

# Ingrijpende jeugdervaringen en risico's voor leefstijl en gezondheid

## Wat zijn ingrijpende jeugdervaringen?

Als kind opgroeien met heel veel...



**i** Gevolgen zijn mede afhankelijk van leeftijd, duur en intensiteit van de ervaringen

## Hoe vaak komen ingrijpende jeugdervaringen voor?

Aantal per persoon

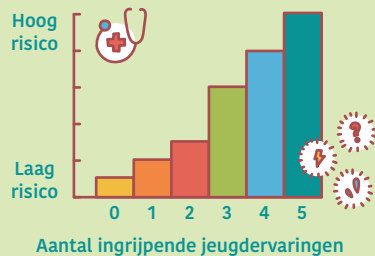
- Geen: 56%
- Een: 17%
- Twee: 9%
- Drie: 6%
- Vier of meer: 11%



## Voorbeelden van ingrijpende jeugdervaringen



## Risico's voor gezondheid



**i** Hoe meer ingrijpende jeugdervaringen, hoe groter de kans op negatieve gezondheidsuitkomsten, ongezond gedrag en lagere levensverwachting.

## Impact op levensloop



**i** De impact van ingrijpende jeugdervaringen kan levenslang zichtbaar zijn. Mensen met 4 of meer ingrijpende jeugdervaringen hebben een grotere kans om 20 jaar eerder te overlijden.

## Impact op risicovol gedrag en gezondheid

Mensen met veel ingrijpende jeugdervaringen lopen een sterk verhoogd risico op een ongezonde leefstijl en verschillende ernstige ziektes en chronische aandoeningen.

**i** Beschermende factoren kunnen de gevolgen van ingrijpende jeugdervaringen (deels) tegenaan. Zie hiervoor de infographic over [beschermende factoren](#)

### Risicovol/ongezond gedrag

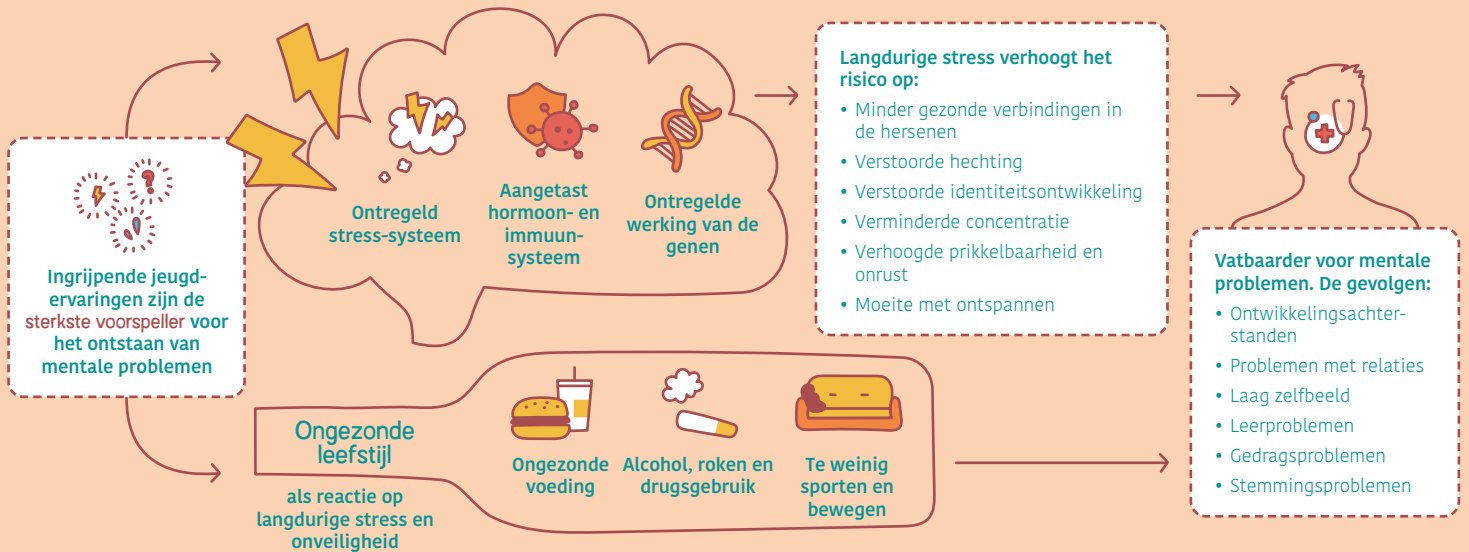
### Mogelijke lichamelijke, psychische en sociale gezondheidsuitkomsten



# Ingrijpende jeugdervaringen

## mentale ziekten en problemen

Hoe ingrijpende jeugdervaringen mentale ziekten en problemen kunnen veroorzaken

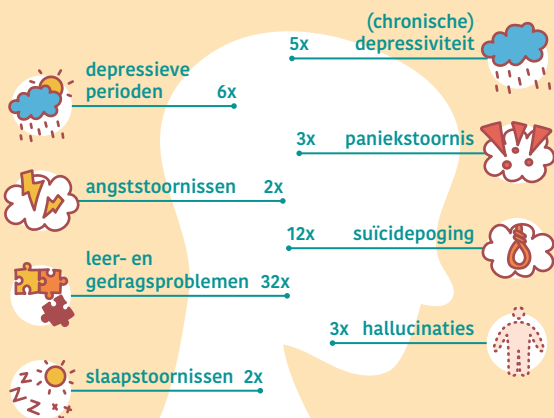


## Sterk verhoogde kans op mentale problemen

Ingrijpende jeugdervaringen zijn de sterkste voorspeller voor het ontwikkelen van mentale problemen als kind, jongere of volwassene. Het meemaken van 4 of meer ingrijpende jeugdervaringen geeft bijvoorbeeld ruim 4 keer meer kans op een (chronische) depressie dan iemand die geen ingrijpende ervaringen heeft meegemaakt.

**Psycho-sociale problemen** die vaak samenhangen met deze mentale problematiek:

- Financiële problematiek
- Slachtoffer seksueel geweld
- Dader huiselijk/partnergeweld
- Onbedoeld zwanger
- Gevangenisstraf

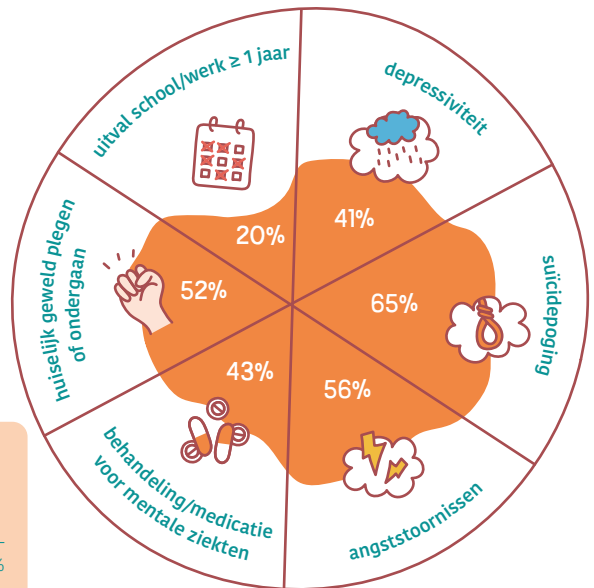


Kinderen die meerdere ingrijpende jeugdervaringen meemaken hebben een verhoogde kans om onterecht gediagnosticeerd te worden met ADHD, een gedragsstoornis of autisme (ASS).

## Hoeveel dragen ingrijpende jeugdervaringen bij aan de omvang van de problematiek?

Door ingrijpende jeugdervaringen te bestrijden zou het aantal mensen dat bijvoorbeeld lijdt aan depressiviteit met 41% kunnen worden teruggebracht.

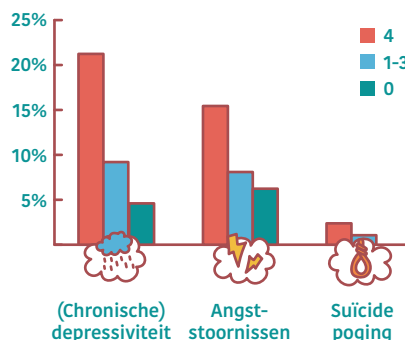
Uit een studie in Nederland blijkt dat 39% van de volwassenen die ingrijpende jeugdervaringen heeft meegemaakt, angst- en depressieklachten heeft, tegenover 13% van de volwassenen zonder ingrijpende jeugdervaringen.



## Stapeling van ingrijpende jeugdervaringen

Onder mensen met mentale ziekten komt stapeling van ingrijpende jeugdervaringen opvallend vaker voor.

Het percentage Nederlanders met mentale ziekten en psychische problematiek, uitgesplitst naar het aantal meegemaakte ingrijpende jeugdervaringen.



Deze infographic is in 2022 ontwikkeld (update september 2024) door Augeo Foundation, partner van de Samenwerkende Gezondheidsfondsen op weg naar een Gezonde Generatie

Kijk [hier](#) voor meer informatie en een bronnenoverzicht.