

Plasmoe?

## Belevingsonderzoek nycturie

Belangrijkste onderzoeksresultaten



**Achtergrond, doel- en probleemstelling**

**Pagina 3**



**Methode en opzet**

**Pagina 4**



**Resultaten**

**Pagina 5/11**



**Bijlage**

**Pagina 12/17**

In opdracht van Hans Lemm van Lemm & Ten Haaf, heeft Motivaction International B.V. een onderzoek uitgevoerd naar de beleefde impact van nycturie op het dagelijks leven.

In Nederland heeft een groot deel van de bevolking in de leeftijd van 50 tot 70 jaar last van nycturie: de drang om twee keer of vaker per nacht naar het toilet te gaan om te plassen. Dit verstoort de nachtrust en kan daardoor een negatieve impact hebben op het dagelijks functioneren. Een belangrijke oorzaak voor nycturie is polyurie, de nachtelijke overproductie van urine door een tekort aan het hormoon vasopressine (die ervoor zorgt dat de urine wordt geconcentreerd). Een nieuw ontwikkeld medicijn vervangt het lichaamseigen hormoon en helpt de urine te concentreren, waarmee de nachtelijke plasbehoefte afneemt, daarmee het toiletbezoek en de mogelijke gevolgen van het slaapttekort overdag.

In het kader van de publieke plasmoe-campagne is Motivaction gevraagd een onderzoek uit te voeren onder Nederlanders tussen de 50 en 70 jaar die te maken hebben met nycturie. De resultaten van dit onderzoek worden gebruikt om vrije publiciteit te genereren voor het probleem van nycturie en de gevolgen die mensen hiervan ervaren in hun dagelijks leven. Daarnaast wil de opdrachtgever bewustwording creëren voor het gegeven dat je niet met deze klachten en gevolgen hoeft te blijven rondlopen. Dat er in veel gevallen iets aan gedaan kan worden en dat je deze problemen kunt bespreken met de (huis)arts.



## Doelgroep en steekproef

Het onderzoek is online uitgevoerd binnen het Stempunt-Panel van Motivation. Hiervoor is een representatieve steekproef getrokken onder 50 tot 70 jarigen. Mensen ontvingen een uitnodigingsmail met een link die toegang bood tot de vragenlijst. De vragenlijst kon ingevuld worden met behulp van een computer, tablet of smartphone. Met behulp van selectievragen is bepaald of men tot de doelgroep van dit onderzoek behoorde: mensen die 2x of vaker 's nachts uit bed moeten om te plassen. In totaal hebben 3.166 de selectievragen ingevuld, waarvan 524 tot de doelgroep behoorden.

## Weging

De data is achteraf gewogen op de volgende kenmerken:

- Leeftijd
- Opleiding
- Geslacht
- Nielsen6 (regio)
- Mentality (waardeoriëntatie en leefstijl)

De resultaten van dit onderzoek zijn opgeleverd in tabellensets. In deze PowerPoint-rapportage komen alleen de belangrijkste en opvallende resultaten aan bod.



## 17% van de 50-70 jarigen staat 2x per nacht of vaker op om te plassen

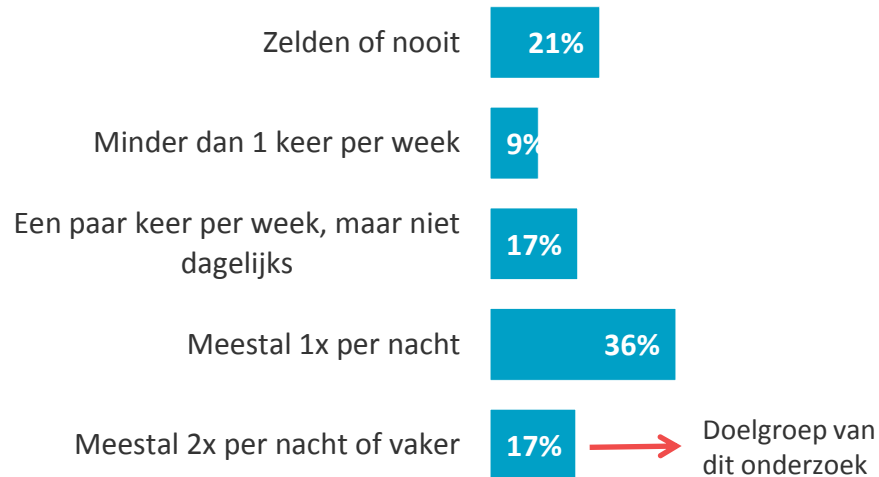
De helft (53%) van de 50-70 jarigen moet vrijwel elke nacht minimaal één keer per nacht uit bed om te plassen.

17% staat meestal 2x of vaker per nacht op om naar het toilet te gaan. Dit zijn vaker:

- Vrouwen (20% vs. 13% mannen)
- 66+ers (23% vs. 14%-13% van de 50 tot 65 jarigen)



### Word je 's nachts weleens wakker omdat je uit bed moet om te plassen? (n=3.166)



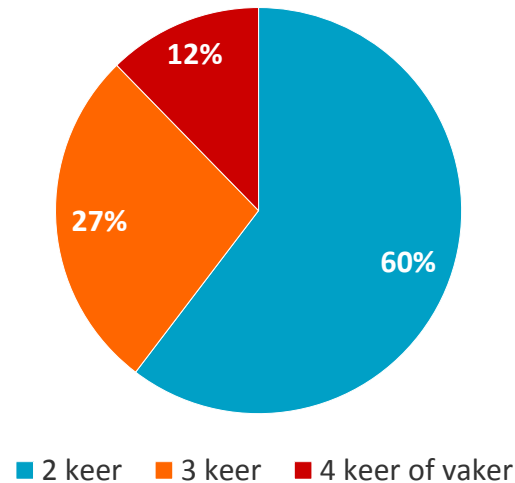
## Doelgroep definitie voor het onderzoek: mensen die 2x per nacht uit bed moeten om te plassen

In dit onderzoek is ingegaan op de groep 50-70 jarigen die heeft aangegeven 2x per nacht of vaker uit bed te moeten om te plassen.

60% van deze groep staat meestal 2x per nacht op, 27% 3x per nacht en 12% staat 4x per nacht of vaker op.



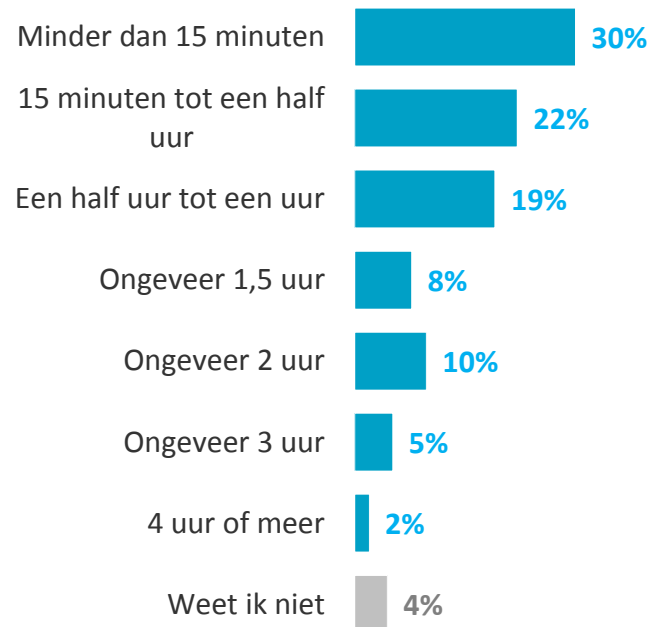
**Hoe vaak per nacht bezoek je meestal het toilet?**  
(Basis - Wordt meestal 2x of vaker wakker om 's nachts te plassen, n=524)



- Ruim twee derde (69%) heeft korter dan 3 uur geslapen voordat men voor het eerst wakker wordt.
- Alhoewel een ruime meerderheid (71%) van de doelgroep binnen een half uur na een toiletbezoek weer in slaap valt, ligt ook 10% minimaal een aantal keer per week langer dan een uur wakker.
- Een kwart van de mensen binnen de doelgroep verliest naar eigen inschatting meer dan een uur slaaptijd per nacht.
- 37% van de doelgroep geeft aan doorgaans vermoeid of zeer vermoeid wakker te worden.



## Hoeveel slaaptijd schat je dat je 's nachts meestal per nacht verliest met jouw toiletbezoeken? (n=524)



- Een derde van de doelgroep merkt een negatief effect op het dagelijks functioneren. Verminderde concentratie en meer tijd nodig hebben voor bepaalde dagelijkse taken worden het vaakst genoemd (respectievelijk door 14% en 13%).
- 30% heeft het gevoel dat nycturie hun stemming overdag negatief beïnvloedt: 16% voelt zichzelf erg vermoeid, 10% is minder vrolijk en 9% voelt zich prikkelbaar.



## Ben je van mening dat de toiletbezoeken gedurende de nacht een negatief effect hebben op jouw functioneren de volgende dag? (n=524)

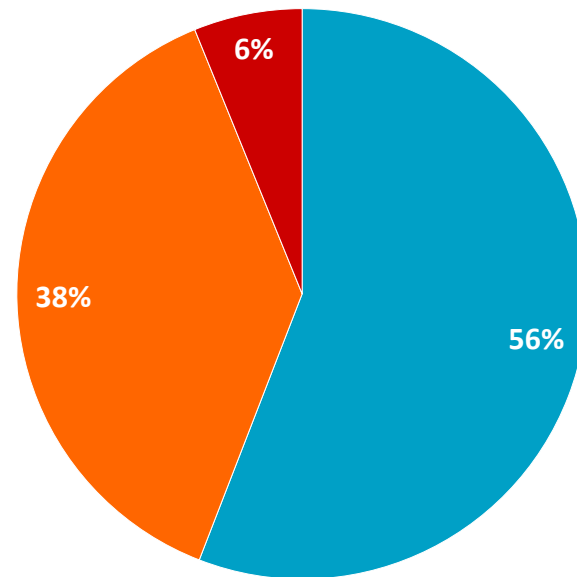




- 44% van de mensen binnen de doelgroep heeft het gevoel dat de nycturie leidt tot een mindere kwaliteit van leven (38% in kleine mate 6% in sterke mate).
- Mensen die 2x of vaker uit bed moeten om te plassen beoordelen hun kwaliteit van leven gemiddeld met een 7 (n=524), terwijl mensen die minder vaak of niet uit bed hoeven om te plassen gemiddeld een 7,4 geven (n=2.642).



Heb je het gevoel dat de nachtelijke toiletbezoeken leiden tot een mindere kwaliteit van leven? n=524)



■ Nee, niet of nauwelijks ■ Ja, in kleine mate ■ Ja, in sterke mate

37% heeft de klachten wel eens met de huisarts besproken, 5% heeft het overwogen maar nog niet gedaan.

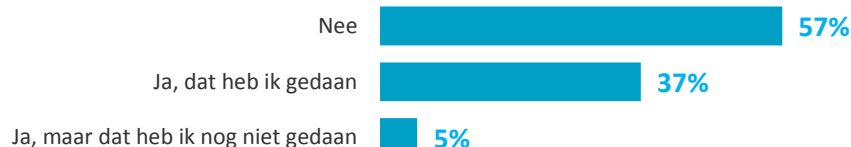
De voornaamste redenen om niet met de klachten naar een huisarts te gaan zijn:

- Men heeft er niet zoveel last van (39%)
- Men denkt dat het iets is dat bij de leeftijd hoort (37%)
- Het is nooit bij hen opgekomen (26%)
- 16% denkt ook niet dat er iets aan gedaan kan worden

Schaamte speelt hierbij nauwelijks een rol.



## Heb je weleens overwogen om met een arts te praten om te vragen of er iets te doen is aan het nachtelijk plassen? (n=524)



## Kun je aangeven waarom je hierover (nog) nooit met een (huis)arts hebt gesproken? (Basis - Heeft geen contact gehad met een arts over nachtelijk plassen, n=329)



## **Vooral grote gevolgen voor mensen die 4x of vaker uit bed moeten om te plassen**

2% van de Nederlanders moet er 4x per nacht of vaker uit om te plassen. Bijna de helft van deze groep verliest naar eigen inschatting meer dan een uur slaaptijd per nacht. Met name bij deze groep zijn de gevolgen van nycturie groot. Men voelt zich vaker vermoeid in de ochtend (62% vs. 32% tot 37% van diegenen die er 2 of 3 keer uit moeten). 60% ervaart effecten op het dagelijks functioneren (vs. 28% en 33% bij 2 of 3 toiletbezoeken) en het humeur (64% vs. 23% tot 30%). Bij 4 of meer toiletbezoeken geeft 78% aan dat de nycturie een negatieve impact heeft op de kwaliteit van leven (64% in kleine mate, 14% in sterke mate). Deze groep heeft dit probleem ook vaker met de huisarts besproken (71%).

## **Vrouwen vaker vermoeid, maar bespreken hun klachten minder vaak met de huisarts**

Vrouwen liggen naar eigen inschatting vaker langere tijd (langer dan een uur) wakker dan mannen. Gemiddeld genomen schatten ze de slaaptijd die ze verliezen ook iets hoger in. Het grootste verschil zien we in de ervaren toestand waarin men wakker wordt (44% voelt zich vermoeid tot zeer vermoeid vs. 26% van de mannen). Ondanks dat men zich vaker vermoeid voelt, gaan vrouwen minder vaak met deze klachten naar de huisarts: 32% vs. 45% van de mannen. Zij geven vaker aan dat het nooit bij hen opgekomen is om dit met de huisarts te bespreken (30% vs. 18%). De voornaamste reden voor mannen om het niet te bespreken is dat het hen iets lijkt dat bij de leeftijd hoort (46% vs. 33% van de vrouwen). Vrouwen ondernemen wel vaker zelf actie door 1 uur of langer van tevoren te stoppen met drinken voordat men gaat slapen (36% vs. 24%).





- Veldwerkperiode
  - Het veldwerk is uitgevoerd in de periode 6 t/m 10 februari 2017
- Methode respondentenselectie
  - Uit het StemPunt-panel van Motivaction
- Incentives
  - De respondenten hebben als dank voor deelname aan het onderzoek punten voor het StemPunt spaarprogramma ontvangen
- Weging
  - De onderzoeksdata zijn gewogen (zie ook bijlage gewogen en ongewogen data), daarbij fungeerde het Mentality-ijkbestand als herwegingskader. Dit ijkbestand is wat betreft sociodemografische gegevens gewogen naar de Gouden Standaard van het CBS
- Responsverantwoording online onderzoek
  - In de veldwerkperiode is aan 7700 personen een uitnodigingsmail verstuurd. Op de slotdatum van het veldwerk (zie bij Veldwerkperiode) was het gewenste aantal vragenlijsten ingevuld en is de toegang tot de vragenlijst op internet afgesloten
- Bewaartermijn primaire onderzoeksbestanden
  - Digitaal beschikbare primaire onderzoeksbestanden worden tenminste 12 maanden na afronden van het onderzoek bewaard. Overige onderzoekstechnische informatie
- Overige onderzoekstechnische informatie en een exemplaar van de bij dit onderzoek gehanteerde vragenlijst is op aanvraag beschikbaar voor de opdrachtgever



Kenmerken	Ongewogen		Gewogen	
	N	%	N	%
<b>Leeftijd</b>				
50 t/m 59	1286	40,6	1590	49,8
60 t/m 70	1880	59,4	1576	49,8
<b>Opleidingsniveau</b>				
Hoog (wo/hbo)	823	26,0	754	23,8
Middel (havo/vwo/mbo/mavo)	1598	50,5	1492	47,1
Laag (lbo/basisschool/geen opleiding)	745	23,5	920	29,0
<b>Geslacht</b>				
Mannen	1689	53,3	1574	49,7
Vrouwen	1477	46,7	1592	50,3



Kenmerken	Ongewogen		Gewogen	
	N	%	N	%
<b>Mentality</b>				
Moderne burgerij	748	23,6	742	23,4
Opwaarts mobielen	280	8,8	278	8,8
Postmaterialisten	457	14,4	428	13,5
Nieuwe conservatieven	345	10,9	300	9,5
Traditionele burgerij	427	13,5	581	18,4
Kosmopolieten	442	14,0	385	12,2
Postmoderne hedonisten	296	9,3	292	9,2
Gemaksgeoriënteerden	171	5,4	160	5,1
<b>Nielsen6</b>				
3 grote gemeenten	300	9,5	330	10,4
West	924	29,2	928	29,3
Noord	351	11,1	326	10,3
Oost	654	20,7	620	19,6
Zuid	815	25,7	825	26,1
Randgemeenten	122	3,9	137	4,3



## Auteursrecht

Het auteursrecht op dit rapport ligt bij de opdrachtgever. Voor het vermelden van de naam Motivaction in publicaties op basis van deze rapportage – anders dan integrale publicatie – is echter schriftelijke toestemming vereist van Motivaction International B.V.

Zie ook ons [Pers- en publicatiebeleid](#).

## Beeldmateriaal

Motivaction heeft datgene gedaan wat redelijkerwijs van ons verwacht kan worden om de rechthebbenden op beeldmateriaal te achterhalen. Mocht u desondanks menen recht te kunnen doen gelden op gebruikt beeldmateriaal, neem dan contact op met Motivaction.

