



Oudere minder vaak eenzaam, en 85-plusser beter af in verpleeghuis

© 15-06-2018, 00:04 AANGEPAST 15-06-2018, 06:57

BINNENLAND (/NIEUWS/BINNENLAND/)

Ouderen zijn minder eenzaam dan twintig jaar geleden, zegt het Sociaal en Cultureel Planbureau (SCP). Dat komt vooral doordat 55-plussers vaker een partner hebben en een groter netwerk onderhouden.

De daling gaat over de persoonlijke kans op eenzaamheid. In totaal stijgt het aantal eenzame ouderen nog steeds, omdat er ook steeds meer mensen van boven de 55 jaar zijn. Dat maakt eenzaamheid een groter wordend maatschappelijk probleem. Ongeveer 1 op de 10 ouderen is sterk eenzaam.

Verpleeghuis

Kwetsbare ouderen boven de 85 lopen meer risico op eenzaamheid. Vooral het verlies van een partner speelt een grote rol. Volgens het SCP zijn kwetsbare 85-plussers zelfs beter af in een verpleeghuis, omdat ze dan minder eenzaam zijn en zich beschermd voelen: "We vonden een opmerkelijke verlaging van eenzaamheid, namelijk door verhuizing naar een woonzorgcentrum van oude ouderen met ernstige gezondheidsproblemen."

Opmerkelijk is de conclusie dat mensen die eenzaam zijn, niet per definitie ook ongelukkiger zijn. Dat ligt volgens deze studie genuanceerder: een deel van de eenzame mensen is gelukkig (gemeten als tevredenheid met het leven) en een deel is ongelukkig. Er is wel enige samenhang tussen eenzaamheid en geluk, maar deze is volgens de onderzoekers laag.

Geen bingo

Het rapport biedt ook aanknopingspunten om eenzaamheid van thuiswonenden en verpleeghuisbewoners te verminderen. Zo beschermt zelf op bezoek gaan beter tegen eenzaamheid dan bezoek ontvangen. En sociaal contact krijgt meer waarde als dat betekenisvol is en in combinatie met leuke activiteiten.

Maar "meer koffie-ochtenden en bingo" zijn dan volgens de onderzoekers niet de oplossing. Men wil, zoals een van de geïnterviewde het zelf verwoordde, "niet van dat georganiseerde carnaval met activiteiten, maar gewoon samenzijn." Voorbeelden daarvan zijn vaker een praatje met de eerste verantwoordelijk verzorgende, samen in de tuin zijn, samen lekker eten, een klein barretje waar je een wijntje kan drinken, samen naar buiten in een gemeenschappelijke tuin.

Eenzaamheid is geen simpel probleem met simpele oplossingen, aldus het Sociaal en Cultureel Planbureau. Het is een probleem met meerdere factoren. Om daar meer inzicht in te krijgen, is volgens de onderzoekers nog meer onderzoek nodig.