

Lichamelijke kwetsbaarheid bij ouderen met een depressie

Lichamelijke kwetsbaarheid komt veel voor bij ouderen en kan vervelende gevolgen hebben, zoals vallen, ziekenhuisopname en afhankelijkheid van anderen voor de dagelijkse zorg en bezigheden. Er is nog weinig onderzoek gedaan naar lichamelijke kwetsbaarheid en psychische klachten, zoals depressie. In ons onderzoek vroegen we ons af of er een verband is tussen lichamelijke kwetsbaarheid en depressie bij ouderen. Dit hebben we onderzocht met behulp van de gegevens uit NESDO. In NESDO wordt lichamelijke kwetsbaarheid gemeten als de optelsom van zwakke hand knijpkracht, ongewild gewichtsverlies, verminderd uithoudingsvermogen/ energie, lage loopsnelheid en weinig lichamelijke activiteit. Hoe meer van deze kenmerken aanwezig zijn, hoe groter de lichamelijke kwetsbaarheid.

Bij ruim een kwart van de depressieve NESDO deelnemers (25%) was er sprake van lichamelijke kwetsbaarheid. Er doet ook een groep niet-depressieve ouderen mee aan NESDO, de zogenaamde controlegroep waarmee we de depressieve groep kunnen vergelijken. In deze controlegroep was ongeveer 1 op de 10 ouderen (10%) lichamenlijk kwetsbaar. Dat is dus een stuk minder dan de depressieve groep. We vonden ook dat lichamelijke kwetsbaarheid vaker voorkwam bij ouderen met een ernstige depressie dan bij ouderen met een milde depressie. Klachten als gewichtsverlies en verminderde energie kunnen zowel bij depressie als bij lichamelijke kwetsbaarheid voorkomen. Ondanks deze overlap in klachten, bleken ouderen met een ernstige depressie vaker ook lichamenlijk kwetsbaar.