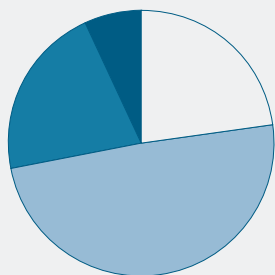


# Alcoholgebruik onder 55-plussers

## 55-plussers in de algemene bevolking

In de groep 55-70 jaar is bij 21,2% sprake van matig alcoholgebruik en bij 6,7% van overmatig alcoholgebruik. Bij 23-54 jarigen is dit respectievelijk 13,7% en 3,8%. Het percentage 55-plussers dat minimaal maandelijks binge drinkt is 13,1%.

### Alcoholgebruik 55-70 jaar



geen  
  licht  
  matig  
  overmatig

### Kenmerken van 55-plussers die overmatig drinken

**1**

alleenstaand

**<75**

jonger dan 75 jaar



roken



relatief hoog inkomen

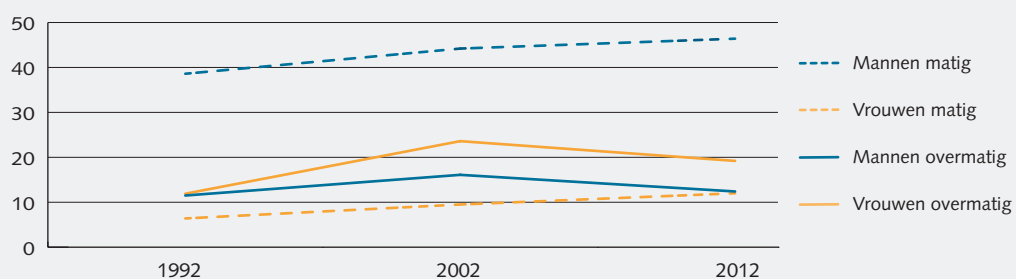


minder fysiek actief

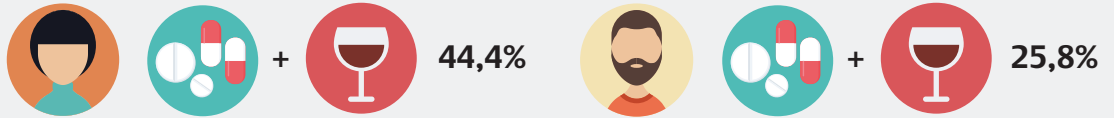


angststoornis

In de periode 1992-2012 nam het overmatig alcoholgebruik onder 55-65 jarigen eerst sterk toe en daarna weer iets af. Het matig alcoholgebruik onder 55-65 jarigen nam de hele periode toe.



## 55-plussers die overmatig drinken en daarnaast medicatie\* gebruiken



\* slaapmiddelen, medicijnen om rustig te worden of pijnstillers.

### Alcohol- en medicatiegebruik

Bekend is dat gebruik van bovengenoemde medicatie in combinatie met alcohol extra gezondheidsrisico's met zich meebrengt.

### 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.

### Diagnose

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%). In de huisartsenpraktijk wordt bij 55-plussers wel iets vaker een diagnose problematisch alcoholgebruik (chronisch alcoholgebruik of acuut alcoholmisbruik/intoxicatie) geregistreerd dan bij 18-54 jarigen (0,85% versus 0,67%).

### Ontwikkelingen in alcoholgebruik met het ouder worden

Over het algemeen gaan 55-plussers met het ouder worden minder drinken, maar het tegenovergestelde gebeurt bij 55-plussers die al overmatig drinken. Zij gaan met het ouder worden juist meer drinken.

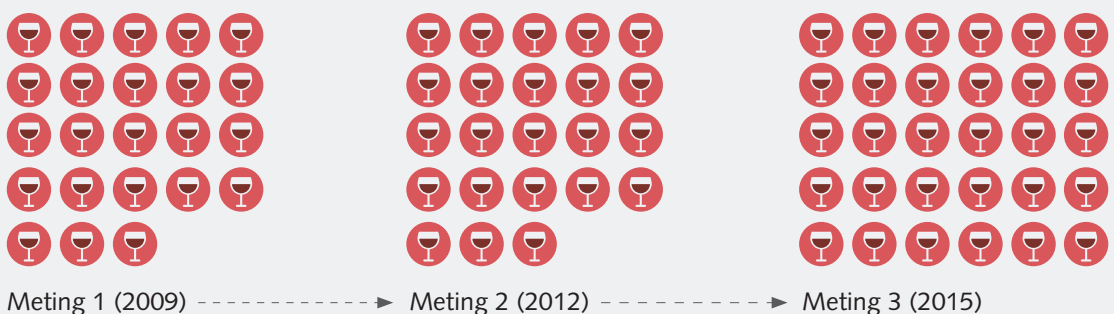
### De gevonden afname in alcoholgebruik in het algemeen bij 55-plussers hangt samen met:

-  hogere leeftijd
-  man zijn
-  roken
-  toename van het aantal chronische ziekten
-  afname van cognitieve functies

### Ontwikkeling wekelijks alcoholgebruik 55-plussers algemeen



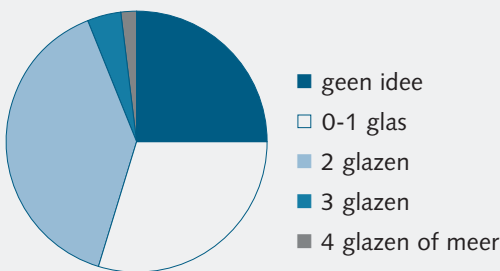
### Ontwikkeling wekelijks alcoholgebruik 55-plussers die overmatig drinken



### Opvattingen alcoholgebruik

Een groot deel van de 55-plussers lijkt zich niet bewust dat alcohol verslavend en niet goed voor de gezondheid is. Het grootste deel van de 55-plussers denkt dat de norm voor verantwoord alcoholgebruik ligt op twee glazen per dag<sup>1</sup>. Naarmate de leeftijd hoger wordt, geeft men vaker aan geen idee te hebben van de huidige norm voor verantwoord alcoholgebruik.

#### Verantwoord alcoholgebruik per dag volgens 55-plussers



### Manier van alcoholgebruik

Een derde van de drinkers drinkt elke dag, waarbij zij gemiddeld 2,5 glas per dag drinken. Naarmate 55-plussers minder dagen van de week drinken, drinken zij op een dag gemiddeld ook minder glazen.

Bijna iedereen drinkt thuis. Daarnaast zijn ook het restaurant of bij vrienden/kennissen plekken waar 55-plussers regelmatig alcohol nuttigen.

### Redenen alcoholgebruik

Redenen en aanleidingen voor 55-plussers om alcohol te drinken zijn onder andere: ontspanning, gezelligheid, lekker, positieve associaties met alcohol, 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), gewoontegedrag en gezelschap van anderen.

### Groepen 55-plussers in de algemene bevolking die aandacht behoeven

- de groep waarbij overmatig alcoholgebruik voorkomt met andere ongezonde leefstijl-gewoonten, zoals roken en weinig fysieke activiteit.
- de groep 'jonge ouderen', met name mannen, die overmatig drinkt, omdat zij risico lopen om met het ouder worden alleen maar meer te gaan drinken.
- de groep die medicatie gebruikt en daarbij overmatig drinkt.
- ouderen die een ingrijpende levensgebeurtenis meemaken en daardoor bijvoorbeeld alleen komen te staan.

### 55-plussers met alcoholproblematiek

#### Oorzaken alcoholproblematiek

Genoemde oorzaken voor alcoholproblematiek door hulpverleners en ouderen uit de gespecialiseerde verslavingszorg zijn onder andere: eenzaamheid, stressfactoren (zoals ziekte, mantelzorg, overlijden, scheiding), genetische aanleg, depressie, beschikbaarheid van alcohol, onvoldoende kennis over alcohol, ontbrekende dagstructuur, en het beperkte aanspreken door hulpverleners en mensen in de omgeving van ouderen op hun gebruik.

Zaken die helpen in het minderen of stoppen met drinken zijn het actief op de hoogte stellen van anderen, alcoholvrije drankjes inslaan en een partner, vriend of familielid die ondersteunt en aanmoedigt. Ook wilskracht en gemotiveerd zijn spelen een belangrijke rol.

#### Hulpzoekgedrag verslaafde 55-plussers

##### Hulp zoeken:

- op aandringen van de huisarts of naasten
- lichamelijke ziektes als gevolg van het alcoholgebruik



##### Hulp zoeken uitstellen:

- taboe op alcoholverslaving
- opzien tegen het stoppen
- het niet zinvol vinden om te stoppen vanwege leeftijd

<sup>1</sup> Sinds december 2015 is deze norm aangepast naar geen alcohol drinken, of in elk geval niet meer dan 1 glas per dag.

Deze factsheet is gebaseerd op onderzoek naar de aard en omvang van het alcoholgebruik bij 55-plussers en redenen waarom zij alcohol gebruiken. 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.

Bron: Veerbeek M, Heijkants C, Willemse B. Alcoholgebruik onder 55-plussers.  
Utrecht: Trimbos-instituut, 2017

## Colofon

Trimbos-instituut  
Postbus 725  
3500 AS Utrecht  
T: 030 - 297 11 00

**Financiering**  
Ministerie van Volksgezondheid,  
Welzijn en Sport (VWS).

**Auteurs**  
Marjolein Veerbeek, Ninette van Hasselt  
en Bernadette Willemse

**Vormgeving**  
Canon Nederland N.V.

**Foto's**  
istockphoto.com

**Bestelinformatie**  
Deze factsheet is gratis te downloaden  
via [www.trimbos.nl](http://www.trimbos.nl).

Artikelnummer: AF1552

**Copyrights Trimbos-instituut**  
Alle rechten voorbehouden. Niets uit  
deze uitgave mag worden veelevoudig  
of openbaar gemaakt, in enige vorm  
op enige wijze, zonder voorafgaande  
toestemming van het Trimbos-instituut.

## Definities in deze factsheet

### Licht alcoholgebruik

Voor zowel mannen als vrouwen: drinken van gemiddeld 1 tot 8 glazen alcohol per week in het afgelopen (half) jaar.

### Matig alcoholgebruik

Mannen: drinken van gemiddeld 8 t/m 21 glazen alcohol per week in het afgelopen (half) jaar.

Vrouwen: drinken van gemiddeld 8 t/m 14 glazen alcohol per week in het afgelopen (half) jaar.

### Overmatig alcoholgebruik

Mannen: drinken van gemiddeld > 21 glazen alcohol per week in het afgelopen (half) jaar. Vrouwen: drinken van gemiddeld > 14 glazen alcohol per week in het afgelopen (half) jaar.

### Binge drinken

Mannen: drinken van > 6 glazen bij een gelegenheid.  
Vrouwen: drinken van > 4 glazen bij een gelegenheid.

### Stoornis in het gebruik van alcohol

Een diagnose alcoholmisbruik en/of alcoholafhankelijkheid in de afgelopen 12 maanden volgens de Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM)-IV.

### Problematisch alcoholgebruik

Wanneer bij iemand volgens de International Classification of Primary Care (ICPC) een diagnose 'chronisch alcoholmisbruik' (P15) of 'acuut alcoholmisbruik/intoxicatie' (P16) is gesteld.

### Alcoholproblematiek

Er is sprake van een probleem met het gebruik van alcohol, maar dit kan of overmatig alcoholgebruik, of een stoornis in het gebruik van alcohol of problematisch alcoholgebruik inhouden.

