat. Over het algemeen gaan 55-plussers met het ouder worden minder drinken, maar het tegengestelde gebeurt bij 55-plussers die al overmatig drinken. Zij gaan met het ouder worden juist meer drinken. Een groot deel van de 55-plussers is zich niet bewust van de nadelige gevolgen van alcoholgebruik voor hun gezondheid en zij zoeken in beperkte mate hulp voor hun alcoholgebruik. Groepen die zich in het onderzoek aftekenen die specifiek de aandacht vragen zijn allereerst de groep waarbij overmatig alcoholgebruik voorkomt met andere ongezonde leefstijlgewoonten, zoals roken en weinig fysieke activiteit. Ten tweede de groep 'jonge ouderen', met name mannen, die overmatig drinkt. Zij lopen het risico om met het ouder worden alleen maar meer te gaan drinken. Ten derde vraagt de groep aandacht die medicatie gebruikt en daarbij overmatig drinkt. En ten slotte ouderen die een ingrijpende levensgebeurtenis meemaken en daardoor bijvoorbeeld alleen komen te staan.

Dat is de conclusie na het uitvoeren van een groot onderzoek naar de aard en omvang van het alcoholgebruik bij 55-plussers en redenen waarom zij alcohol gebruiken. Aanleiding voor dit onderzoek was het ontstane beeld uit eerdere cijfers dat er sprake is van een toename van alcoholproblematiek onder 55-plussers (Comijs, 2010; Wisselink, Kuijpers & Mol, 2016). Doel van het huidige onderzoek is om dit beeld te objectiveren en verder in te kleuren. Er is daarbij gebruik gemaakt van verschillende bestaande bronnen: bevolkingsstudies Netherlands Mental Health Survey and Incidence Study-2 (NEMESIS-2) en Longitudinal Aging Study Amsterdam (LASA) en de huisartsenregistratie Nivel Zorgregistraties eerste lijn. Daarnaast zijn gegevens verzameld door middel van een vragenlijst en telefonische interviews onder het Ouderenpanel van het Nationaal Ouderenfonds en zijn groepsinterviews met zorgprofessionals en face-to-face interviews met ouderen in de gespecialiseerde verslavingszorg gehouden. Hieronder staan de bevindingen die antwoord geven op de hoofdvragen van dit rapport en die hebben geleid tot bovengenoemde conclusie en aanbevelingen kort samengevat.

## **Aard en omvang van alcoholgebruik onder 55-plussers**

### *Omvang alcoholgebruik*

Het percentage 55-plussers dat alcohol drinkt, varieert in de geraadpleegde databronnen (NEMESIS-2, LASA en Ouderenpanel) tussen de 77% en 82,7%. 84% van de drinkers drinkt zowel doordeweeks, als in het weekend (Ouderenpanel). Een derde van de drinkers drinkt elke dag. Bijna iedereen drinkt thuis. Daarnaast zijn ook het restaurant of bij vrienden/kennissen plekken waar 55-plussers regelmatig alcohol nuttigen.

Uit de drie bronnen (NEMESIS-2, LASA, Ouderenpanel) blijkt dat tussen de 6,7% en 12,6% van de 55-plussers overmatig drinkt, wat hoger ligt dan bij 23-54 jarigen (respectievelijk

3,8% en 6,7%; NEMESIS-2). De helft (49,2% en 52,6%) van de 55-plussers behoort tot de categorie lichte drinker, wat inhoudt dat zij gemiddeld meestal tussen de 1 en 8 glazen per week drinken.

Wat betreft generatieverschillen was er tussen 1992 en 2002 een toename in het overmatig alcoholgebruik door 55-65 jarigen (LASA). In 2012 is het percentage 55-65 jarige mannen en vrouwen dat overmatig drinkt weer wat afgenomen, maar nog altijd hoger dan het percentage in 1992. In absolute aantallen zal het aantal 55-plussers dat overmatig drinkt naar verwachting wel toenemen de komende jaren door de vergrijzing. Het matig drinken (wat ook boven de norm van de Gezondheidsraad is), is wel consequent toegenomen bij 55-65 jarigen in 1992, 2002 en 2012.

Een stoornis in het gebruik van alcohol (alcoholafhankelijkheid of alcoholmisbruik) komt bij 55-plussers minder vaak voor dan bij jongere volwassenen (1,3% versus 3,9%; NEMESIS-2). In de huisartsenpraktijk wordt bij 0,85% van de 55-plussers een diagnose problematisch alcoholgebruik (chronisch alcoholgebruik of acuut alcoholmisbruik/intoxicatie) geregistreerd, waar dit bij 0,67% van de 18-54 jarigen het geval is (Nivel Zorgregistraties eerste lijn).

Het percentage 55-plussers dat minimaal maandelijks binge drinkt (> 4 glazen per gelegenheid voor vrouwen en > 6 glazen per gelegenheid voor mannen) is 13,1% (Ouderenpanel).

#### *Relatie alcohol – en zorggebruik*

55-plussers die matig of overmatig drinken, maken niet meer gebruik van zorgvoorzieningen voor algemene of geestelijke gezondheidszorg vanwege alcohol- of drugsproblemen dan lichte drinkers (NEMESIS-2, LASA). 55-plussers met een stoornis in het gebruik van alcohol hebben wel meer contacten met de algemene gezondheidszorgvoorzieningen dan 55-plussers zonder deze stoornis (NEMESIS-2). Van de 55-plussers die overmatig drinken, gebruikt 44,4% van de vrouwen en 25,8% van de mannen ook medicatie (slaapmiddelen, medicijnen om rustig te worden of pijnstillers) waarvan bekend is dat ze niet goed samen gaan met het drinken van alcohol (Ouderenpanel).

#### **Kenmerken van 55-plussers die overmatig drinken, of met alcoholproblematiek**

Kenmerken die in beide gebruikte bevolkingsstudies (NEMESIS-2 en LASA) sterk blijken samen te hangen met overmatig alcoholgebruik zijn alleenstaand zijn en roken. Andere kenmerken die in één van beide studies samenhangen met overmatig alcoholgebruik onder 55-plussers zijn: jonger dan 75 jaar, minder fysiek actief zijn, een relatief hoog inkomen en de aanwezigheid van een angststoornis.

Risicogroepen voor een stoornis in het gebruik van alcohol bij 55-plussers zijn: man, jonger dan 65 jaar en alleenstaand zijn, niet genoeg geld hebben om rond te komen en geen chronische lichamelijke aandoeningen hebben (NEMESIS-2). Ook van de 55-plussers die in de huisartsenpraktijk geregistreerd staan met problematisch alcoholgebruik is het merendeel man (67%) en jonger dan 65 jaar (56%) (Nivel Zorgregistraties eerste lijn).

## Oorzaken alcoholproblematiek bij 55-plussers

In de interviews genoemde oorzaken voor alcoholproblematiek zijn onder andere eenzaamheid, stressfactoren (zoals ziekte, mantelzorg, overlijden, scheiding), genetische aanleg, depressie, beschikbaarheid, onvoldoende kennis over alcohol, ontbrekende dagstructuur, en dat hulpverleners en mensen in de omgeving ouderen weinig aanspreken op hun gebruik ((groeps) interviews ouderen en zorgverleners gespecialiseerde verslavingszorg).

Veelgenoemde redenen om daadwerkelijk hulp te zoeken in de verslavingszorg zijn het aandringen van de huisarts of naasten en lichamelijke ziektes als gevolg van het alcoholgebruik. Redenen om het zoeken van hulp uit te stellen zijn het taboe op alcoholverslaving (niet als alcoholist of verslaafd bekend willen staan), opzien tegen het stoppen of het niet zinvol vinden om te stoppen vanwege de leeftijd.

## Ontwikkelingen in alcoholgebruik met het ouder worden

Over het algemeen geldt dat 55-plussers naarmate zij ouder worden minder gaan drinken (NEMESIS-2 en LASA). De gevonden afname in het algemeen hangt samen met de leeftijd (hoe ouder, des te groter de afname in alcoholconsumptie), geslacht (de afname is groter bij mannen dan bij vrouwen), roken (de afname is groter bij rokers dan bij niet-rokers), toename van het aantal chronische ziekten en afname van cognitieve functies (LASA). Voor 55-plussers die overmatig drinken geldt dat zij juist méér gaan drinken naarmate ze ouder worden (NEMESIS-2).

## Opvattingen over alcohol en redenen voor het gebruik van alcohol

Het merendeel van de 55-plussers is zich niet bewust dat alcohol verslavend is (75%), of niet goed voor de gezondheid (82,7%) (Ouderenpanel). Het grootste deel van de 55-plussers (39,3%) denkt dat de norm voor verantwoord alcoholgebruik ligt op twee glazen per dag. Naarmate de leeftijd hoger wordt, geeft men vaker aan geen idee te hebben van de huidige norm voor verantwoord alcoholgebruik (13,6% bij 55-64 jarigen versus 35,3% bij 75-plussers).

Als voordelen van alcohol noemen 55-plussers onder andere ontspanning, beter slapen, pijnverlichting en dat het goed is voor de gezondheid. Als nadelen geven zij aan dat je minder controle hebt, je je niet fit voelt en niet kunt autorijden (interviews Ouderenpanel).

Redenen om te drinken zijn dat het een gewoonte is, eenzaamheid, weinig structuur (o.a. door pensionering, veel vrije tijd), de aanwezigheid van stressfactoren (o.a. verlies van dierbare, verlies van werk, lichamelijke ziekte, mantelzorgen) (interviews Ouderenpanel en groepsinterviews zorgverleners). Het valt op dat 55-plussers aangeven dat zij vooral in gezelschap van anderen drinken, of uit eenzaamheid. Dat 55-plussers onvoldoende kennis hebben over de gevolgen van alcoholgebruik maakt dat zij uit zichzelf niet snel geneigd zijn om te stoppen of te minderen.