

Kennismonitor Alcohol 2024

Kennis over de gevolgen van alcoholgebruik onder volwassenen in Nederland

Dit rapport presenteert de resultaten van de Kennismonitor Alcohol 2024. De Kennismonitor Alcohol richt zich vooral op de kennis van volwassenen over persoonlijke en maatschappelijke gevolgen van alcoholgebruik. Andere onderwerpen in het onderzoek zijn bijvoorbeeld de houding ten opzichte van alcoholgebruik en de eigen-effectiviteit. Dit is het vertrouwen om succesvol te kunnen minderen of stoppen met het drinken van alcohol. Dit onderzoek is in september 2024 voor de derde keer in Nederland uitgevoerd. Hiervoor hebben 5.205 deelnemers (18 jaar en ouder) uit het I&O Research panel een online vragenlijst ingevuld.

Het verhogen van de kennis (of: bewustzijn) over de gevolgen van alcoholgebruik kan zorgen voor een negatievere houding ten opzichte van alcoholgebruik. Hierdoor kan de motivatie om te stoppen of minderen met drinken van alcohol groter worden [1]. Daarnaast kan meer kennis over alcoholische schade zorgen voor meer steun voor maatregelen die schadelijk alcoholgebruik verminderen. Daarom is het verhogen van het bewustzijn over alcoholische schade één van de doelstellingen van het Nationaal Preventieakkoord [2].

Dit rapport laat zien wat in 2024 de kennis is van deelnemers aan het onderzoek over alcoholische schade en de houding ten opzichte van alcoholgebruik. Ook wordt gekeken naar veranderingen sinds 2022. In dit rapport beschrijven we ook verschillen tussen groepen. Op die manier wordt duidelijk op welke onderwerpen en bij welke groepen aanvullende actie nodig is.

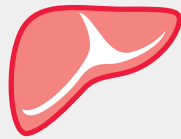
Inhoud

Kernpunten

Kennis¹

In 2024 hadden volwassenen gemiddeld 10 van de 16 kennisvragen over alcohol schade goed. Het algemene kennisniveau over alcohol schade is in 2024 hoger dan in 2022.

Risico's door overmatig alcoholgebruik op **lichamelijke ziekten**



Leveraandoeningen (**94%**)
Meest genoemd



Dementie (**45%**)
Minst genoemd

Risico's door overmatig alcoholgebruik op **mentale problemen**



Alcoholverslaving (**92%**)
Meest genoemd



Suicide (**39%**)
Minst genoemd

Ruim driekwart van de volwassenen (**77%**) zegt te weten dat het zwanger worden van de vrouw, negatief wordt beïnvloed door het alcoholgebruik van de man én de vrouw.



77%

Negen op de tien volwassenen (**91%**) bevestigt dat als kinderen hun ouders zien drinken, de kans groter is dat kinderen eerder beginnen met het drinken van alcohol.



91%

Driekwart van de volwassenen (**74%**) geeft aan dat de richtlijn van de Gezondheidsraad is: 'Drink niet of niet meer dan één glas alcohol per dag, ongeacht je geslacht'.



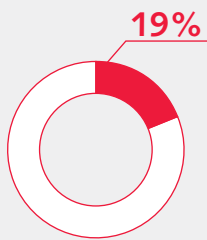
74%

1 Het gaat om passieve kennis (herkennen) en niet om actieve kennis (zelf beschrijven). Zie ook kader op pagina 3.

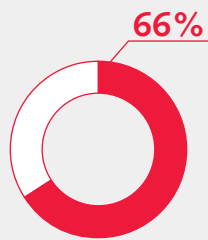


De geschatte schadelijkheid van alcoholgebruik

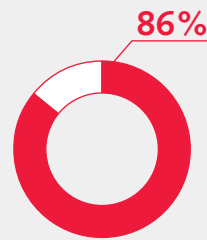
Figuur 1. Het is volgens volwassenen (erg) schadelijk om...



...af en toe meer dan één glas te drinken.



...iedere dag meer dan één glas te drinken.



...wekelijks vijf of meer glazen op één dag te drinken.

Houding, sociale norm en eigen-effectiviteit rondom alcoholgebruik

4 op de 10 volwassenen (**38%**) heeft een (erg) positieve houding tegenover alcohol.



8 op de 10 volwassenen (**81%**) denkt of weet zeker dat hun sociale omgeving (vrienden, familie en andere naasten) alcohol drinken normaal vindt.



6 op de 10 volwassenen (**63%**) heeft (erg) veel vertrouwen in zichzelf om te kunnen stoppen of minderen met alcohol drinken.



Hoe is de kennis over alcohol schade gemeten?

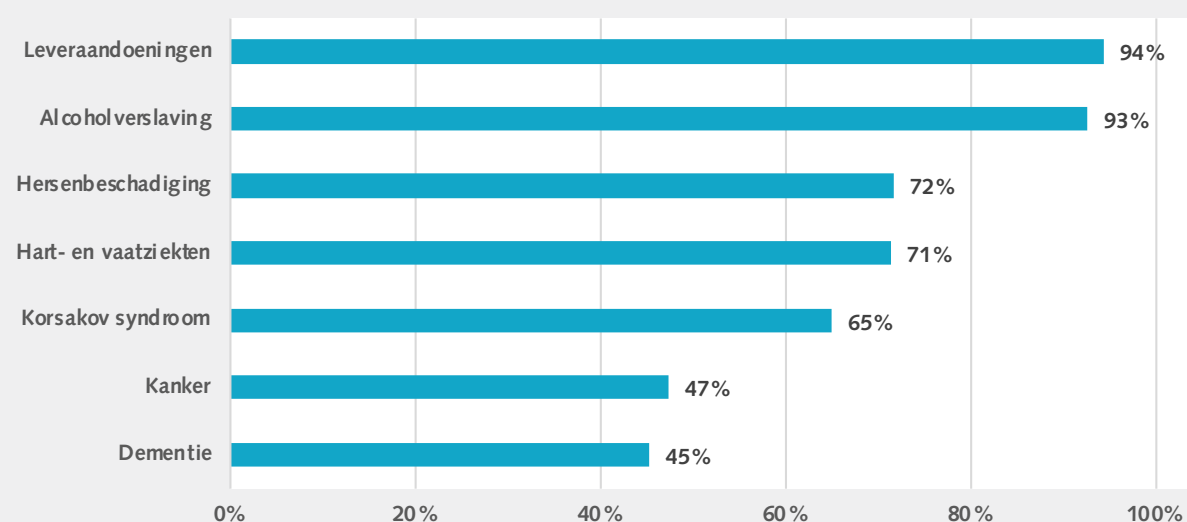
De gemeten kennis in dit onderzoek is passief. Deelnemers moesten bijvoorbeeld aangeven welke gevolgen van alcoholgebruik zij herkennen. De actieve kennis, waarbij volwassenen zelf de gevolgen van alcoholgebruik moeten benoemen, is in dit onderzoek niet meegenomen. De actieve kennis is waarschijnlijk lager dan de passieve kennis over alcohol schade. Daarnaast is er een kans dat deelnemers het goede antwoord gokken bij de kennisvragen, in plaats van daadwerkelijk het antwoord te weten.

Wat is het kennisniveau over...

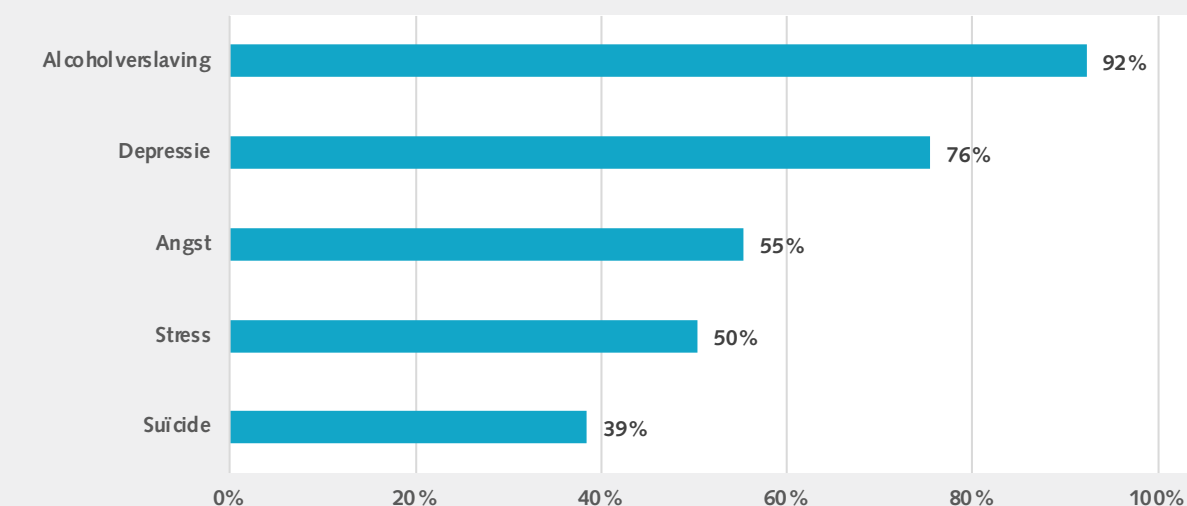
Persoonlijke gevolgen van alcoholgebruik

- Aan deelnemers is gevraagd op welke ziekten het risico groter wordt door overmatig alcoholgebruik. De risico's op leveraandoeningen (94%) en alcoholverslaving (93%) worden het meest genoemd (figuur 2). De risico's op kanker (47%) en dementie (45%) het minst. In totaal noemt 22 procent van de volwassenen **alle** risico's op lichamelijke ziekten door overmatig alcoholgebruik.
- Aan deelnemers is ook gevraagd naar het risico op mentale problemen door overmatig alcoholgebruik. De risico's op alcoholverslaving (92%) en depressie (76%) worden het meest genoemd (figuur 3). De risico's op stress (50%) en zelfdoding (39%) het minst. In totaal noemt 29 procent van de volwassenen **alle** risico's op mentale problemen door overmatig alcoholgebruik.
- Twee op de vijf volwassenen (41%) bevestigt dat het drinken van één glas alcohol per dag de kans op borstkanker vergroot.
- Meer dan drie kwart van de volwassenen (78%) geeft terecht aan dat de stelling 'Het drinken van één glas wijn per dag is goed voor je gezondheid' **niet waar** is.

Figuur 2. Lichamelijke ziekten: overmatig alcoholgebruik vergroot risico op... (%).



Figuur 3. Mentale problemen: overmatig alcoholgebruik vergroot risico op... (%).

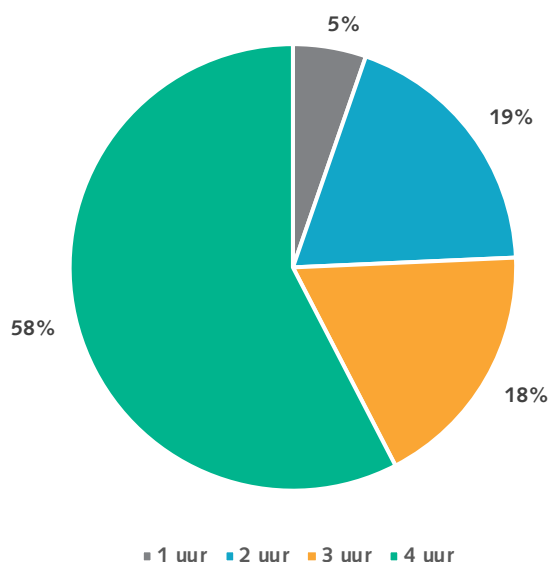


Alcoholgebruik en het opgroeiende kind

Vóór, tijdens en na de zwangerschap

- Ruim driekwart van de deelnemers (77%) geeft juist aan dat het zwanger worden van de vrouw, negatief wordt beïnvloed door het alcoholgebruik van de man én de vrouw. Volwassenen met een kinderwens weten dit vaker dan volwassenen zonder kinderwens (87% vs. 75%).
- De helft van de volwassenen (52%) beantwoordt terecht dat alcoholgebruik tijdens de zwangerschap de kans op een miskraam, huilbaby én leer- en gedragsproblemen bij het kind kan verhogen. Volwassenen met een kinderwens noemen minder vaak **alle** gevolgen van alcoholgebruik tijdens de zwangerschap dan volwassenen zonder kinderwens (49% vs. 53%).
- Driekwart van de volwassenen (76%) denkt dat een vrouw ten minste drie uur moet wachten met het geven van borstvoeding na het drinken van één glas alcohol (figuur 4). Dit is ongeveer gelijk voor volwassenen met (73%) en zonder kinderwens (76%). Van de volwassenen noemt 18 procent de richtlijn van drie uur. Een groter percentage (58%) geeft aan dat je langer moet wachten, namelijk vier uur.

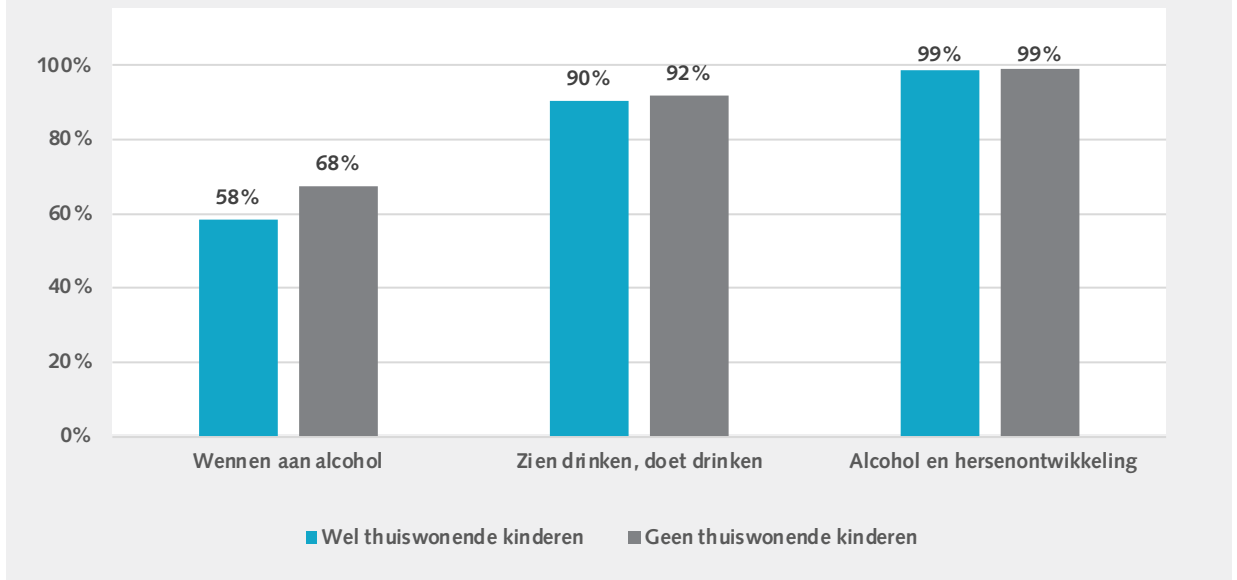
Figuur 4. Het aantal uur dat een vrouw moet wachten met het geven van borstvoeding na het drinken van één glas alcohol [tenminste 3 uur = waar] (%).



Jongeren

- Bijna twee derde van de deelnemers (65%) bevestigt dat de volgende stelling **niet waar** is: 'Als ouders hun kind thuis laten wennen aan alcohol, leert het kind hier beter mee omgaan'. Volwassenen met thuiswonende kinderen hebben dit minder vaak goed (58%) dan volwassenen zonder thuiswonende kinderen (68%) (figuur 5).
- De meeste volwassenen (91%) antwoorden goed dat als kinderen hun ouders zien drinken, de kans groter is dat kinderen eerder beginnen met drinken. Dit cijfer is vergelijkbaar voor volwassenen met (90%) en zonder (92%) thuiswonende kinderen (figuur 5).
- Vrijwel alle volwassenen (99%) beantwoorden juist dat alcoholgebruik door jongeren schadelijk is voor de hersenontwikkeling. Dit cijfer is hetzelfde voor volwassenen met en zonder thuiswonende kinderen (figuur 5).

Figuur 5. Kennis over alcoholgebruik en jongeren, naar wel of geen thuiswonende kinderen (%).



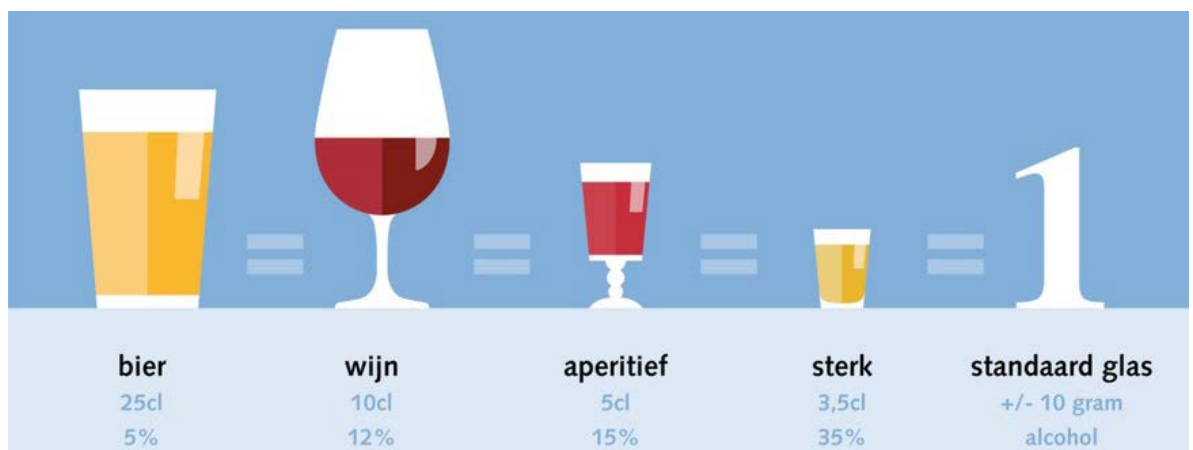
Maatschappelijke gevolgen van alcoholgebruik

- Twee derde van de deelnemers (67%) geeft juist aan dat rijden onder invloed **niet** even zwaar wordt bestraft bij beginnende en ervaren bestuurders.
- Bijna driekwart van de volwassenen (73%) zegt te weten dat bij driekwart van het uitgaansgeweld alcohol een rol speelt.
- Alcohol kost de maatschappij jaarlijks ongeveer drie miljard euro. Ruim twee op de vijf volwassenen (44%) beantwoordt juist dat dit komt door zorgkosten, onderwijskosten, kosten voor werkgevers én kosten voor politie en justitie.

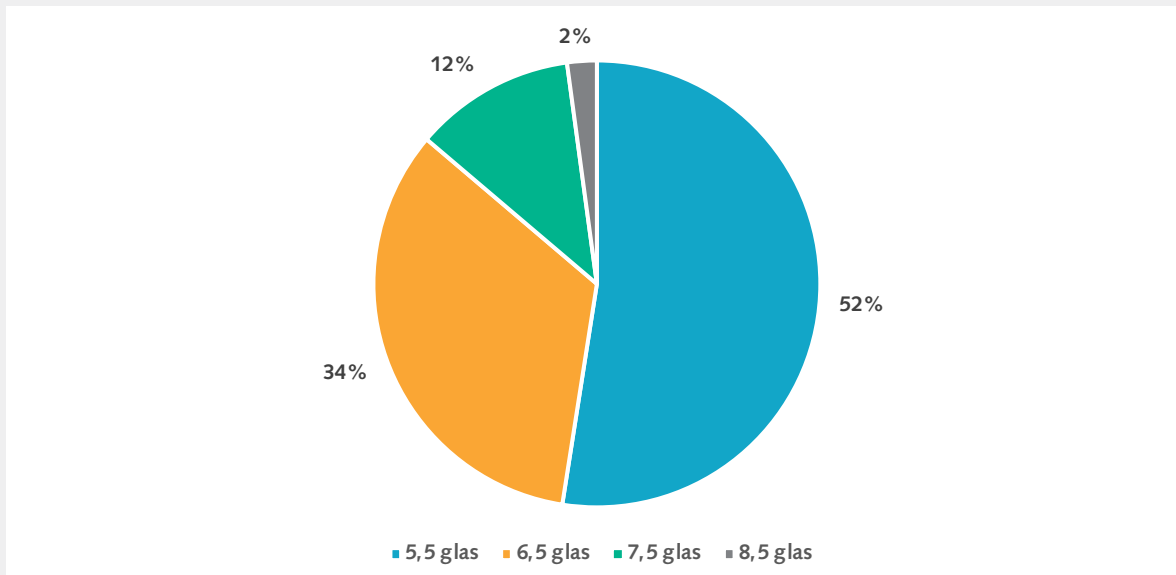
Standaardglas alcohol en richtlijn van de Gezondheidsraad

- De meerderheid van de volwassenen (90%) zegt te weten dat in een standaardglas bier **niet** meer alcohol zit dan in een standaardglas jenever (figuur 6).
- Eén op de tien volwassenen (12%) geeft juist aan dat er 7,5 standaardglazen alcohol zitten in één fles wijn (figuur 7).
- Aan deelnemers is gevraagd of ze bekend zijn met de alcoholrichtlijn van de Gezondheidsraad. Ruim de helft (55%) geeft aan hiermee bekend te zijn, van hen heeft 83 procent het ook daadwerkelijk goed.
- In totaal antwoordt 74 procent van de volwassenen terecht dat de richtlijn is 'Drink niet of niet meer dan één glas alcohol per dag, ongeacht je geslacht'.

Figuur 6. Standaardglas alcohol in Nederland.



Figuur 7. Het aantal standaard glazen alcohol in één fles wijn [7,5 glazen = waar] (%).



De kennis per groep

In de tabel in de bijlage staat het kennisniveau beschreven naar geslacht, leeftijd, opleiding² en naar type drinkers³ (tabel 2). Hieronder beschrijven we alleen de meest opvallende verschillen.

Geslacht

Van de 16 kennisvragen, zijn er bij 6 vragen geen verschillen zichtbaar tussen mannen en vrouwen. Bij 8 vragen geven vrouwen vaker het goede antwoord, bij 2 vragen mannen. Hieronder benoemen we de meest opvallende verschillen (zie verder tabel 2).

- Vrouwen benoemen vaker **alle** mentale problemen waarop het risico toeneemt door overmatig alcoholgebruik dan mannen (33% vs. 24%).
- Vrouwen beantwoorden vaker dan mannen dat het zwanger worden van de vrouw negatief wordt beïnvloed door het alcoholgebruik van de man én de vrouw (79% vs. 74%).
- Vrouwen bevestigen vaker dan mannen dat alcoholgebruik tijdens de zwangerschap de kans op een miskraam, huilbaby én leer- en gedragsproblemen bij het kind kan verhogen (56% vs. 48%).
- Mannen geven vaker juist aan dat rijden onder invloed niet even zwaar bestraft wordt voor beginnende en ervaren bestuurders dan vrouwen (70% vs. 63%).

Leeftijd

Bij 4 van de 16 vragen zijn er geen verschillen naar leeftijd zichtbaar. Bij 6 vragen geven jongvolwassenen vaker het goede antwoord dan 50-plussers, bij 3 vragen geven 50-plussers vaker het goede antwoord. Hieronder benoemen we de meest opvallende verschillen (zie verder tabel 2).

- Het percentage volwassenen dat juist aangeeft dat de stelling 'Het drinken van één glas wijn per dag is goed voor je gezondheid' **niet waar** is neemt af met de leeftijd. Zo denkt 89 procent van de 18 t/m 29-jarigen, 80 procent van de 30 t/m 49-jarigen en 73 procent van de 50-plussers dat deze stelling niet waar is.

2 Bo/vmbo: hoogste afgeronde opleidingsniveau is basisschool, lager of middelbaar voortgezet onderwijs (VMBO, LBO of MAVO) of middelbaar beroepsonderwijs (MBO) niveau 1; Mbo/havo/vwo: hoogste afgeronde opleidingsniveau is hoger voortgezet onderwijs (HAVO of VWO) of middelbaar beroepsonderwijs (MBO) niveau 2, 3 of 4; Hbo/universitair: hoogste afgeronde opleidingsniveau is hoger beroepsonderwijs (HBO) of universiteit.

3 Drinken volgens de richtlijn van de Gezondheidsraad: geen alcohol drinken of in ieder geval niet meer dan 1 glas per dag; Matig drinken: meer drinken dan het advies van de Gezondheidsraad en niet overmatig en/of zwaar drinken; Overmatig drinken: het drinken van meer dan 14 glazen (vrouwen) of 21 glazen (mannen) alcohol per week; Zwaar drinken: het minstens 1 keer per week drinken van ten minste 4 glazen (vrouwen) of 6 glazen (mannen) alcohol op een dag.

- Het percentage volwassenen dat het goede antwoord geeft op de stelling 'Als ouders hun kind thuis laten wennen aan alcohol, leert het kind hier beter mee omgaan' is het hoogst onder 50-plussers (18 t/m 29-jarigen: 51%, 30 t/m 49-jarigen: 57% en 50-plussers: 74%).
- De kennis over het aantal glazen in een fles wijn neemt ook af met de leeftijd. Zo weet 18 procent van de 18 t/m 29-jarigen, 13 procent van de 30 t/m 49-jarigen en 9 procent van de 50-plussers dat er 7,5 glas in een fles wijn zit.

Opleiding

Bij 3 van de 16 vragen zijn er geen verschillen naar opleiding zichtbaar. Bij 7 vragen is te zien dat volwassenen met een bo/vmbo opleiding het minst vaak het goede antwoord noemen en volwassenen met een hbo/universitaire opleiding het vaakst. De meest opvallende verschillen staan hieronder beschreven (zie verder tabel 2).

- De kennis over de toename van de kans op borstkanker bij het drinken van één glas alcohol per dag neemt toe naarmate het opleidingsniveau hoger wordt (bo/vmbo: 31%, havo/vwo/mbo: 40% en hbo/universiteit: 51%).
- Ook de kennis over de definitie van de richtlijn van de Gezondheidsraad neemt toe naarmate het opleidingsniveau hoger wordt (bo/vmbo: 66%, havo/vwo/mbo: 74% en hbo/universiteit: 80%).

Type drinkers

Bij 9 van de 16 kennisvragen zijn er geen verschillen naar type drinker zichtbaar. Bij 3 kennisvragen geven volwassenen die zich houden aan de richtlijn van de Gezondheidsraad het vaakst het goede antwoord. De meest opvallende verschillen staan hieronder beschreven (zie verder tabel 2).

- Volwassenen die overmatig en/of zwaar drinken (26%) en volwassenen die matig drinken (24%) benoemen vaker **alle** lichamelijke ziekten waar het risico op toeneemt door overmatig alcoholgebruik, vergeleken met volwassenen die voldoen aan de richtlijn van de Gezondheidsraad (18%).
- Het percentage volwassenen die aangeven dat de stelling 'Het drinken van één glas wijn per dag is goed voor je gezondheid' **niet waar** is neemt af naarmate volwassenen meer drinken (volwassenen die voldoen aan de richtlijn: 82%, volwassenen die matig drinken: 77% en volwassenen die overmatig en/of zwaar drinken: 65%).
- Volwassenen die voldoen aan de richtlijn (44%) en volwassenen die matig drinken (45%) beantwoorden vaker dat de maatschappelijke kosten van alcoholgebruik worden veroorzaakt door zorgkosten, onderwijskosten, kosten voor werkgevers én kosten voor politie en justitie dan volwassenen die overmatig en/of zwaar drinken (37%).

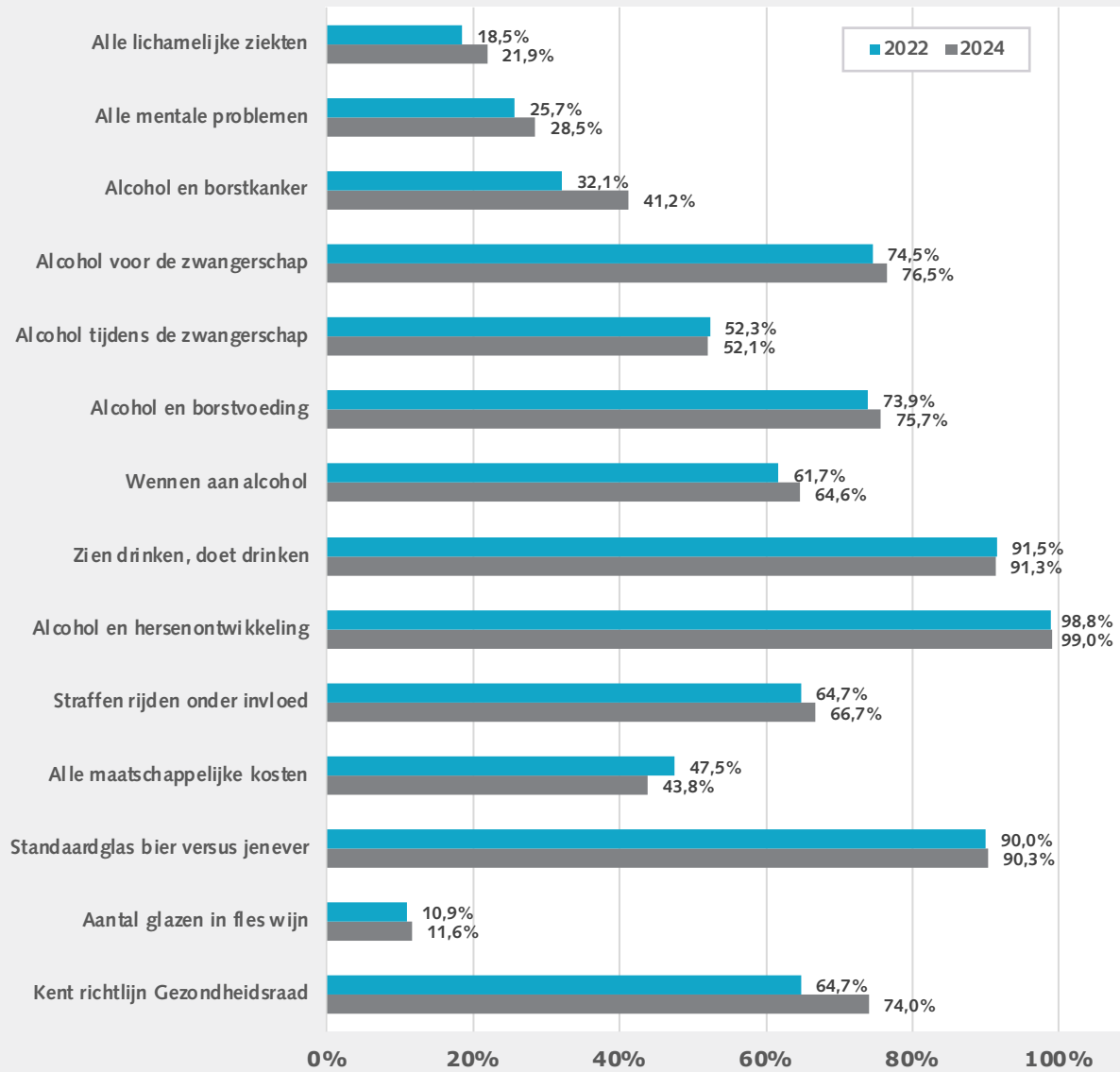
Is het kennisniveau veranderd tussen 2022 en 2024?

In totaal zijn 14 kennisvragen in de Kennismonitor Alcohol van zowel 2022 als 2024 gesteld. Bij 8 van deze 14 kennisvragen, gaven volwassenen in 2024 vaker het goede antwoord dan in 2022 (figuur 8):

- In 2022 noemde 19 procent van de deelnemers alle lichamelijke ziekten en 26 procent **alle** mentale problemen. In 2024 was dit respectievelijk 22 procent en 29 procent. Ook wist in 2022 32 procent dat het drinken van één glas alcohol per dag borstkanker kan veroorzaken. In 2024 was dit percentage hoger, namelijk 41 procent.
- Meer volwassenen beantwoorden in 2024 dat het zwanger worden van de vrouw, negatief wordt beïnvloed door het alcoholgebruik van de man én de vrouw (77% vs. 75%). Ook denken meer volwassenen dat een vrouw ten minste drie uur moet wachten met het geven van borstvoeding na het drinken van één glas alcohol (76% vs. 74%). Daarnaast antwoorden meer volwassenen dat de stelling: 'Als ouders hun kind thuis laten wennen aan alcohol, leert het kind hier beter mee omgaan' **niet waar** is (65% vs. 62%).
- In 2024 geven meer volwassenen aan dat rijden onder invloed niet even zwaar wordt bestraft bij beginnende en ervaren bestuurders dan in 2022 (67% vs. 65%).
- Daarnaast schatten meer volwassenen in 2024 goed in wat de richtlijn van de Gezondheidsraad inhoudt dan in 2022 (74% vs. 65%).

Bij 5 van de 14 kennisvragen is geen verschil zichtbaar, bij 1 vraag is in 2024 minder vaak het goede antwoord gegeven (figuur 8). Minder volwassenen in 2024 gaven namelijk aan dat de maatschappelijke kosten van alcoholgebruik worden veroorzaakt door zorgkosten, onderwijskosten, kosten voor werkgevers én kosten voor politie en justitie vergeleken met 2022 (44% vs. 48%).

Figuur 8. Goed beantwoorde kennisvragen in 2022 en 2024 (%).¹



¹ Zie bijlage 4 voor de volledige vragenlijst en de goede antwoorden.



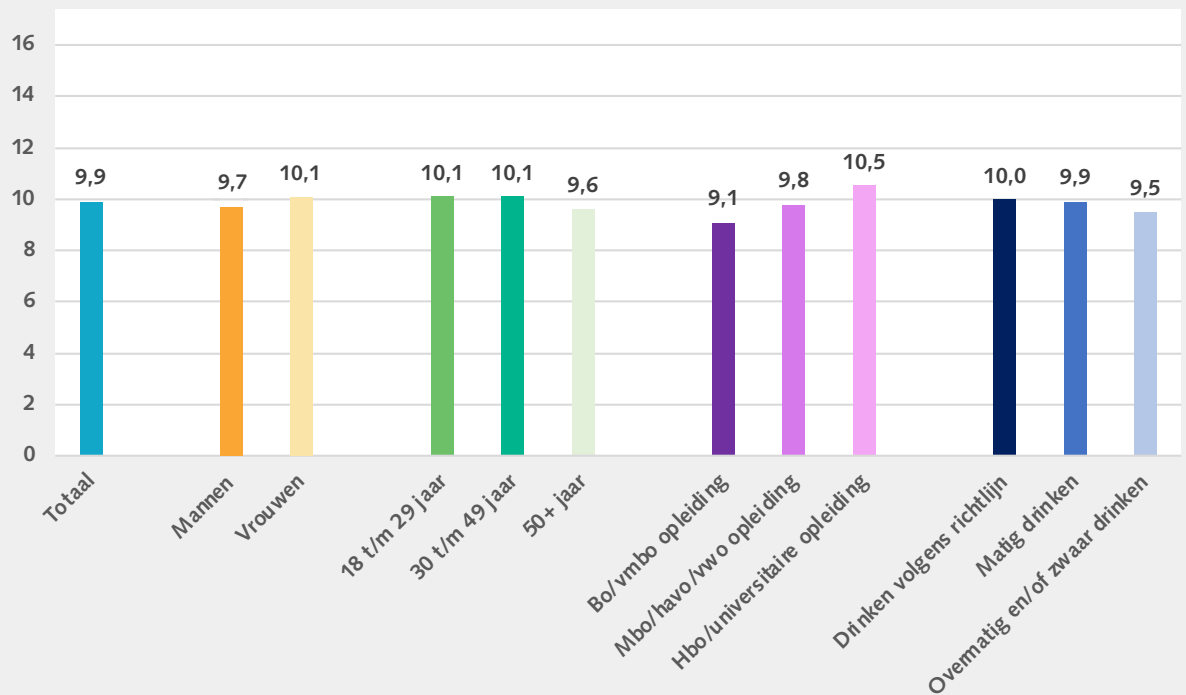
Algemene kennis over alcoholschade onder volwassenen in Nederland

Volwassenen hadden gemiddeld 9,9 van de 16 kennisvragen over alcoholschade goed beantwoord in 2024 (figuur 9).

Vergelijking van groepen

- Vrouwen hebben gemiddeld meer vragen goed beantwoord dan mannen (10,1 vs. 9,7 vragen).
- Jongvolwassenen van 18 t/m 29 jaar (10,1 vragen) en volwassenen van 30 t/m 49 jaar (10,1 vragen) hebben meer vragen goed beantwoord dan 50-plussers (9,6 vragen).
- Volwassenen met een hbo/universitaire opleiding hebben de meeste vragen goed beantwoord (10,5 vragen), gevolgd door volwassenen met een mbo/havo/vwo opleiding (9,8 vragen). Volwassenen met een bo/vmbo opleiding hebben gemiddeld de minste vragen goed beantwoord (9,1 vragen).
- Volwassenen die aan de richtlijn van de Gezondheidsraad voldoen (10 vragen) en volwassenen die matig drinken (9,9 vragen) hebben gemiddeld meer vragen goed beantwoord dan volwassenen die overmatig en/of zwaar drinken (9,5 vragen).

Figuur 9. Gemiddeld goed beantwoorde kennisvragen per groep.



Verandering tussen 2022 en 2024

De goede antwoorden op de kennisvragen kunnen voor 14 vragen vergeleken worden met 2022, twee vragen waren nieuw in 2024. Voor de 14 vragen die in 2022 én 2024 zijn gesteld, is te zien dat het gemiddeld aantal goede antwoorden is toegenomen van 8,0 in 2022 [3] naar 8,4 in 2024.

Wat betekenen de cijfers?

Het verhogen van het bewustzijn over alcohol schade bij volwassenen in Nederland is één van de doelen van het Nationaal Preventieakkoord Problematisch Alcoholgebruik [2]. Dit doel komt vanuit het idee dat het verhogen van de kennis over alcohol schade (bewustzijn) invloed kan hebben op de houding tegenover alcohol, de motivatie om te stoppen of minderen en de daadwerkelijke intentie om het alcoholgebruik te veranderen [1]. Dit kan ook tot gevolg hebben dat er meer steun is voor beleidsmaatregelen om alcoholgebruik te verminderen [4].

Alcohol en persoonlijke gevolgen

In dit onderzoek is de kennis over alcohol schade groot als het gaat over de schade voor de lever en verslaving. Op veel andere lichamelijke en mentale gevolgen voor de drinker zelf, is er minder kennis. Opvallend is dat deelnemers vaker **alle** mentale gevolgen van alcoholgebruik kunnen benoemen dan **alle** lichamelijke gevolgen. Mogelijk komt dit omdat er naar meer lichamelijke gevolgen gevraagd werd. Verder denkt één op de vijf deelnemers dat één glas wijn per dag goed is voor je gezondheid. Volgens de Wereldgezondheidsorganisatie is er echter geen 'veilige' hoeveelheid alcohol om te drinken voor de gezondheid [5].

Alcohol en kanker

Het wetenschappelijke bewijs over de relatie tussen alcohol en kanker is sterk toegenomen in de afgelopen jaren [5-8]. Ook hebben KWF Kankerbestrijding en de Maag Lever Darm Stichting in 2023 de kenniscampagne 'Op je Gezondheid' gelanceerd in het kader van de Gezonde Generatie [9]. Het is daarom een goede ontwikkeling dat in 2024 fors meer volwassenen benoemen dat overmatig alcoholgebruik het risico op kanker vergroot, vergeleken met 2022. Ook benoemen meer volwassenen in 2024 dat het drinken van één glas alcohol per dag het risico op borstkanker vergroot in vergelijking met 2022. De kennis op dit thema is dus flink toegenomen in een korte periode. Toch is er ook nog veel winst te behalen, aangezien de helft van de volwassenen nog niet weet dat alcoholgebruik het risico op kanker vergroot.

Alcoholgebruik en het opgroeiende kind

Driekwart van de deelnemers antwoordt dat alcoholgebruik van de man én vrouw *vóór* de zwangerschap een negatieve invloed op de zwangerschap kan hebben. Dit percentage is toegenomen sinds 2022. Ook antwoorden volwassenen met een kinderwens dit vaker juist dan volwassenen zonder kinderwens. Dat is positief, maar nog niet alle wensouders zijn bereikt. Verdere gerichte inzet is dus wenselijk, bijvoorbeeld van de Taskforce Alcoholvrije Start [10]. Daarnaast kan alcoholgebruik *tijdens* de zwangerschap levenslange gevolgen hebben voor het (ongeboren) kind [11-14]. Ongeveer de helft van de deelnemers herkent **alle** gevolgen uit de vraag. Dit is vergelijkbaar met 2022. Volwassenen zonder een kinderwens noemen vaker alle gevolgen dan volwassenen met een kinderwens. Dit is opvallend omdat juist voor deze laatste groep volwassenen deze kennis relevant is.

Nog altijd denkt ruim een derde van de ouders dat het beter is om pubers te 'leren drinken'. Dit zijn er iets minder dan in 2022. Het valt op dat volwassenen met thuiswonende kinderen vaker denken dat 'leren drinken' goed is dan volwassenen zonder thuiswonende kinderen. Leren drinken heeft juist een tegengesteld effect: jongeren die voor hun vijftiende jaar beginnen met het drinken van alcohol, drinken vaker buitenshuis en hebben meer kans op een alcoholverslaving in de volwassenheid [15]. Daarom is het advies aan ouders om duidelijk regels te stellen met betrekking tot het alcoholgebruik van hun kinderen, namelijk: geen alcohol tot ten minste 18 jaar (NIX18) [16].

Standaardglas alcohol en richtlijn van de Gezondheidsraad

Een standaardglas alcohol is de maat voor de grootte van een drinkglas en de verhouding tot de hoeveelheid alcohol in de drank. In Nederland bevat één standaardglas ongeveer 10 gram pure alcohol of ethanol [17].

De meeste deelnemers weten wel dat een standaardglas een vaste hoeveelheid alcohol bevat. Opvallend is dat ruim één op de tien volwassenen weet hoeveel standaardglazen wijn er in een fles zitten. Ruim de helft denkt dat het 5,5 glas is. Mogelijk schenken zij ook daadwerkelijk vollere glazen dan wat er in een standaardglas hoort. Hierdoor kunnen zij onterecht denken dat ze zich bijvoorbeeld aan het drinkadvies van de Gezondheidsraad houden (drink geen alcohol of in ieder geval niet meer dan één standaardglas alcohol per dag).

Wat is de geschatte schadelijkheid van alcoholgebruik?

Aan deelnemers is gevraagd hoe schadelijk zij denken dat het is om verschillende hoeveelheden alcohol te drinken. Van de volwassenen denkt 19 procent dat het (erg) schadelijk is om af en toe meer dan één glas alcohol te drinken. Twee derde van de volwassenen (66%) denkt dat het (erg) schadelijk is om iedere dag meer dan één glas alcohol te drinken. De meeste volwassenen (86%) denken dat het (erg) schadelijk is om wekelijks vijf of meer glazen op één dag te drinken.

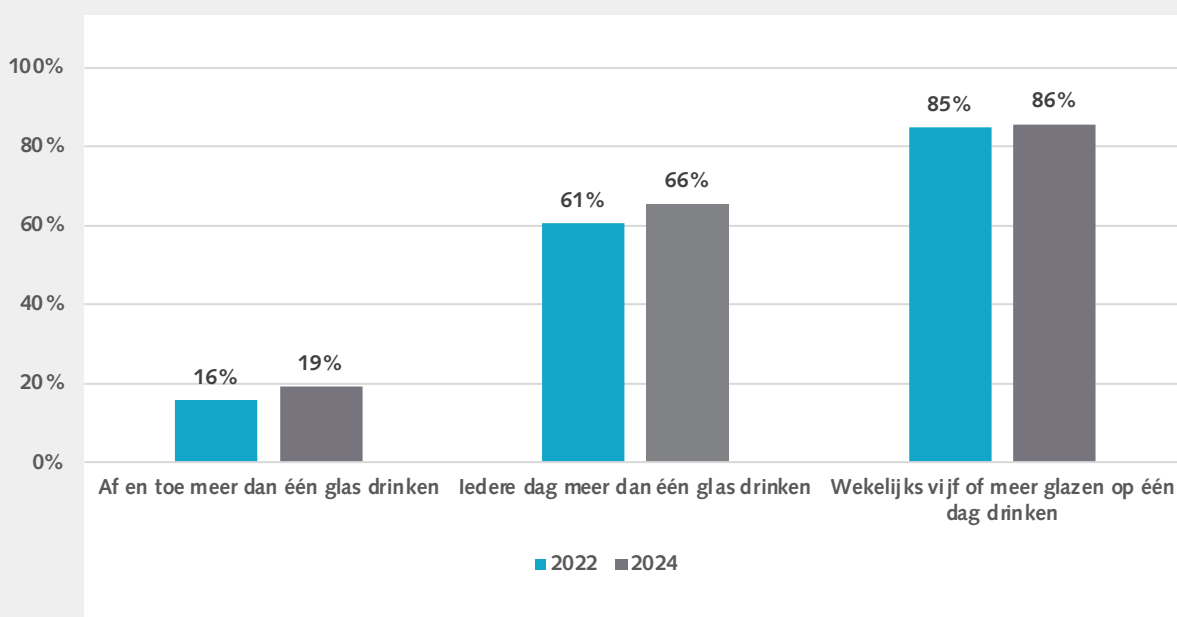
De geschatte schadelijkheid per groep

Gekeken naar verschillen tussen groepen is te zien dat vrouwen de schadelijkheid van alcohol hoger inschatten dan mannen. Naar leeftijd is dit beeld minder duidelijk: jongvolwassenen denken vaker dat het iedere dag drinken van meer dan één glas alcohol schadelijk is, 50-plussers denken dit vaker bij af en toe één glas alcohol. Daarnaast schatten volwassenen met een hbo/universitaire opleiding de schadelijkheid hoger in dan volwassenen met een bo/vmbo opleiding. Ten slotte wordt de schadelijkheid hoger ingeschat naar mate er minder gedronken wordt. Zie tabel 3 om alle verschillen tussen de groepen te bekijken.

Is de geschatte schadelijkheid van alcoholgebruik veranderd tussen 2022 en 2024?

In 2024 denken meer volwassenen dat het (erg) schadelijk is om af en toe meer dan één glas alcohol te drinken (19%) vergeleken met 2022 (16%) [3]. Ook is het percentage volwassenen dat denkt dat het (erg) schadelijk is om iedere dag meer dan één glas alcohol te drinken toegenomen van 61 procent in 2022 naar 66 procent in 2024. In 2022 en 2024 denken ongeveer evenveel volwassenen dat wekelijks vijf of meer glazen alcohol op één dag drinken schadelijk is (85% en 86%) (figuur 10).

Figuur 10. Inschatting van de schadelijkheid van alcoholgebruik 2022 en 2024 (%).



Wat betekenen de cijfers?

In 2024 schatten deelnemers de schadelijkheid van af en toe of iedere dag meer dan één glas drinken hoger dan in 2022. Voor wekelijks vijf of meer glazen op één dag drinken is geen verschil zichtbaar. Mogelijk komt dit omdat dit door de grote meerderheid al als schadelijk werd ingeschat in 2022. In dezelfde periode is ook de kennis over de schade van alcoholgebruik toegenomen. In dit onderzoek is niet gekeken naar de richting van deze relatie. Mogelijk wordt de ervaren schade van alcoholgebruik hoger ingeschat door de toegenomen kennis. Dit moet nader onderzocht worden. Ondanks de hogere inschatting van de schadelijkheid, wordt het dagelijks drinken van meer dan één glas alcohol vaak nog niet ingeschat als schadelijk. Met name overmatige en/of zware drinkers vallen op. Minder dan de helft van de volwassenen die overmatig en/of zwaar drinken denkt namelijk dat dit schadelijk is.

Wat is de houding, sociale norm en eigen-effectiviteit rondom alcoholgebruik?

Hoe wordt motivatie om te stoppen of minderen met alcoholgebruik beïnvloed?

Op basis van onderzoek weten we dat de motivatie van mensen om te stoppen of minderen met alcoholgebruik beïnvloed wordt door drie factoren:

- Hun houding ten opzichte van alcoholgebruik: zien ze het als iets positiefs dat erbij hoort, of hebben ze een negatieve houding?
- De sociale norm: vinden de mensen in hun omgeving alcohol drinken normaal of vinden ze het juist goed als iemand niet drinkt?
- De eigen-effectiviteit: in hoeverre vertrouwen mensen erop dat ze in staat zijn om te kunnen stoppen of minderen met het drinken van alcohol?

Deze drie factoren spelen dus een rol in de motivatie om te stoppen of minderen met drinken. Of iemand dit ook echt doet, hangt ook af van hoe makkelijk of moeilijk zij het vinden dit te doen. En ook maatschappelijke factoren spelen een rol [1]. Zo maken een ruime beschikbaarheid van alcohol, veel alcoholreclame en lage prijzen het lastiger om te stoppen.

Een minderheid van de deelnemers (38%) heeft een (erg) positieve houding⁴ tegenover alcohol. Ze vinden bijvoorbeeld dat af en toe dronken worden erbij hoort.

- Vrouwen, 50-plussers, volwassenen met een bo/vmbo opleiding en volwassenen die voldoen aan de richtlijn van de Gezondheidsraad hebben minder vaak een (erg) positieve houding tegenover alcohol (zie tabel 3).

Aan deelnemers is gevraagd hoe hun omgeving (vrienden, familie en andere naasten) denkt over alcohol drinken. Vier op de vijf volwassenen (81%) denkt of weet zeker dat hun omgeving het goed vindt als hij of zij zelf alcohol drinkt. Eenzelfde groep (81%) denkt of weet zeker dat hun omgeving alcohol drinken normaal vindt. Meer dan twee derde van de volwassenen (69%) denkt of weet zeker dat hun omgeving respect heeft voor mensen die geen alcohol drinken.

- 50-plussers, volwassenen met een bo/vmbo opleiding en matige drinkers rapporteren minder sociale druk rondom alcoholgebruik (zie tabel 3).

Een meerderheid van de volwassenen (63%) schat de eigen-effectiviteit⁵ om te kunnen minderen met alcohol hoog in. Ze zouden het bijvoorbeeld (heel) makkelijk vinden om een drankje te weigeren of om helemaal te stoppen met drinken.

- Vrouwen, 50-plussers, volwassenen met een bo/vmbo en een havo/vwo/mbo opleiding en volwassenen die voldoen aan de richtlijn van de Gezondheidsraad schatten hun eigen-effectiviteit hoger in (zie tabel 3).

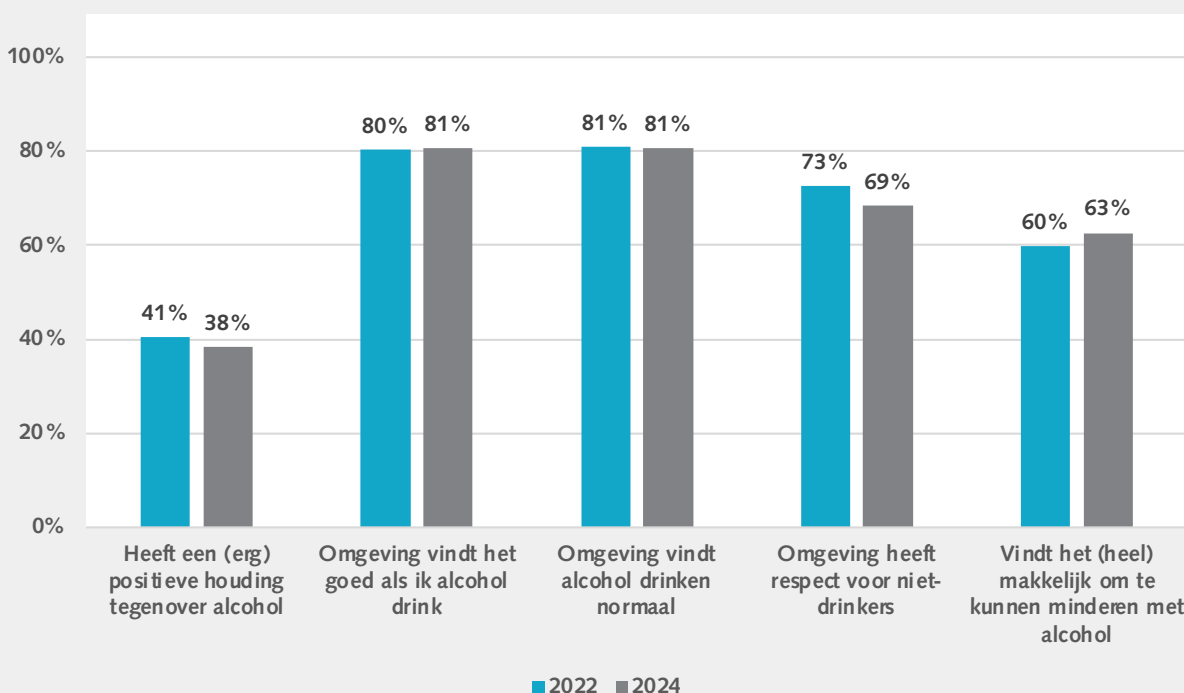
4 De variabele 'houding tegenover alcohol' is een schaal bestaande uit zes items met scores van 1 t/m 5 lopend van 'helemaal mee oneens' t/m 'helemaal mee eens' (bijvoorbeeld 'Af en toe dronken worden hoort er bij'). De variabele is gehercodeerd naar negatieve houding tegenover alcohol (gemiddelde $\leq 3,5$) en (erg) positieve houding (gemiddelde $> 3,5$).

5 De variabele 'eigen-effectiviteit' is een schaal bestaande uit vier items met scores van 1 t/m 5 lopend van 'heel moeilijk' t/m 'heel makkelijk' (bijvoorbeeld 'Een drankje weigeren als ik dat aangeboden krijg, vind ik ...'). De variabele is gehercodeerd naar lage zelf-effectiviteit (gemiddelde $\leq 3,5$) en (erg) hoge zelf-effectiviteit (gemiddelde $> 3,5$).

Is de houding, sociale norm en eigen-effectiviteit rondom alcoholgebruik veranderd tussen 2022 en 2024?

In 2024 hebben minder volwassenen (38%) een (erg) positieve houding tegenover alcohol dan in 2022 (41%) [3]. Ook schatten meer volwassenen de eigen-effectiviteit om te kunnen stoppen of minderen met alcohol hoog in vergeleken met 2022 (63% vs. 60%). Echter, in 2024 geven minder volwassenen aan te denken of te weten dat hun omgeving respect heeft voor mensen die geen alcohol drinken dan in 2022 (69% vs. 73%) (figuur 11).

Figuur 11. Houding, sociale norm en eigen-effectiviteit 2022 en 2024 (%).



Intentie om te stoppen/minderen met alcoholgebruik

Aan deelnemers die in het afgelopen jaar alcohol dronken (N = 4.318), is gevraagd of ze van plan zijn om de komende 12 maanden **geen** of **minder** alcohol te gaan drinken. Een kwart van deze volwassenen (27%) denkt of is zeker van plan om dit de komende 12 maanden te doen. Eén op de vijf volwassenen (22%) weet dit nog niet en de rest van de volwassenen denkt (35%) of weet zeker (16%) dit niet te gaan doen.

Vrouwen, 30 t/m 49-jarigen, volwassenen met een hbo/universitaire opleiding en volwassenen die overmatig en/of zwaar drinken hebben vaker de intentie om te minderen of stoppen met alcohol in de komende 12 maanden.

In 2024 geven evenveel volwassenen aan van plan te zijn om te stoppen of te minderen met alcoholgebruik vergeleken met 2022 [3] (27% vs. 25%).

Wat betekenen de cijfers?

Houding, sociale norm en eigen-effectiviteit rondom alcoholgebruik

Vier op de tien deelnemers heeft een (erg) positieve houding tegenover alcohol. Dit percentage is in 2024 lager dan in 2022. Toch zegt acht op de tien deelnemers dat het normaal is alcohol te drinken en dat anderen het ook goed vinden als zij drinken. Een kleinere groep (zeven op de tien) heeft respect voor niet-drinkers. Vergeleken met 2022, is dit percentage zelfs gedaald. Ondanks dat volwassenen dus negatiever zijn over alcoholgebruik, lijkt de sociale druk rondom alcoholgebruik onverminderd hoog. Sociale druk speelt een belangrijke rol in het beginnen met en het blijven drinken van alcohol. Ook bemoeilijkt sociale druk het doorbreken van gewoontegedrag [18]. Dit speelt zeker ook een rol in onze drinkcultuur waar alcoholgebruik sociaal geaccepteerd is. Opvallend hierbij is dat 50-plussers het minst vaak denken dat hun vrienden, familie en andere naasten respect hebben voor mensen die geen alcohol drinken. Mogelijk wordt het normaler voor jongere mensen om geen alcohol te drinken, bijvoorbeeld door het toenemende aanbod en de promotie van alcoholvrije dranken [19]. Dit zal moeten blijken uit toekomstig onderzoek. Wel valt op dat hoewel jongvolwassenen minder sociale druk rapporteren, zij ook minder vaak 'nee' kunnen zeggen tegen alcohol (58% van de 18-29-jarigen tegenover 65% van de 50-plussers). Het is onduidelijk waarom een forse groep het lastig vindt 'nee' te zeggen tegen alcohol. Mogelijk komt dit door de eerder genoemde sociale druk, maar ook gewoontegedrag of een gebrek aan motivatie kunnen een rol spelen.

Intentie tot gedragsverandering

Een kwart van de volwassenen wil stoppen of minderen met alcoholgebruik in de komende 12 maanden. Opvallend is dat overmatige en/of zware drinkers vaker van plan zijn om geen of minder alcohol te drinken dan volwassenen die matig drinken of voldoen aan het advies van de Gezondheidsraad. Tegelijkertijd voelen zij zich minder zeker om iets aan hun alcoholgebruik te doen, zoals blijkt uit hun relatief lage eigen-effectiviteit. Het verhogen van het zelfvertrouwen in het eigen kunnen bij deze groep lijkt een belangrijk aanknopingspunt voor preventie. Bijvoorbeeld door in alcoholinterventies aandacht te hebben voor de eigen-effectiviteit of voor het verhogen van vaardigheden zoals het stellen van concrete doelen en het maken van een actieplan. Ook kunnen beleidsmaatregelen ingezet worden om maatschappelijke factoren aan te pakken. Bijvoorbeeld door het verminderen van de beschikbaarheid van alcohol, het verminderen van alcoholreclame en het verhogen van de prijzen van alcohol.

Samenhang met kennis over alcoholische schade

Met aanvullende analyses is gekeken of het aantal juiste antwoorden op de 16 kennisvragen over alcoholische schade samenhangt met de houding ten opzichte van alcoholgebruik, sociale norm, eigen-effectiviteit en de intentie om te stoppen of minderen met alcoholgebruik. Hierbij is rekening gehouden met verschillen in demografische kenmerken van de deelnemers. De resultaten laten zien dat de deelnemers die meer kennisvragen goed beantwoord hebben, vaker een negatievere houding hebben ten opzichte van alcoholgebruik. Ook hebben zij vaker de intentie om te stoppen of minderen met het drinken van alcohol. Wat betreft de sociale norm is het beeld minder eenduidig. Zo rapporteren deelnemers die meer kennisvragen goed beantwoord hebben, vaker dat hun sociale omgeving alcohol drinken heel normaal vindt én dat de omgeving respect heeft voor niet-drinkers. De analyses laten geen samenhang zien tussen het aantal juiste antwoorden op de kennisvragen en het vertrouwen om het eigen alcoholgebruik te kunnen veranderen (eigen-effectiviteit).

De gevonden relaties sluiten aan bij onderzoek over factoren die gezondheidsgedrag beïnvloeden. De gedachte is dat het verhogen van de kennis over de gevolgen van alcoholgebruik kan zorgen voor een negatievere houding ten opzichte van alcoholgebruik. Dit kan de motivatie om te stoppen of minderen met het drinken van alcohol vergroten [1]. Echter, een belangrijke kanttekening bij deze bevindingen is dat in deze Kennismonitor Alcohol alles op hetzelfde moment gemeten wordt. Hierdoor kunnen geen uitspraken gedaan worden over de richting van de relaties. Daarom kunnen we op basis van dit onderzoek bijvoorbeeld niet zeggen dat meer kennis over alcoholische schade leidt tot een negatievere houding ten opzichte van alcoholgebruik. Hiervoor is ander type onderzoek nodig.

Aanbevelingen

Vergeleken met 2022 is het kennisniveau over alcohol schade op een aantal punten toegenomen in 2024. Met name de kennis over de relatie tussen alcohol en kanker is gestegen. Ook de geschatte schadelijkheid van alcoholgebruik is toegenomen, terwijl de positieve houding ten opzichte van alcoholgebruik gedaald is. Het lijkt er daarom op dat er goede stappen gezet worden om het bewustzijn van alcohol schade te vergroten. Toch zijn we er nog niet en is het van belang hier de komende jaren op in te blijven zetten.

Bijvoorbeeld door:

- **Alcohol etikettering.** Dit gaat over het verplicht vermelden van gezondheidsinformatie en -waarschuwingen over de risico's van alcoholgebruik, zoals de relatie tussen alcohol en kanker op verpakkingen van alcoholhoudende dranken. Dit kan het bewustzijn over alcohol schade vergroten. Ook kan dit de intentie om minder alcohol te drinken vergroten, ook bij overmatige en/of zware drinkers [20-24]. Daarnaast is het vermelden van het aantal standaardglazen in een fles wijn of flesje bier wenselijk. Dit kan mensen helpen een goede inschatting van hun alcoholgebruik te maken.
- **Algemene voorlichting om mensen te informeren over de schadelijke gevolgen van alcoholgebruik.** Bijvoorbeeld met versterking en continuering van campagnes zoals 'Op je Gezondheid: Alcohol vergroot de kans op zeven kankersoorten'. Dit kan ook gebruikt worden om de wetgeving te ondersteunen zoals bij de NIX18-campagne ('Geen alcohol onder de 18 jaar').
- **Gerichte voorlichting.** Voor sommige specifieke doelgroepen is meer voorlichting over de risico's van alcoholgebruik wenselijk. Bijvoorbeeld bij volwassenen met een kinderwens of vrouwen die in verwachting zijn. (Geboorte)zorgprofessionals kunnen een belangrijke rol spelen in het signaleren en bespreekbaar maken van alcoholgebruik rondom de zwangerschap, waarbij zij de nulnorm van de Gezondheidsraad als hulpmiddel kunnen gebruiken [17].

Hoe is de Kennismonitor Alcohol in 2024 uitgevoerd?

Dataverzameling

Ipsos I&O heeft in opdracht van het Trimbos-instituut de dataverzameling van de Kennismonitor Alcohol 2024 uitgevoerd. In de eerste week van september 2024 werd een online vragenlijst uitgezet bij een panel van volwassenen (18 jaar en ouder). Bij het werven van de deelnemers is gestreefd naar een representatieve verdeling van geslacht, leeftijd, opleidingsniveau en regio. De vragenlijst is ingevuld door 5.222 volwassenen (47% respons). Het invullen van de online vragenlijst duurde gemiddeld 8 minuten. Uiteindelijk zijn er nog 17 vragenlijsten verwijderd vanwege het te snel of niet serieus invullen van de vragenlijst. In totaal zijn er 5.205 vragenlijsten meegenomen in de data-analyse.

Na de vragenlijst konden deelnemers de juiste antwoorden van de kennisvragen en meer informatie vinden op een aparte website. Deze website is door 500 unieke bezoekers bezocht (gemiddelde duur van het bezoek was 1 minuut en 42 seconde).

Beschrijving en representativiteit van de steekproef

De dataset is gewogen naar geslacht, leeftijd, opleiding en stedelijkheid. De steekproef representeerde de landelijke volwassen bevolking na weging goed op deze kenmerken (tabel 1). Vergeleken met de Gezondheidsenquête/Leefstijlmonitor 2023 [25] zijn er in de steekproef van de Kennismonitor Alcohol 2024 evenveel volwassenen die voldoen aan de richtlijn van de Gezondheidsraad (44%), overmatig (7%) of zwaar drinken (8%).

De steekproef is op demografische kenmerken en voor alcoholgebruik representatief voor de algemene bevolking. Toch is onduidelijk in hoeverre dit ook geldt voor andere, niet meetbare, kenmerken. Het kan bijvoorbeeld zijn dat juist mensen met interesse voor het thema hebben deelgenomen. Omdat het een panelonderzoek is, is er mogelijk sprake van een groep mensen met een grotere betrokkenheid bij maatschappelijke thema's.

Analyses

Vanwege het kleine aantal deelnemers dat bij de vraag over geslacht 'anders' heeft aangegeven, is deze groep niet meegenomen in de analyses naar geslacht. Alle gerapporteerde verschillen in dit rapport zijn statistisch getoetst door middel van univariate logistische regressieanalyses. Genoemde verschillen tussen groepen zijn significant ($p < .01$), tenzij anders vermeld. Het significantieniveau van $p < .01$ is gekozen vanwege het aantal uitgevoerde toetsen.

Wat bedoelen we met 'significant'?

In dit rapport wordt een verschil tussen twee groepen beschreven als het in dit onderzoek statistisch significant is ($p < .01$). Het is dan heel waarschijnlijk dat deze groepen echt van elkaar verschillen. De kans dat het verschil per toeval is gevonden, is dan namelijk kleiner dan 1 procent. Soms zijn er in dit rapport verschillen tussen groepen te zien die statistisch niet significant zijn. Deze verschillen kunnen op basis van toeval in de deelnemers van dit onderzoek zijn ontstaan. Omdat we dus niet weten of deze verschillen daadwerkelijk bestaan, moeten deze verschillen met voorzichtigheid geïnterpreteerd worden.

Veranderingen over tijd

De Kennismonitor Alcohol is drie keer uitgevoerd: in 2020 [26], 2022 [3] en 2024. Gezien de grote overeenkomsten in de vragenlijsten van 2024 en 2022 was het mogelijk om voor 14 kennisvragen veranderingen over tijd te bekijken.

Tabel 1. Steekproefkenmerken in ongewogen aantallen en gewogen percentages (N = 5.205).

	N	%
Geslacht		
Man	2.501	49,3
Vrouw	2.677	50,7
Anders	27	0,6
Leeftijd		
18-29 jaar	827	19,0
30-49 jaar	1.400	30,3
50+ jaar	2.978	50,6
Opleiding^a		
Bo/vmbo	954	27,9
Mbo/havo/vwo	2.048	36,2
Hbo/universiteit	2.201	35,9
Stedelijkheid^b		
Platteland	2.401	49,4
Stad	2.799	50,6
Type drinkers^c		
Drinken volgens richtlijn	2.268	43,9
Matig drinken	2.401	45,5
Overmatig en/of zwaar drinken	535	10,6
Kinderwens/zwanger		
Nee	4.435	83,3
Ja	770	16,7
Thuiswonende kinderen		
Nee	3.720	68,9
Ja	1.459	31,1

- a Bo/vmbo: hoogste afgeronde opleidingsniveau is basisschool, lager of middelbaar voortgezet onderwijs (VMBO, LBO of MAVO) of middelbaar beroepsonderwijs (MBO) niveau 1; Mbo/havo/vwo: hoogste afgeronde opleidingsniveau is hoger voortgezet onderwijs (HAVO of VWO) of middelbaar beroepsonderwijs (MBO) niveau 2, 3 of 4; Hbo/universiteit: hoogste afgeronde opleidingsniveau is hoger beroepsonderwijs (HBO) of universiteit.
- b Platteland: urbanisatiegraad van de woonplaats is (zeer) laag of matig; Stad: urbanisatiegraad van de woonplaats is (zeer) hoog.
- c Drinken volgens de richtlijn van de Gezondheidsraad: geen alcohol drinken of in ieder geval niet meer dan 1 glas per dag; Matig drinken: meer drinken dan het advies van de Gezondheidsraad en niet overmatig en/of zwaar drinken; Overmatig drinken: het drinken van meer dan 14 glazen (vrouwen) of 21 glazen (mannen) alcohol per week; Zwaar drinken: het minstens 1 keer per week drinken van ten minste 4 glazen (vrouwen) of 6 glazen (mannen) alcohol op een dag.

Tabel 2. Kennisniveau¹ van volwassenen naar geslacht², leeftijd², opleidingsniveau² en type drinker² (%).

	Totaal	Geslacht		Leeftijd			Opleiding			Type drinker		
		Man	Vrouw	18-29 jaar	30-49 jaar	50+ jaar	Bo/ vmbo	Mbo/ havo/ vwo	Hbo/ universiteit	Drinken volgens richtlijn	Matig drinken	Overmatig en/of zwaar drinken
Persoonlijke gevolgen van alcoholgebruik												
Alle lichamelijke ziekten	21,9	21,6	22,2	21,5 ^{ab}	26,6 ^b	19,2 ^a	13,4 ^a	20,5 ^b	29,9 ^c	18,4 ^b	24,3 ^a	26,2 ^a
Alle mentale problemen	28,5	23,8 ^a	32,9 ^b	41,5 ^a	36,7 ^a	18,7 ^b	17,2 ^a	27,6 ^b	38,2 ^c	27,8	29,4	27,7
Alcohol en borstkanker	41,2	39,3	42,9	47,2 ^a	43,7 ^a	37,4 ^b	30,8 ^a	39,7 ^b	50,8 ^c	41,1	41,0	42,4
Glas wijn per dag	78,0	74,4 ^a	81,3 ^b	88,9 ^a	79,1 ^b	73,3 ^c	68,5 ^a	76,5 ^b	86,9 ^c	82,1 ^a	77,1 ^b	65,4 ^c
Alcoholgebruik en het opgroeiende kind												
Alcohol voor de zwangerschap	76,5	73,6 ^a	79,4 ^b	83,3 ^a	84,5 ^a	69,2 ^b	65,6 ^a	77,1 ^b	84,5 ^c	74,6 ^a	78,3 ^b	77,4 ^{ab}
Alcohol tijdens de zwangerschap	52,1	47,7 ^a	56,4 ^b	44,4 ^b	53,6 ^a	54,0 ^a	51,9	52,9	51,4	52,5	51,9	51,1
Alcohol en borstvoeding	75,7	72,2 ^a	79,1 ^b	75,2	74,3	76,8	77,8	75,6	74,2	81,1 ^a	73,2 ^b	64,8 ^c
Wennen aan alcohol	64,6	64,4	64,9	51,3 ^a	56,6 ^a	74,4 ^b	69,2 ^b	62,8 ^a	62,8 ^a	68,8 ^b	61,9 ^a	59,0 ^a
Zien drinken, doet drinken	91,3	91,3	91,4	91,3	90,6	91,7	88,7 ^a	90,2 ^a	94,4 ^b	92,2	90,8	89,5
Alcohol en hersenontwikkeling	99,0	98,5 ^a	99,5 ^b	99,6 ^a	98,2 ^b	99,3 ^a	98,7	98,9	99,4	99,3	99,0	98,1
Maatschappelijke gevolgen van alcoholgebruik												
Straffen rijden onder invloed	66,7	70,4 ^a	63,2 ^b	72,7 ^a	72,2 ^a	61,1 ^b	61,0 ^b	69,6 ^a	68,1 ^a	65,2	68,1	66,6
Alcohol en uitgaansgeweld	72,6	70,2 ^a	74,9 ^b	73,9	74,3	71,1	66,1 ^a	72,6 ^b	77,7 ^c	73,8	72,3	69,3
Alle maatschappelijke kosten	43,8	45,5	42,3	40,6 ^a	41,1 ^a	46,7 ^b	40,6 ^a	42,6 ^a	47,5 ^b	44,3 ^a	44,9 ^a	37,3 ^b
Richtlijn Gezondheidsraad en definities drinkpatronen												
Standaardglas bier vs. jenever	90,3	89,9	90,7	91,2	91,2	89,4	86,5 ^b	91,8 ^a	91,7 ^a	88,7 ^a	91,5 ^b	91,8 ^{ab}
Aantal glazen in fles wijn	11,6	13,6 ^a	9,6 ^b	17,5 ^a	12,7 ^b	8,8 ^c	9,6 ^a	11,2 ^{ab}	13,7 ^b	11,6	11,9	10,5
Kent richtlijn Gezondheidsraad	74,0	71,8 ^a	76,2 ^b	74,8 ^{ab}	76,9 ^b	71,9 ^a	66,3 ^a	73,8 ^b	80,0 ^c	74,1	74,9	69,4

- 1 Aan deelnemers zijn een aantal stellingen voorgelegd, waarbij ze moesten zeggen of de stelling waar of niet waar is. In deze tabel worden de percentages volwassenen weergegeven die het juiste antwoord hebben gegeven. Zie bijlage 4 voor de volledige vragenlijst en goede antwoorden.
- 2 Verschillende letters betekenen dat verschillen tussen groepen (bijv. leeftijd, opleidingsniveau of type drinker) significant zijn ($p < .01$). Bijvoorbeeld bij de stelling 'Als ouders hun kind thuis laten wennen aan alcohol, leert het kind hier beter mee omgaan' verschillen volwassenen met een hbo/universitaire opleiding a en volwassenen met een mbo/havo/vwo opleiding a van volwassenen met een bo/vmbo opleiding b, maar niet van elkaar. Als er geen verschillen tussen de drie groepen zijn, staat er geen superscript.

Tabel 3. Geschatte schadelijkheid, houding, sociale norm, eigen-effectiviteit en intentie om te stoppen/minderen met drinken van volwassenen naar geslacht¹, leeftijd¹, opleidingsniveau¹ en type drinker¹ (%).

	Totaal	Geslacht		Leeftijd			Opleiding			Type drinker		
		Man	Vrouw	18-29 jaar	30-49 jaar	50+ jaar	Bo/vmbo	Mbo/havo/vwo	Hbo/universiteit	Drinken volgens richtlijn	Matig drinken	Overmatig en/of zwaar drinken
Vindt het (erg) schadelijk om ...												
..af en toe meer dan één glas te drinken	19,3	15,8 ^a	22,5 ^b	16,3 ^a	17,3 ^a	21,6 ^b	20,6	18,7	18,9	27,6 ^b	12,5 ^a	14,2 ^a
..iedere dag meer dan één glas te drinken	65,5	57,6 ^a	72,9 ^b	74,7 ^a	69,5 ^a	59,6 ^b	56,5 ^a	64,0 ^b	73,9 ^c	75,7 ^a	60,5 ^b	44,6 ^c
..wekelijks vijf of meer glazen op één dag te drinken	85,7	81,6 ^a	89,6 ^b	87,3	85,1	85,4	82,7 ^a	86,1 ^{ab}	87,7 ^b	91,6 ^a	84,1 ^b	67,9 ^c
Houding												
Heeft een (erg) positieve houding tegenover alcohol [schaal ²]	38,3	46,7 ^a	30,5 ^b	48,9 ^a	47,4 ^a	29,0 ^b	33,7 ^b	39,5 ^a	40,7 ^a	19,1 ^a	49,7 ^b	69,0 ^c
Sociale norm³												
Omgeving vindt het goed als ik alcohol drink	80,7	81,1	80,5	81,2 ^{ab}	84,4 ^b	78,2 ^a	74,5 ^b	81,6 ^a	84,5 ^a	71,9 ^a	89,3 ^b	80,0 ^c
Omgeving vindt alcohol drinken normaal	80,5	81,9	79,4	83,9 ^a	85,8 ^a	76,1 ^b	72,5 ^a	79,4 ^b	88,0 ^c	72,6 ^b	86,8 ^a	86,4 ^a
Omgeving heeft respect voor niet-drinkers	68,5	68,9	67,9	75,2 ^a	72,1 ^a	63,8 ^b	59,5 ^a	69,9 ^b	74,1 ^c	69,2	68,7	64,8
Eigen-effectiviteit												
Vindt het (heel) makkelijk om te kunnen minderen met alcohol [schaal ⁴]	62,6	54,4 ^a	70,4 ^b	58,4 ^a	61,2 ^{ab}	65,1 ^b	67,6 ^a	65,8 ^a	55,5 ^b	87,7 ^a	48,2 ^b	21,0 ^c
Intentie												
Heeft de intentie om te stoppen/minderen met drinken in de komende 12 maanden	26,7	23,8 ^a	29,7 ^b	27,1 ^{ab}	30,6 ^b	24,1 ^a	22,6 ^a	25,6 ^a	30,5 ^b	31,7 ^a	21,4 ^b	37,0 ^a

- 1 Verschillende letters betekenen dat verschillen tussen groepen (bijv. leeftijd of opleidingsniveau) significant zijn ($p < .01$). Bijvoorbeeld bij de stelling over eigen-effectiviteit verschillen volwassenen met een bo/vmbo opleiding^a en volwassenen met een mbo/havo/vwo opleiding^a van volwassenen met een hbo/universitaire opleiding^b, maar niet van elkaar. Als er geen verschillen tussen de drie groepen zijn, staat er geen superscript.
- 2 Schaalscore is berekend op basis van zes stellingen, met elk een score van 1 (helemaal mee oneens) tot 5 (helemaal eens). Een gemiddelde is berekend en een afkapwaarde van 3.5 is aangehouden om het verschil tussen (erg) positief (1) vs. niet (erg) positief (0) te maken.
- 3 Omgeving betekent vrienden, familie en andere naasten.
- 4 Schaalscore is berekend op basis van vier stellingen, met elk een score van 1 (helemaal mee oneens) tot 5 (helemaal eens). Een gemiddelde is berekend en een afkapwaarde van 3.5 is aangehouden om het verschil tussen (heel) makkelijk (1) vs. niet (heel) makkelijk (0) te maken.

Bijlage 4. Kennisvragen en goede antwoorden Kennismonitor 2024.

De goede antwoorden zijn dikgedrukt.

1. **Op welke ziekten wordt het risico groter door overmatig alcoholgebruik?**
 - Aambeien
 - **Alcoholverslaving**
 - **Dementie**
 - **Hart- en vaatziekten**
 - **Hersenbeschadiging**
 - **Kanker**
 - **Korsakov syndroom**
 - **Leveraandoeningen**
 - Weet ik niet
 - Geen van bovenstaande
2. **Op welke mentale problemen wordt het risico groter door overmatig alcoholgebruik?**
 - **Alcoholverslaving**
 - **Angst**
 - **Depressie**
 - **Stress**
 - **Zelfdoding**
 - Weet ik niet
 - Geen van bovenstaande
3. **Waar of niet waar: Het drinken van 1 glas alcohol per dag verhoogt de kans op borstkanker.**
 - **Waar**
 - Niet waar
4. **Waar of niet waar: Het drinken van 1 glas wijn per dag is goed voor je gezondheid.**
 - Waar
 - **Niet waar**
5. **Het zwanger worden van de vrouw wordt beïnvloed door het alcoholgebruik van de:**
 - Man
 - Vrouw
 - **Man en vrouw**
 - Geen van beide
6. **Welke gevolgen kan alcoholgebruik tijdens de zwangerschap hebben?**
 - Het verhoogt de kans op een miskraam
 - Het verhoogt de kans op een huilbaby
 - Het verhoogt de kans op leer- en gedragsproblemen bij het kind
 - **Alle bovenstaande antwoorden zijn juist**
7. **Hoeveel uur moet je als vrouw tenminste wachten met het geven van borstvoeding ná het drinken van 1 glas alcohol?**
 - 1 uur
 - 2 uur
 - **3 uur**
 - 4 uur
8. **Waar of niet waar: Als ouders hun kind thuis laten wennen aan alcohol, leert het kind hier beter mee omgaan.**
 - Waar
 - **Niet waar**
9. **Waar of niet waar: Als kinderen hun ouders zien drinken, is de kans groter dat kinderen eerder beginnen met het drinken van alcohol.**
 - **Waar**
 - Niet waar
10. **Waar of niet waar: Alcoholgebruik door jongeren is schadelijk voor de hersenontwikkeling.**
 - **Waar**
 - Niet waar

11. **Waar of niet waar: Rijden onder invloed wordt even zwaar bestraft voor beginnende en ervaren bestuurders.**
- Waar
 - **Niet waar**
12. **Bij hoeveel procent van het uitgaansgeweld speelt alcohol een rol?**
- 25%
 - 50%
 - **75%**
13. **Alcohol kost de maatschappij jaarlijks zo'n 3 miljard euro. Dit komt door:**
- Zorgkosten
 - Onderwijskosten
 - Kosten voor werkgevers
 - Kosten voor politie en justitie
 - **Alle bovenstaande kosten**
14. **Waar of niet waar: In een standaardglas bier zit meer alcohol dan in een standaardglas jenever.**
- Waar
 - **Niet waar**
15. **Hoeveel standaardglazen alcohol zitten er in één fles wijn?**
- 5,5 glas
 - 6,5 glas
 - **7,5 glas**
 - 8,5 glas
16. **Wat is volgens u het gezondheidsadvies over het drinken van alcohol?**
- Weet ik niet
 - **0 of maximaal 1 glas per dag**
 - Maximaal 2 glazen per dag
 - Maximaal 3 glazen per dag
 - Maximaal 4 glazen per dag
 - Maximaal 5 glazen per dag
 - Meer dan 5 glazen per dag

Referenties

1. De Vries, H. (2017). Psychol Behav Sci Int J An Integrated Approach for Understanding Health Behavior; The I-Change Model as an Example. *Psychology and Behavioral Science International Journal*, 2(2), 555-585. <https://doi.org/10.19080/PBSIJ.2017.02.555585>
2. Rijksoverheid (2018). *Nationaal Preventieakkoord. Naar een gezonder Nederland*. Geraadpleegd op 22 oktober 2024, van <https://www.rijksoverheid.nl/documenten/convenanten/2018/11/23/nationaal-preventieakkoord>. Den Haag: Rijksoverheid.
3. Rombouts, M., Tuithof, M., & Voogt, C. V. (2022). *Kennismonitor Alcohol 2022*. Geraadpleegd op 22 oktober 2024, van <https://www.trimbos.nl/aanbod/webwinkel/af2024-kennismonitor-alcohol-2022/>. Utrecht: Trimbos-instituut.
4. Anderson, P., & Baumberg, B. (2006). *Alcohol in Europe. A public health perspective*. Geraadpleegd op 11 november, van https://ec.europa.eu/health/archive/ph_determinants/life_style/alcohol/documents/alcohol_europe_en.pdf. European Commission: Brussel.
5. Anderson, B. O., Berdzuli, N., Ilbawi, A., Kestel, D., Kluge, H. P., Krech, R., Mikkelsen, B., Neufeld, M., Poznyak, V., Rekke, D., Slama, S., Tello, J., & Ferreira-Borges, C. (2023). Health and cancer risks associated with low levels of alcohol consumption. *The Lancet Public Health*, 8(1), e6-e7. [https://doi.org/10.1016/S2468-2667\(22\)00317-6](https://doi.org/10.1016/S2468-2667(22)00317-6)
6. Ugai, T., Sasamoto, N., Lee, H. Y., Ando, M., Song, M., Tamimi, R. M., Kawachi, I., Campbell, P. T., Giovannucci, E. L., Weiderpass, E., Rebbeck, T. R., & Ogino, S. (2022). Is early-onset cancer an emerging global epidemic? Current evidence and future implications. *Nature Reviews Clinical Oncology*, 19(10), 656-673. <https://doi.org/10.1038/S41571-022-00672-8>
7. Integraal Kankercentrum Nederland. (2022). *Trendrapport 'Kanker in Nederland - trends & prognoses tot en met 2032'*. Geraadpleegd op 22 oktober 2024, van <https://iknl.nl/kanker-in-2032>. Utrecht: Integraal Kankercentrum Nederland.
8. European Commission. (2021). *Europe's Beating Cancer Plan*. Geraadpleegd op 22 oktober 2024, van https://health.ec.europa.eu/system/files/2022-02/eu_cancer-plan_en_0.pdf. Brussel: European Commission.
9. De Gezonde Generatie. (n.d.). *Op je gezondheid?* Geraadpleegd op 22 oktober 2024, van <https://www.gezondegeneratie.nl/alcohol/>
10. Taskforce Alcoholvrije Start. (n.d.). *Een alcoholvrije start voor elk kind*. Geraadpleegd op 27 november 2024, van <https://www.trimbos.nl/aanbod/programmas/alcoholvrijestart/>
11. Caputo, C., Wood, E., & Jabbour, L. (2016). Impact of fetal alcohol exposure on body systems: a systematic review. *Birth Defects Research Part C: Embryo Today: Reviews*, 108(2), 174-180. <https://doi.org/10.1002/BDRC.21129>
12. Subramoney, S., Eastman, E., Adnams, C., Stein, D. J., & Donald, K. A. (2018). The early developmental outcomes of prenatal alcohol exposure: A review. *Frontiers in neurology*, 9, 1108. <https://doi.org/10.3389/FNEUR.2018.01108>
13. Easey, K. E., Dyer, M. L., Timpson, N. J., & Munafo, M. R. (2019). Prenatal alcohol exposure and offspring mental health: A systematic review. *Drug and alcohol dependence*, 197, 344-353. <https://doi.org/10.1016/J.DRUGALCDEP.2019.01.007>
14. Sartorius, D., Smit, K., & Voogt, C. (2022). Alcoholgebruik en zwangerschap: prevalentie, risico's en beweegredenen. *TSG-Tijdschrift voor gezondheidswetenschappen*, 100(2), 85-88. <https://doi.org/10.1007/S12508-022-00336-Z>
15. National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism. (2021). *Parenting to prevent childhood alcohol use*. Geraadpleegd op 22 oktober 2024, van https://www.niaaa.nih.gov/sites/default/files/publications/Parenting_To_Prevent_Childhood_Alcohol_Use_1.pdf. Bethesda, MD: National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism.
16. HELDERopvoeden. (n.d.). *Opvoedtips voor ouders met pubers*. Geraadpleegd op 2 december 2024, van <https://www.helderopvoeden.nl/opvoeden/opvoedtips-voor-ouders-met-pubers>. Utrecht: Trimbos-instituut.
17. Gezondheidsraad. (2015). *Richtlijnen goede voeding 2015*. Geraadpleegd op 22 oktober 2024, van <https://www.gezondheidsraad.nl/documenten/adviezen/2015/11/04/richtlijnen-goede-voeding-2015>. Den Haag: Gezondheidsraad.



Colofon

Trimbos-instituut
Postbus 725
3500 AS Utrecht
T 030 297 11 00

Auteurs

Kris Oostenbach
Marlous Tuihof
Carmen Voogt

Vormgeving en productie
The Creative Hub | Canon

Beeld

Gettyimages.nl
Personen afgebeeld in deze uitgave zijn modellen en hebben geen relatie tot het onderwerp van deze uitgave of ieder onderwerp binnen het onderzoeksdomein van het Trimbos-instituut.

De uitgave is te downloaden via
www.trimbos.nl/webwinkel.
Artikelnummer TRI65-037.

© 2025, Trimbos-instituut, Utrecht.
Tekst uit deze publicatie mag worden overgenomen op voorwaarde van bronvermelding. Deze uitgave mag worden vervaelvoudigd voor eigen of intern gebruik.

18. Morris, H., Larsen, J., Catterall, E., Moss, A. C., & Dombrowski, S. U. (2020). Peer pressure and alcohol consumption in adults living in the UK: a systematic qualitative review. *BMC public health*, 20(1), 1-13. <https://doi.org/10.1186/S12889-020-09060-2/FIGURES/2>
19. De Wit, G.A., Everaars, B., Bilderbeek, B., Visscher, K., Hendriks, R., & Voogt, C. (2021). *Reclame voor en gebruik van alcoholvrije dranken*. Geraadpleegd op 22 oktober 2024, van <https://www.rivm.nl/publicaties/reclame-voor-en-gebruik-van-alcoholvrije-dranken>. Utrecht: RIVM.
20. Pettigrew, S., Jongenelis, M. I., Glance, D., Chikritzhs, T., Pratt, I. S., Slevin, T., Liang, W., & Wakefield, M. (2016). The effect of cancer warning statements on alcohol consumption intentions. *Health education research*, 31(1), 60-69. <https://doi.org/10.1093/HER/CYV067>
21. Correia, D., Kokole, D., Rehm, J., Tran, A., Ferreira-Borges, C., Galea, G., Likki, T., Olsen, A., & Neufeld, M. (2024). Effect of alcohol health warning labels on knowledge related to the ill effects of alcohol on cancer risk and their public perceptions in 14 European countries: an online survey experiment. *The Lancet Public Health*, 9(7), e470–e480. [https://doi.org/10.1016/S2468-2667\(24\)00102-6](https://doi.org/10.1016/S2468-2667(24)00102-6)
22. Zuckermann, A. M. E., Morissette, K., Boland, L., Garcia, A. J., Domingo, F. R., Stockwell, T., & Hobin, E. (2024). The effects of alcohol container labels on consumption behaviour, knowledge, and support for labelling: a systematic review. *The Lancet. Public Health*, 9(7), e481–e494. [https://doi.org/10.1016/S2468-2667\(24\)00097-5](https://doi.org/10.1016/S2468-2667(24)00097-5)
23. Edmunds, C. E. R., Gold, N., Burton, R., Smolar, M., Walmsley, M., Henn, C., Egan, M., Tran, A., Harper, H., Dale, M. K., Brown, H., Londakova, K., Sheron, N., & Greaves, F. (2023). The effectiveness of alcohol label information for increasing knowledge and awareness: a rapid evidence review. *BMC Public Health*, 23(1), 1458. <https://doi.org/10.1186/S12889-023-16327-X/TABLES/1>
24. Schoueri-Mychasiw, N., Weerasinghe, A., Stockwell, T., Vallance, K., Hammond, D., Greenfield, T. K., McGavock, J., & Hobin, E. (2021). Use as directed: do standard drink labels on alcohol containers help consumers drink (ir) responsibly? Real-world evidence from a quasi-experimental study in Yukon, Canada. *Drug and alcohol review*, 40(2), 247-257. <https://doi.org/10.1111/DAR.13165>
25. Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS). *Gezondheidsenquête/Leefstijlmonitor 2023*. Geraadpleegd op 18-12-2024, van <https://www.cbs.nl/nl-nl/maatwerk/2024/10/leefstijl-2023>. Den Haag: CBS.
26. Schouten, F., Tuihof, M., van Hasselt, N., & Voogt, C. (2021). *Kennismonitor Alcohol 2020*. Geraadpleegd op 22 oktober 2024, van <https://www.trimbos.nl/aanbod/webwinkel/af1883-kennismonitor-alcohol-2020/>. Utrecht: Trimbos-instituut.