

Gedrag en COVID-19 preventie

Notitie RIVM Corona Gedragsunit t.b.v. de commissie voor Volksgezondheid, Welzijn en Sport van de Tweede Kamer der Staten-Generaal inzake het coronavirus

Eind maart 2020 is de Corona gedragsunit opgericht bij het RIVM. De gedragsunit heeft tot doel om de bestrijding van de SARS-CoV-2 pandemie te ondersteunen, door actuele gedragswetenschappelijke inzichten te bieden en beschikbaar te maken voor overheidscommunicatie en beleid. Dit doet de unit middels het uitvoeren van onderzoek samen met GGDen en onderzoeksgroepen in Nederland. Een onafhankelijke wetenschappelijke adviesraad van 15 hoogleraren adviseert de gedragsunit gevraagd en ongevraagd. Resultaten worden met duiding gedeeld met onder andere het Ministerie van VWS (opdrachtgever), de NCTV (inclusief het Nationaal Kernteam Crisiscommunicatie) en DG Samenleving en Covid-19, de GGDen, en met professionals en burgers in het land.

Gedrag & Welzijn

Het probleem is het virus, de oplossing is ons gedrag. Virus verspreiding neemt namelijk af als mensen a) het aantal contactmomenten met anderen inperken (door bijv. thuis werken) en b) het risico op virus overdracht per contactmoment beperken (door bijv. afstand houden of handen wassen). Het gedrag kun je opdelen in 3 groepen:

1. **Hygiëne**, zoals handen wassen, hoesten in elleboog en geen handen schudden
2. **Fysieke afstand**, zoals 1.5 meter, bezoek beperken, thuiswerken, of omkeren bij drukte.
3. **Thuisblijven & Testen**, Quarantaine bij risico contact, Isolatie bij COVID-19 diagnose of klachten

Daarnaast kijkt de gedragsunit naar welzijn: mentaal, sociaal, en leefstijl. De dreiging van het virus en de maatregelen die het sociale leven beperken, kunnen immers invloed hebben op het welbevinden; en dit is mogelijk weer van invloed op de mate waarin mensen de gedragsregels blijven naleven.

Verloop van het gedrag over tijd¹

Vanaf de intelligente lockdown in april 2020, is hygiëne gedrag vrijwel constant gebleven. Bijna niemand geeft meer aan de handen te schudden. Papier zakdoekjes gebruiken bij een loopneus en in de elleboog te niezen/hoesten, lukt ongeveer 2/3 van de keren. Twee van de tien mensen wast haar handen 10 keer of vaker per dag en de helft van de keren nauwkeurig (20 seconden). Handen wassen is op 2 belangrijke momenten afgenomen: bij thuiskomst en bij anderen op bezoek gaan.

In lijn met de versoepelingen in het voorjaar en de zomer, nam het aantal keren dat mensen hun huis uit gingen (voor bijv. werk, winkelen, horeca of sport), thuis bezoek ontvangen of bij mensen op bezoek gaan, toe. Zodoende is het ook op meer plekken drukker geworden. Dit vertaalde zich in meer contactmomenten tussen mensen, maar ook in minder afstand houden: op plekken waar het drukker is, is afstand houden moeilijker (blijkt ook uit CCTV camera onderzoek).² 1.5 meter afstand houden blijkt bij uitstap lastig op openbare plekken als de supermarkt en het werk. Over de zomer nam afstand houden echter sterk af in de thuisomgeving bij bezoek aan/van vrienden en familie.

¹ De resultaten komen uit het vragenlijst onderzoek dat de gedragsunit ism de GGDen en GGD GHOR elke 3 tot 6 weken afneemt (1^e meting: 3^e week april). Dit vragenlijst onderzoek bevraagt mensen naar gedrag, verklaringen voor gedrag, welzijn en draagvlak over tijd. Per meetmoment nemen er tussen de 50.000 en 90.000 mensen deel. De deelnemers zijn gemiddeld iets hoger opgeleid en iets ouder dan de gemiddelde Nederlander.

Vanaf juni kunnen mensen met klachten zich laten testen in de GGD test straten. Het percentage mensen met klachten dat zich laat testen is van midden juli tot begin oktober verdrievoudigd (tot 4 van de 10 met nieuwe klachten). Mensen met klachten of een positieve testuitslag worden geacht in isolatie te gaan. Daarnaast zijn er vier quarantaine scenario's (zoals huisgenoot met COVID-19 of koorts/benauwdheid, GGD waarschuwing bron en contact onderzoek). Drie op de tien mensen geven aan thuis te blijven bij klachten of terugkomst risicogebied; ongeveer de helft bij de andere quarantaine situaties; en acht van de tien blijft de hele tijd thuis bij een positieve testuitslag.

Belangrijkste conclusies: de plekken waar veel van de herleidbare besmettingen plaats hebben gevonden, zijn de plekken waar we een toename in sociale activiteit zagen ontstaan, een afname in afstand houden en handen wassen, en deelname van mensen met (milde) klachten die op een COVID-19 besmetting kunnen wijzen. Naast het beperken van sociale contacten, lijkt er vanuit gedragsperspectief er veel winst te behalen met bevorderen van testdeelname, en ondersteuning van isolatie en quarantaine.

Welke factoren beïnvloeden gedrag?

Er zijn een aantal factoren die gedrag kunnen beïnvloeden, die kunnen worden ingedeeld in 1. **Individuele factoren**, 2. **Sociale omgeving**, 3. **Fysieke omgeving en voorzieningen**. Het theoretisch model van waaruit de gedragsunit werk staat in het figuur hieronder. Dit model dient als kapstok voor ons werk en vullen we aan met grootschalig vragenlijst onderzoek en interview. Dit publiceren we elke 3-6 weken op de website www.rivm.nl/gedragsonderzoek. Op die website staat onder kennisintegratie het verdiepende onderzoek dat we met enige regelmaat uitvoeren. Dat verdiepend onderzoek combineert onze onderzoeksgegevens met de wetenschappelijke literatuur en ander Nederlands onderzoek. Het bevat ook opties voor overheidscommunicatie en beleid die daaruit volgen. De verdiepende memo's die er nu staan betreffen a. thuisblijven en testen bij klachten, b. afstand houden en drukte mijden, en c. quarantaine en isolatie.

