



# Is het depressie? Of eenzaamheid?

Natasja Schutter  
Ouderenspsychiater Arkin

Gerichte zorg voor het beste resultaat 7 mei 2019, Groningen

Disclosure belangen N. Schutter

|                                                                                                                                                                                                   |                                                                                  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| (potentiële) belangenverstrengeling                                                                                                                                                               | Geen                                                                             |
| Voor bijeenkomst mogelijk relevante relaties met bedrijven                                                                                                                                        | Bedrijfsnamen                                                                    |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>Sponsoring of onderzoeksgeld</li> <li>Honorarium of andere (financiële) vergoeding</li> <li>Aandeelhouder</li> <li>Andere relatie, namelijk ...</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li></li> <li></li> <li></li> <li></li> </ul> |



**Overzicht activiteiten**  
21 september tot 1 oktober 2017, Amsterdam C

**WEEK TEGEN EENZAAMHEID**

**Uitnodiging BENEFIETAVOND 'SAMEN TEGEN EENZAAMHEID'**

**MAAGSE COMMUNITY TEGEN EENZAAMHEID**

**magazine**

## Inhoud:

- Eenzaamheid
- Verband eenzaamheid – depressie
- Effect eenzaamheid op morbiditeit en mortaliteit
- Eenzaamheid bij oudere psychiatrische patiënten

## casuïstiek

- ♀ 72 jaar
- Echtgenoot hartstilstand
- Nadien inactief, apathisch
- Relatieproblemen
- "Iedereen blijft weg"



- ♀ 70 jaar
- Paniekaanvallen, angstklachten
- Half jaar geleden verhuisd
- Geen contact meer met kinderen



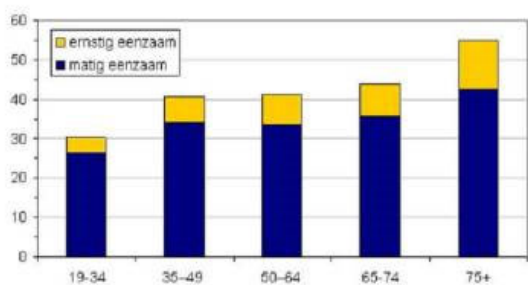
- 'Doet haar verhaal op aanklagende wijze, waarbij zij direct fel reageert als onderzoeker iets zegt of doet dat haar niet bevalt'.
- 'gegeneraliseerde angststoornis bij psychosociale problemen, chronische pijn en persoonlijkheidsproblematiek'.

### Eenzaamheid:

Subjectief ervaren van een gemis aan (kwaliteit van) sociale relaties



- Sociale eenzaamheid: beperkte sociale contacten
- Emotionele eenzaamheid: afwezigheid van intiem, hecht contact

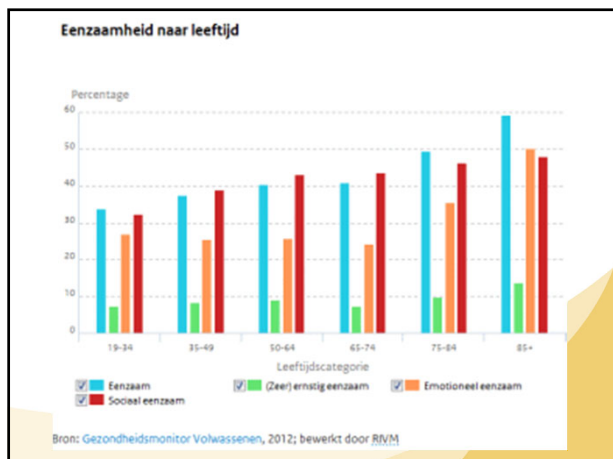


Bron: Regionaal Kompas Volksgezondheid

### Eenzaamheidscijfers algemene bevolking

- 50-64: 40%
- 65-74: 41%
- 75-84: 50%
- 85+: 59%
- Ernstig eenzaam: 9-14%

Bron: [Gezondheidsmonitor Volwassenen 2012, GGD'en, CBS en RIVM](#)



## Eenzaamheid en depressie

- Wederzijdse beïnvloeding<sup>1</sup>
- Eenzaam → depressief<sup>2</sup>
- Combinatie: 2 x zo hoge mortaliteit<sup>3</sup>
- Longitudinaal onderzoek: bij eenzame mannen hogere ernst van depressie<sup>4</sup>

» <sup>1</sup> Cacioppo et al. 2010; <sup>2</sup> Holwerda et al., submitted; <sup>3</sup> Stek et al. 2005  
 » <sup>4</sup> Van den Brink et al. 2017

## Effect eenzaamheid op morbiditeit en mortaliteit

- Uit literatuur
- Onderzoek bij **NESDO**<sup>®</sup>

## Ziekte last van eenzaamheid

- ↑ morbiditeit en mortaliteit <sup>1</sup>
- Hypertensie <sup>2</sup>
- Obesitas <sup>3</sup>
- Metabool syndroom <sup>3</sup>

<sup>1</sup> Penninx e.a. 1997, Holwerda e.a. 2012, Perissinotto e.a. 2012  
<sup>2</sup> Cacioppo e.a. 2002, Steptoe e.a. 2004, Hawkey e.a. 2006  
<sup>3</sup> Lauder e.a. 2006, Whisman e.a. 2010

## Ziekte last van eenzaamheid

- Hart- en vaatziekten <sup>1</sup>
- Veranderingen in immuunrespons <sup>2</sup>
- Endocriene veranderingen <sup>2</sup>
- Roken<sup>3</sup>
- Dementie<sup>4</sup>

<sup>1</sup> Thurston and Kubzansky 2009, Christiansen e.a. 2016  
<sup>2</sup> Hawkey e.a. 2003, Lauder e.a. 2006, O'Lunaigh e.a. 2012  
<sup>3</sup> Christiansen e.a. 2016  
<sup>4</sup> Holwerda e.a. 2014

## Onderzoek binnen NESDO: HVZ

- Eenzaamheid geassocieerd met morbiditeit en mortaliteit\*
- Onderliggend mechanisme?
- Hart- en vaatziekten?

→ meer hart- en vaatziekten bij eenzamen?

\*(Cacioppo et al. 2002, Cacioppo et al. 2006, Hawkey et al. 2006, O'Lunaigh and Lawlor 2008, Holwerda et al. 2012)

### NESDO: hart- en vaatziekten

- Cross-sectioneel
- 477 ouderen
- Verband eenzaamheid – HVZ
- Logistische regressie-analyse
- Interactie met depressie en met sekse

### Onderzoek binnen NESDO: HVZ

Associatie eenzaamheid en hart- en vaatziekten:

- Alleen verband bij vrouwen (OR 1.10,  $p=0.02$ )<sup>1</sup>
- Verklaard door depressie<sup>1</sup>

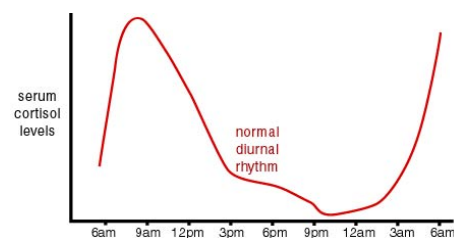
<sup>1</sup>Hegeman et al., Int J Geriatr Psychiatry 2017

### Onderzoek binnen NESDO: cortisol

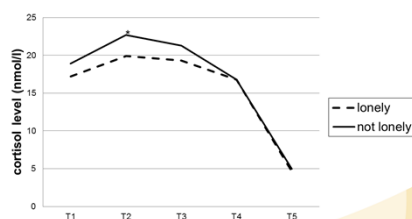
- Eenzaamheid geassocieerd met morbiditeit en mortaliteit\*
- Onderliggend mechanisme?
- HPA-as?

\*(Cacioppo et al. 2002, Cacioppo et al. 2006, Hawkey et al. 2006, O'Luanigh and Lawlor 2008, Holwerda et al. 2012)

### Cortisol dagritme



### Resultaten

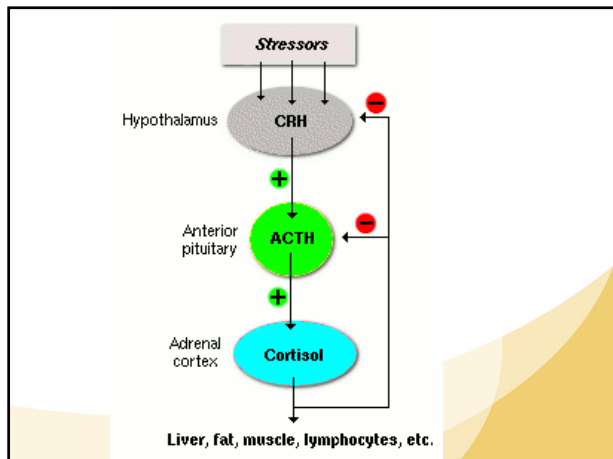


### Onderzoek binnen NESDO

Associatie eenzaamheid met cortisol:

- Verband eenzaamheid met verlaagde cortisolsecretie<sup>1</sup>
- Verminderde dexamethason suppressie<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Schutter et al., J Psychosom Research 2017



### Mogelijke effecten van verlaagd cortisol

- ↓ cortisol → ↑ secretie van inflammatoire cytokines <sup>1</sup>
- cortisol reguleert verplaatsen van immuuncellen <sup>2</sup>
- ↓ cortisol geassocieerd met: autoimmuunaandoeningen, ontsteking, pijn, asthma, allergieën, kwetsbaarheid <sup>3</sup>

<sup>1</sup> McEwen 1998

<sup>2</sup> McEwen and Stellar 1993

<sup>3</sup> Heim e.a. 1999, Johar e.a. 2014

### Eenzaamheid bij oudere psychiatrische patiënten

- Onderzoek bij Arkin, ouderen ambulant
- Tussen sept. 2013 en feb. 2018
- Prevalentie bij oudere psychiatrische patiënten?
- Verband met depressie?

### Onderzoeksofzet

- Alle aangemelde patiënten ≥ 60 jaar bij de ambulante teams
- Gedurende minstens 1 jaar
- Ca. 1200 patiënten per jaar
- Exclusie: MMSE < 21 of niet in staat tot informed consent

### Onderzoeksofzet

Vragenlijsten:

- De Jong Gierveld eenzaamheidsvragenlijst
- GDS-15
- HADS-A
- Tilburg Frailty Indicator
- MMSE
- Audit
- NNGB

## Onderzoeksoepzet

- “Voelt u zich eenzaam?”
- Sociale isolatie: vertrouwenspersoon, sociale steun, partnerstatus
- Netwerkgrootte



|                                                                                                     |       |     |             |    |      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-----|-------------|----|------|
| 1. Er is altijd wel iemand in mijn omgeving bij wie ik met mijn dagelijkse probleempjes terecht kan | Nee!! | Nee | Min of meer | Ja | Ja!! |
| 2. Ik mis een echt goede vriend of vriendin                                                         | Nee!! | Nee | Min of meer | Ja | Ja!! |
| 3. Ik ervaar een leegte om me heen                                                                  | Nee!! | Nee | Min of meer | Ja | Ja!! |
| 4. Er zijn genoeg mensen op wie ik in geval van nood kan terugvallen                                | Nee!! | Nee | Min of meer | Ja | Ja!! |
| 5. Ik mis gezelligheid om me heen                                                                   | Nee!! | Nee | Min of meer | Ja | Ja!! |
| 6. Ik vind mijn kring van kennissen te beperkt                                                      | Nee!! | Nee | Min of meer | Ja | Ja!! |
| 7. Ik heb veel mensen op wie ik volledig kan vertrouwen                                             | Nee!! | Nee | Min of meer | Ja | Ja!! |
| 8. Er zijn voldoende mensen met wie ik me nauw verbonden voel                                       | Nee!! | Nee | Min of meer | Ja | Ja!! |
| 9. Ik mis mensen om me heen                                                                         | Nee!! | Nee | Min of meer | Ja | Ja!! |
| 10. Vaak voel ik me in de steek gelaten                                                             | Nee!! | Nee | Min of meer | Ja | Ja!! |
| 11. Wanneer ik daar behoefte aan heb kan ik altijd bij mijn vrienden terecht                        | Nee!! | Nee | Min of meer | Ja | Ja!! |

## Eenzaamheid: cijfers – voorlopige resultaten

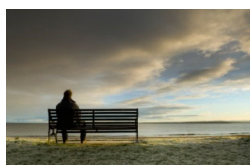
- 187 deelnemers
- Eenzaam: 79,1 %
- Mannen: 83,3%
- Vrouwen: 75,5%
- Niet significant verschillend

## Eenzaamheid: cijfers

- Ernstig eenzaam: 36,3%
- Mannen: 30,9%
- Vrouwen: 40,8%
- Niet significant verschillend

## Eenzaamheidsvraag

- ‘Voelt u zich eenzaam?’
- Correlatie met eenzaamheid: 96% scoort eenzaam op de J G ( $p < 0,001$ )



## Correlatie eenzaamheid – sociale situatie

- 1-persoonshuishouden: 85 % eenzaam
- Samenwonend/gehuwd: 53 % eenzaam
- $p = 0,004$



### Relatie eenzaamheid - depressie

- Behandelduur
- Aantal contacten
- Aantal behandelaars
- Score op HoNOS 65+

### Relatie eenzaamheid - depressie

- Met depressie: 49
- Daarvan niet eenzaam: 8
- Geen significante verschillen
- Andere factoren van belang: hoeveelheid personen in huishouden, partnerstatus, sociale steun

### Conclusie:

- Eenzaamheid neemt toe met de leeftijd
- Is geassocieerd met verlaagd cortisol
- Komt veel voor bij oudere psychiatrische patiënten
- Kan beloop depressie beïnvloeden
- Vraag ernaar!



**Bedankt voor  
uw aandacht**

Gerichte zorg voor het beste resultaat

### Behandeling en preventie

Groepsactiviteiten in woonzorgcentra: 'goed gezelschap in een groot huis'

- 3 jaar lang
- Kleinschalig
- Herinneringen ophalen
- Soos

### Behandeling en preventie

Esc@pe: internet-aan-huis project

- 3 jaar lang
- Pc aan huis
- 5 lessen: emailen en internetten
- Ondersteund door vrijwilligers

## Behandeling en preventie

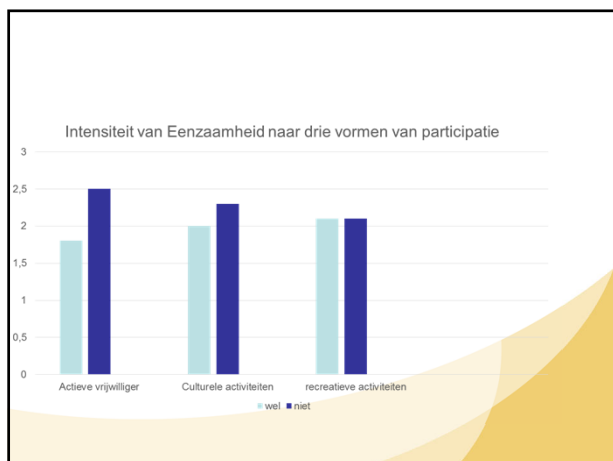
### Cursus 'Zin in vriendschap'

- 12 wekelijkse bijeenkomsten
- 55+ vrouwen
- Inrichten sociale leven
- Zelfwaardering
- Sociale vaardigheid

## Behandeling en preventie

### Vriendendienst/maatjesproject

- Vriendschappelijk contact met vrijwilliger
- Sociale activiteiten
- Getrainde vrijwilligers
- Op basis van gelijkwaardigheid en respect



## Systematic review

### Groepsinterventies:

- Voorlichting
- Social support

### 1-op-1 interventies

### Huisbezoeken/telefonische contacten



## Succesvolle interventies

- Groepsvorm: voorlichting/training of 'social support'
- Specifieke groepen
- Binnen een bestaande setting
- Procesevaluatie

Cattan et al. 2005