

# Gezondheidsvaardigheden ontleed – cijfers 2025

Monique Heijmans, Dina Sarač , Marloes Meijer, Jany Rademakers en Anne Brabers

Juni, 2026



**NIVEL**

Kennis voor betere zorg

# Voorwoord

Iedere twee jaar worden door het Nivel **de gezondheidsvaardigheden van de bevolking van 18 jaar en ouder** in Nederland in kaart gebracht. Dit gebeurt in het Consumentenpanel Gezondheidszorg van het Nivel. De cijfers worden gepubliceerd in de Staat van Volksgezondheid en Zorg.

Tot en met 2023 werden gezondheidsvaardigheden gemeten met de HLS-EU-Q16 vragenlijst. In november 2025 is voor het eerst gebruik gemaakt van een verkorte versie, de HLS<sub>19</sub>-Q12. Beide vragenlijsten zijn ontwikkeld binnen het M-POHL Netwerk en vertaald naar het Nederlands.

We danken Mirjam Fransen en Iris Meulman van het RIVM voor hun advies bij het tot stand komen van deze rapportage.

# Belangrijkste inzichten

44,3% van de volwassen bevolking in Nederland had in 2025 ontoereikende of problematische gezondheidsvaardigheden.<sup>1</sup> In 2025 is gebruik gemaakt van een nieuwe internationale meetmethode, de HLS<sub>19</sub>-Q12, om gezondheidsvaardigheden in kaart te brengen.

Vooraf vaardigheden op het gebied van gezondheidsbevordering en preventie vormen een uitdaging voor de volwassen bevolking in Nederland; hier ervaart ruim de helft ontoereikende of problematische vaardigheden.

Ontoereikende of problematische vaardigheden doen zich zowel voor in het vinden en begrijpen van informatie als in het beoordelen en toepassen daarvan.

Risicogroepen voor ontoereikende of problematische vaardigheden zijn met name 70-plussers, lager opgeleiden, mensen met financiële problemen, en mensen die hun gezondheid als slechter ervaren. Daarnaast rapporteren mannen vaker ontoereikende of problematische gezondheidsvaardigheden dan vrouwen.

<sup>1</sup> Dit percentage is hoger dan in eerdere jaren, toen het percentage schommelde tussen 29 en 35% maar waar gebruik gemaakt werd van de HLS-Q16 voor het meten van gezondheidsvaardigheden. [Zie Heijmans,2023](#)

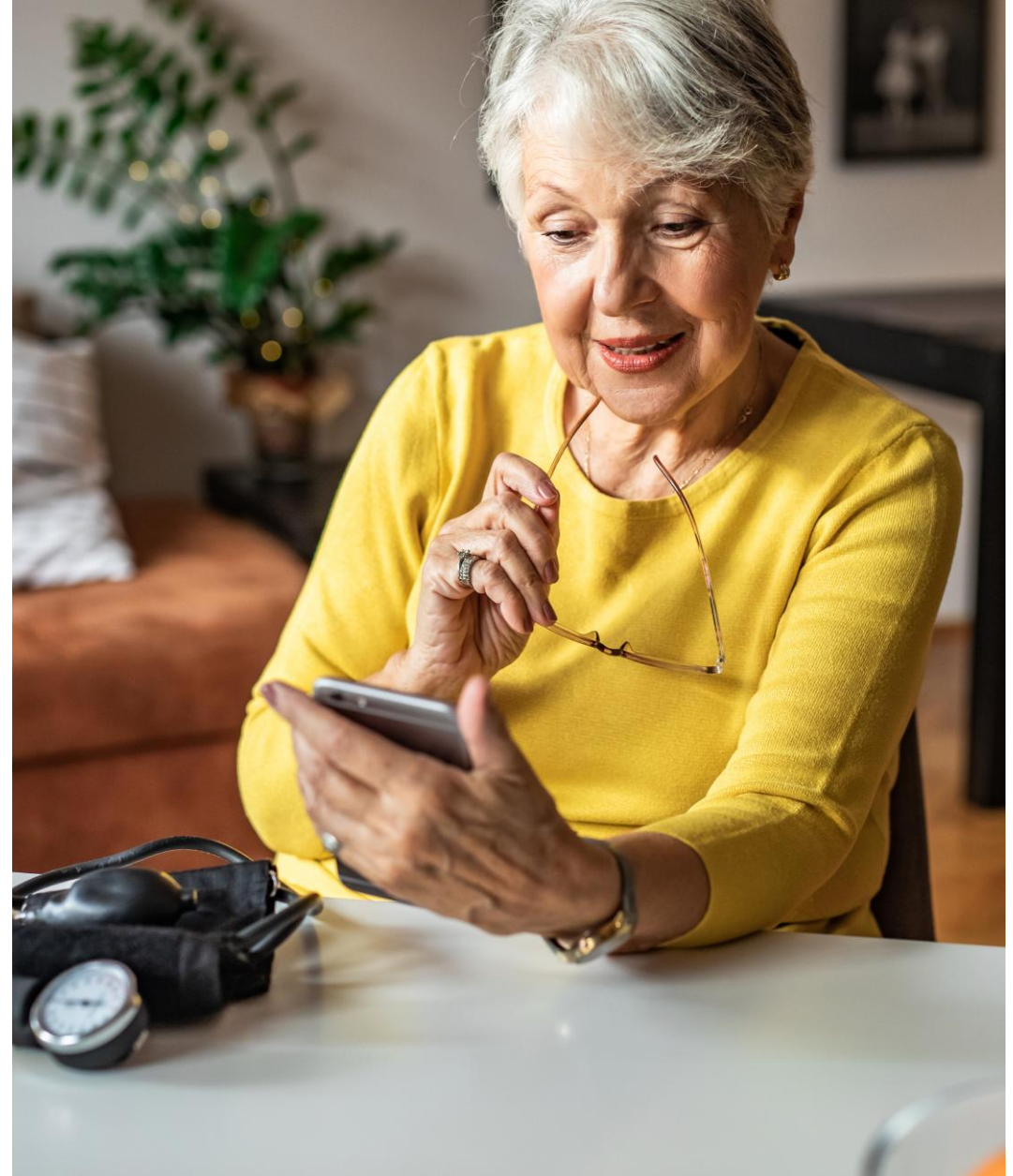
# Gezondheidsvaardigheden

Definities en achtergrondinformatie

# Wat zijn gezondheidsvaardigheden?

Gezondheidsvaardigheden zijn vaardigheden van mensen om:

- relevante gezondheidsinformatie te kunnen **vinden** of op te zoeken,
- de gevonden gezondheidsinformatie te **begrijpen**,
- de informatie te **beoordelen** en te verwerken zodat iemand kan inschatten wat deze betekent,
- en de verzamelde gezondheidsinformatie te **gebruiken** om beslissingen te nemen die helpen om de eigen gezondheid of die van anderen te behouden of te verbeteren.
- Gezondheidsvaardigheden zijn een vertaling van het Engelse begrip 'Health Literacy'



# Gezondheidsvaardigheden altijd afhankelijk van context

- De mate waarin iemand gezondheidsvaardig is hangt af van de mate waarin **persoonlijke vaardigheden** aansluiten op de context waarin iemand leeft, woont, werkt of zorg ontvangt;
- Hoe complexer **de context**, hoe groter het beroep op iemands gezondheidsvaardigheden;
- **Ontoereikende of problematische gezondheidsvaardigheden** zijn het gevolg van een **mismatch** tussen persoonlijke vaardigheden en de complexiteit van de omgeving waarin iemand leeft, zorg ontvangt of werkt.



Bron: Parker, Ruth. "Measuring health literacy: What? So what? Now what." Measures of health literacy: workshop summary. Washington, DC: National Academies Press, 2009.

# Gezondheidsvaardigheden en zorg

Gezondheidsvaardigheden zijn belangrijk in de context van **drie brede zorgdomeinen:**

**Gezondheidsbevordering - Gezond blijven:** mensen kunnen zelf informatie vinden over hun omgeving, zoals de buurt of hun werkplek. Ze begrijpen wat deze informatie betekent voor hun gezondheid. Hierdoor kunnen ze keuzes maken die hen helpen om gezond te blijven.

**Ziektepreventie - Niet ziek worden:** mensen weten waar ze informatie kunnen vinden over dingen die ongezond voor hen zijn (risico's). Ze begrijpen deze risico's en kunnen op basis hiervan beslissen wat te doen om te voorkomen dat je ziek wordt.

**Gezondheidszorg - Zorg en herstel:** als mensen zorg nodig hebben, kunnen ze medische informatie vinden en begrijpen. Ze kunnen overleggen met hun zorgverlener en samen een besluit nemen over hun behandeling. Ook weten ze hoe ze de adviezen van zorgverleners moeten opvolgen.

Bron: Sorensen K, Van den Broucke S, Fullam J, Doyle G, Pelikan J, Slonska Z, et al. Health literacy and public health: a systematic review and integration of definitions and models. BMC Public Health. 2012;12:80.

# Gezondheidsvaardigheden en sociale determinanten van gezondheid

## Sociale determinanten beïnvloeden het niveau van gezondheidsvaardigheden

Factoren zoals opleidingsniveau, inkomen en werk bepalen vaak hoeveel toegang iemand heeft tot gezondheidsinformatie, maar ook hoe goed iemand die informatie kan begrijpen of toepassen.

**Onvoldoende of problematische gezondheidsvaardigheden komen vaker voor bij sociaal kwetsbare groepen** Mensen met een lagere sociaaleconomische positie hebben over het algemeen ook vaker moeite met het vinden, begrijpen, beoordelen en gebruiken van informatie.

## Sociale determinanten en gezondheidsvaardigheden versterken elkaar

Ongunstige sociale omstandigheden (zoals armoede of lage opleiding) kunnen leiden tot minder gezondheidsvaardigheden, wat weer kan bijdragen aan een slechtere gezondheid.

Bron: Stormacq C, Van den Broucke S, Wosinski J. Does health literacy mediate the relationship between socioeconomic status and health disparities? Integrative review. Health Promot Int. 2019;34(5):e1–e17.

# Methode



**NIVEL**

Kennis voor betere zorg

# Over het onderzoek



## Nivel Consumentenpanel Gezondheidszorg

Voor dit onderzoek is een vragenlijst uitgezet binnen het Nivel Consumentenpanel Gezondheidszorg. Dit panel verzamelt op landelijk niveau informatie over de meningen, kennis, verwachtingen en ervaringen van gebruikers van de gezondheidszorg (zie ook [Over het panel | Nivel](#)).



## Dataverzameling

In november 2025 is een vragenlijst uitgezet onder een steekproef van 1500 mensen uit het panel, representatief naar leeftijd en geslacht voor de volwassen algemene bevolking. Afhankelijk van hun voorkeur ontvingen panelleden een schriftelijke of online vragenlijst.



## Deelnemers

733 panelleden vulden de vragenlijst in (49% respons).

## Analyses

De samenstelling van de groep respondenten was niet helemaal representatief voor de Nederlandse bevolking, ook al was de steekproef dit wel. Er is daarom een weging toegepast naar leeftijd en geslacht om hiervoor te corrigeren.



# Meten van gezondheidsvaardigheden – verantwoording

- Gezondheidsvaardigheden zijn gemeten met de Nederlandse versie van de **HLS<sub>19</sub> – Q12**;
- Deze vragenlijst meet de mate van ervaren gezondheidsvaardigheden in de bevolking binnen **drie domeinen** (gezondheidszorg, ziektepreventie, gezondheidsbevordering) en aan de hand van **vier vaardigheden** (verkrijgen, begrijpen, beoordelen en gebruiken van gezondheidsinformatie);
- Voor het berekenen van scores op de totale vragenlijst en subschalen is het ten tijde van de analyse geldende **protocol van M-POHL** gevolgd. Op basis van deze berekening worden respondenten gecategoriseerd als ontoereikend, problematisch, voldoende of excellent gezondheidsvaardig.
- Dit protocol is ook gebruikt in een recent verschenen rapport van het RIVM waarin gezondheidsvaardigheden ook in kaart zijn gebracht.

Nb. In eerdere jaren werden gezondheidsvaardigheden binnen het Consumentenpanel in kaart gebracht met de HLS-EU-Q16. Hierdoor kunnen cijfers van 2025 niet automatische vergeleken worden met vorige jaren. De komende jaren zal de HLS<sub>19</sub>-Q12 gebruikt worden. Voor vragen over gebruik en scoring: [m.heijmans@nivel.nl](mailto:m.heijmans@nivel.nl).

# HLS<sub>19</sub>-Q12

Hoe makkelijk of moeilijk is het volgende voor u:	
1	Uitzoeken waar u professionele hulp kunt krijgen als u ziek bent (Bijvoorbeeld van een arts, verpleegkundige, apotheker of psycholoog).
2	Begrijpen van informatie over wat u moet doen bij een medisch noodgeval.
3	Beoordelen van voordelen en nadelen van verschillende behandelingen.
4	Opvolgen van advies van uw arts of apotheker.
5	Vinden van informatie over omgaan met psychische problemen (Bijvoorbeeld stress, depressie of angst).
6	Begrijpen van informatie over testen of onderzoeken (Bijvoorbeeld bevolkingsonderzoek darmkanker, onderzoek bloedsuikerspiegel).
7	Beoordelen of informatie over ongezonde gewoontes betrouwbaar is (Bijvoorbeeld roken, weinig lichaamsbeweging of te veel alcohol drinken).
8	Gebruiken van informatie in de media om te beslissen hoe u zich tegen ziekte kunt beschermen (Bijvoorbeeld informatie in kranten, tv of internet).
9	Vinden van informatie over gezond leven (Bijvoorbeeld over lichaamsbeweging en gezond eten).
10	Begrijpen van advies van familie en vrienden over uw gezondheid.
11	Beoordelen hoe uw woonsituatie van invloed is op uw gezondheid en op hoe u zich voelt.
12	Beslissingen nemen om u beter te voelen en gezonder te worden.
<i>Antwoord categorieën 1 = heel gemakkelijk, 2=gemakkelijk, 3= moeilijk, 4=heel moeilijk</i>	

## Totale schaal

Cronbach's  $\alpha = 0.93$

## Domeinen

**Zorg** (item 1,2,3,4):

Cronbach's  $\alpha = 0.87$

**Gezondheidsbevordering** (item 9,10,11,12)

Cronbach's  $\alpha = 0.86$

**Preventie** (item 5,6,7,8)

Cronbach's  $\alpha = 0.86$

## Vaardigheden

**Vinden** (item 1,5,9)

Cronbach's  $\alpha = 0.79$

**Begrijpen** (item 2,6,10)

Cronbach's  $\alpha = 0.81$

**Beoordelen** (item 3,7,11)

Cronbach's  $\alpha = 0.78$

**Toepassen** (item 2,8,12).

Cronbach's  $\alpha = 0.73$

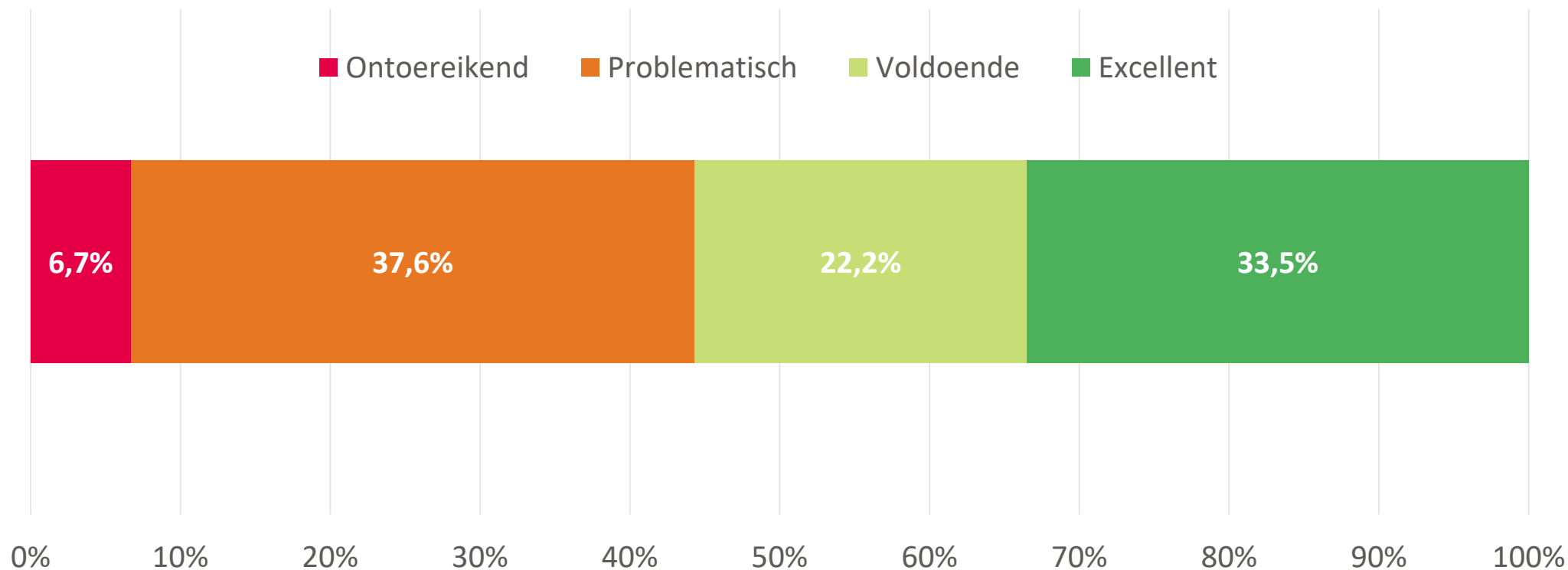
# Gezondheidsvaardigheden in Nederland – Cijfers november 2025



**NIVEL**

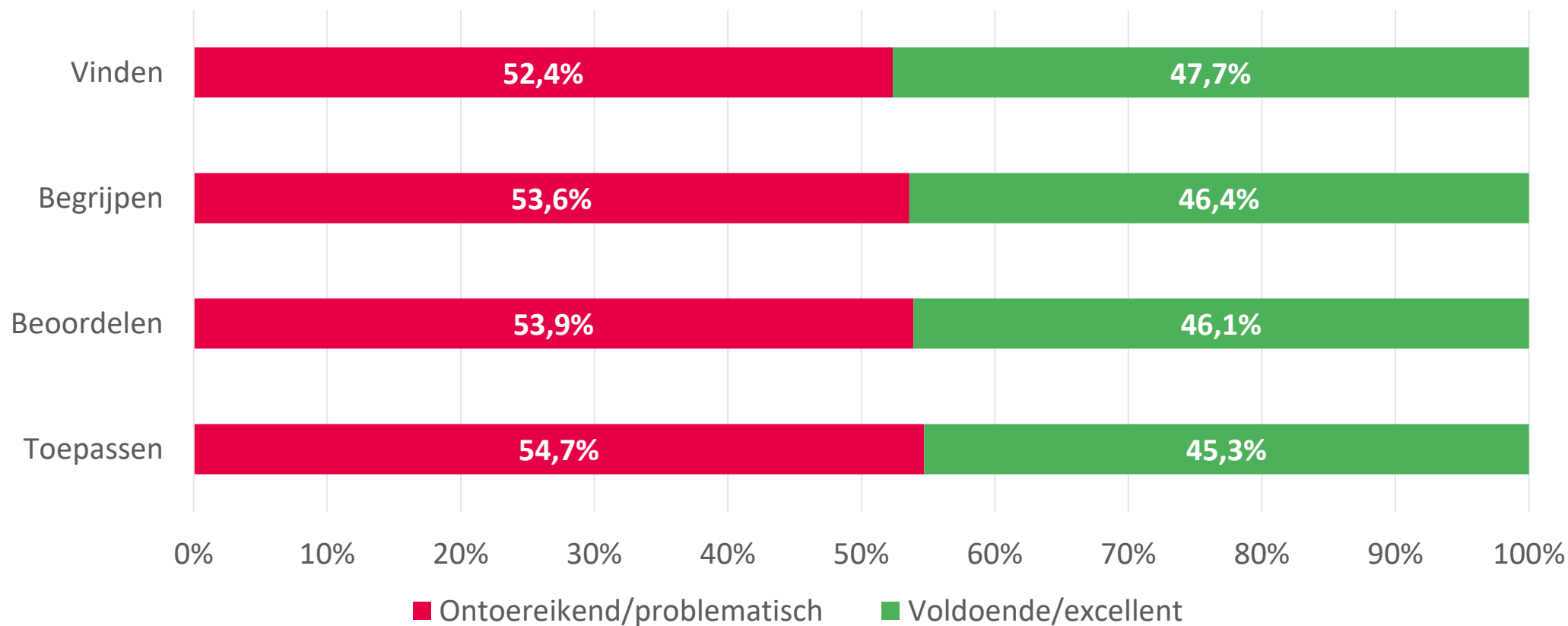
Kennis voor betere zorg

# Mate van gezondheidsvaardigheden van de bevolking van 18 jaar en ouder in Nederland (2025)



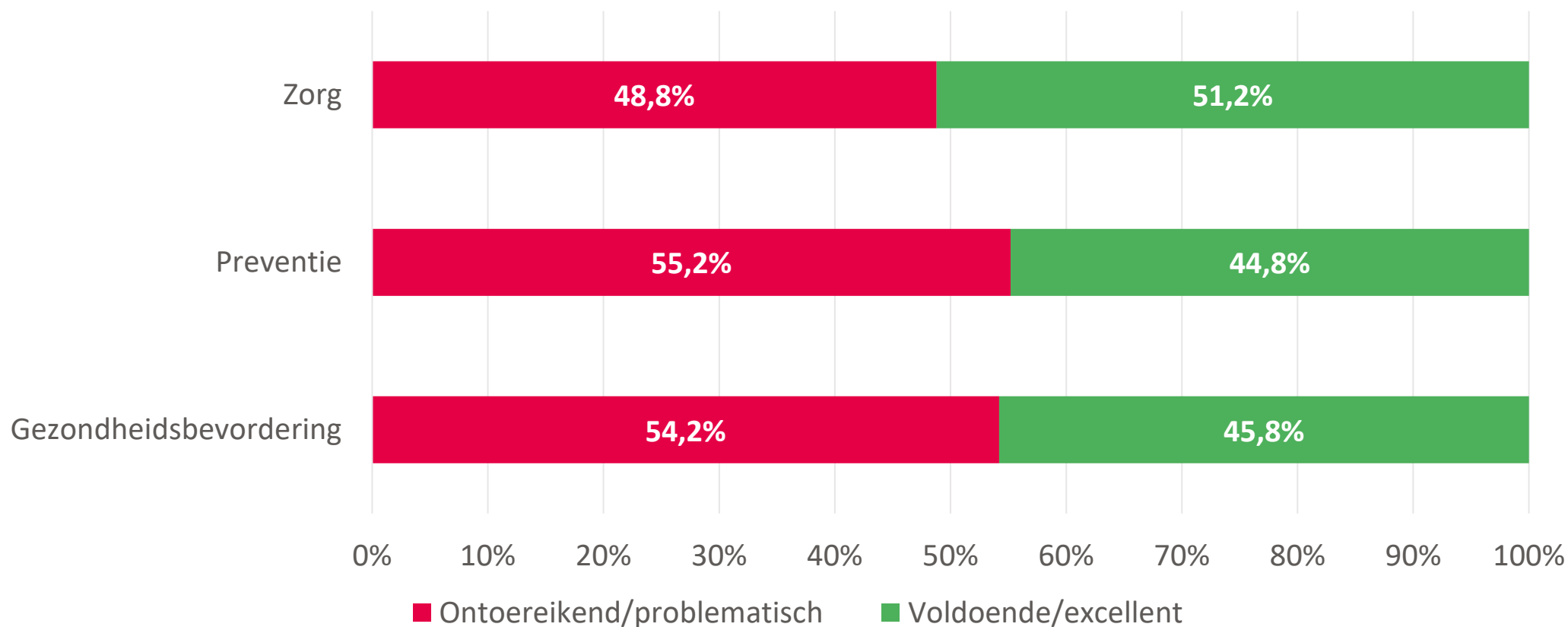
In 2025 heeft 44,3% van de volwassen Nederlanders ontoereikende of problematische gezondheidsvaardigheden op basis van meting met de HLS<sub>19\_Q12</sub>.

# Gezondheidsvaardigheden uitgesplitst naar type vaardigheid



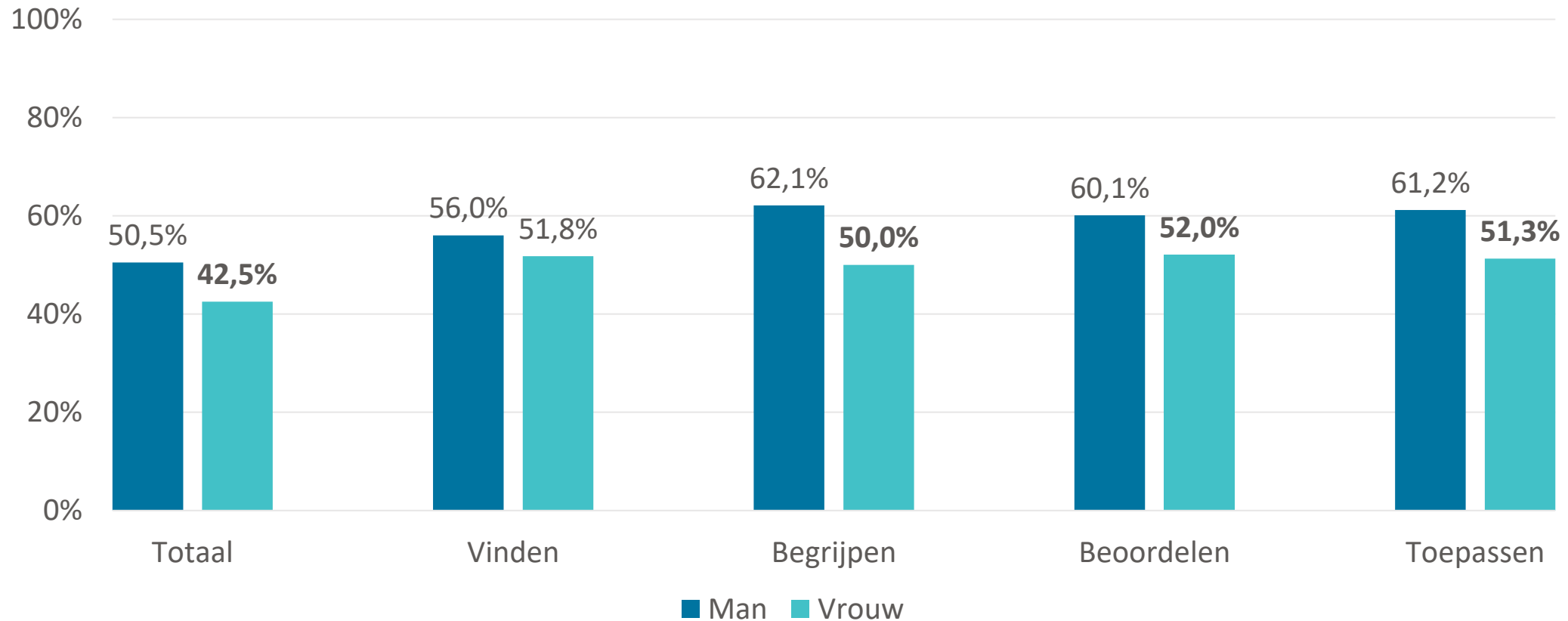
- De groep mensen met ontoereikende of problematische gezondheidsvaardigheden verschilt niet of nauwelijks naar type vaardigheid.

# Gezondheidsvaardigheden naar zorgdomein



- Volwassenen in de Nederlandse bevolking zijn over het algemeen iets meer gezondheidsvaardig op het gebied van curatieve zorg dan op het gebied van gezondheidsbevordering en preventie.

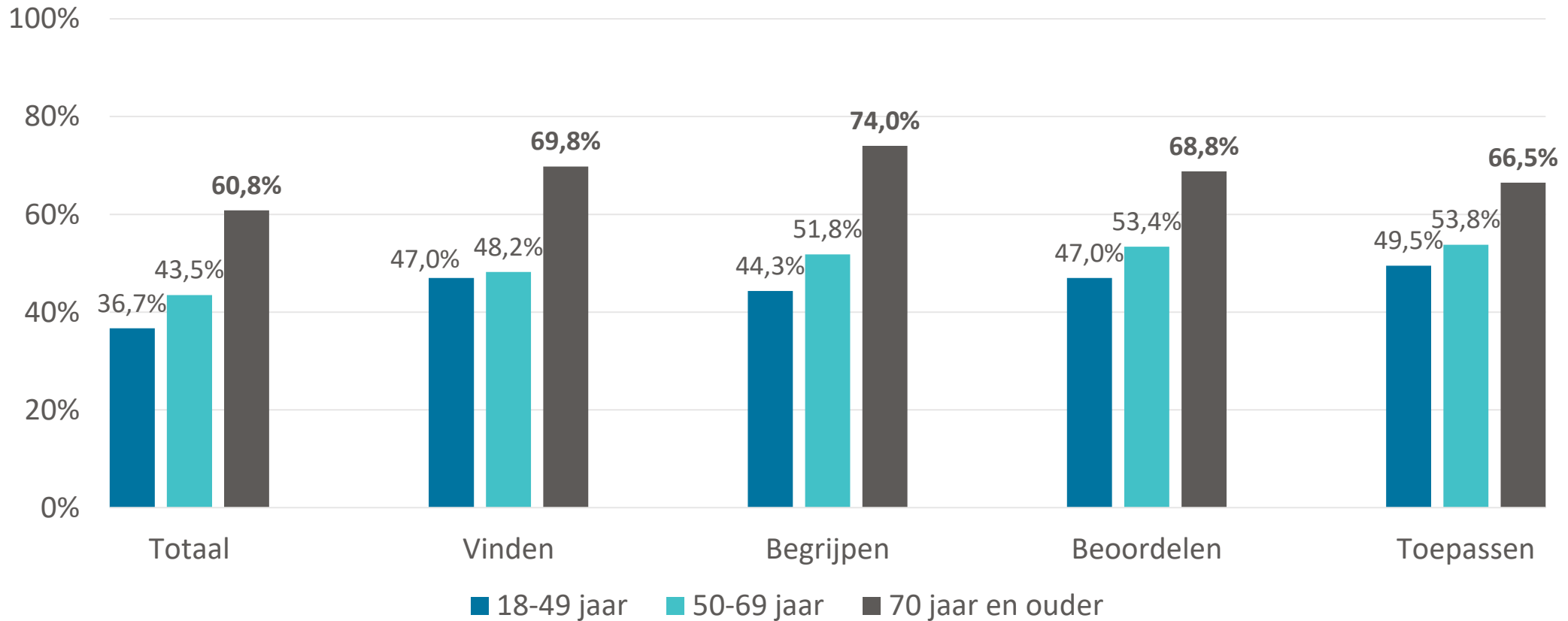
# Mate van ontoereikende of problematische gezondheidsvaardigheden naar geslacht



\* Een dikgedrukt percentage betekent dat er een significant verschil is gevonden in een regressieanalyse met 'man' als referentiecategorie

- Mannen ervaren vaker ontoereikende of problematische gezondheidsvaardigheden dan vrouwen op het gebied van begrijpen, beoordelen en toepassen van informatie over gezondheid en zorg.

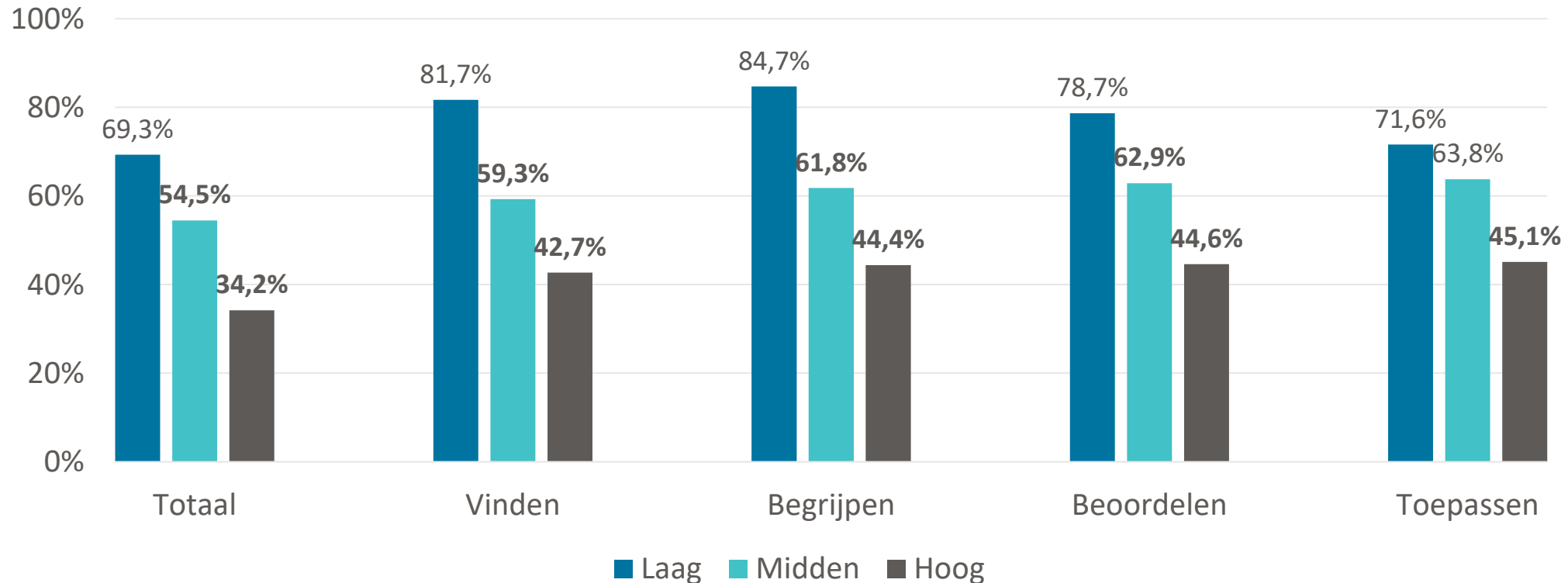
# Mate van ontoereikende of problematische gezondheidsvaardigheden naar leeftijd



\* Een dikgedrukt percentage betekent dat er een significant verschil is gevonden in een regressieanalyse met '18-49 jaar' als referentiecategorie

- **Ontoereikende of problematische gezondheidsvaardigheden worden vaker ervaren met een stijgende leeftijd. De groep 70-plussers rapporteert bij alle typen vaardigheden minder vaardigheden dan de jongste leeftijdsgroep.**

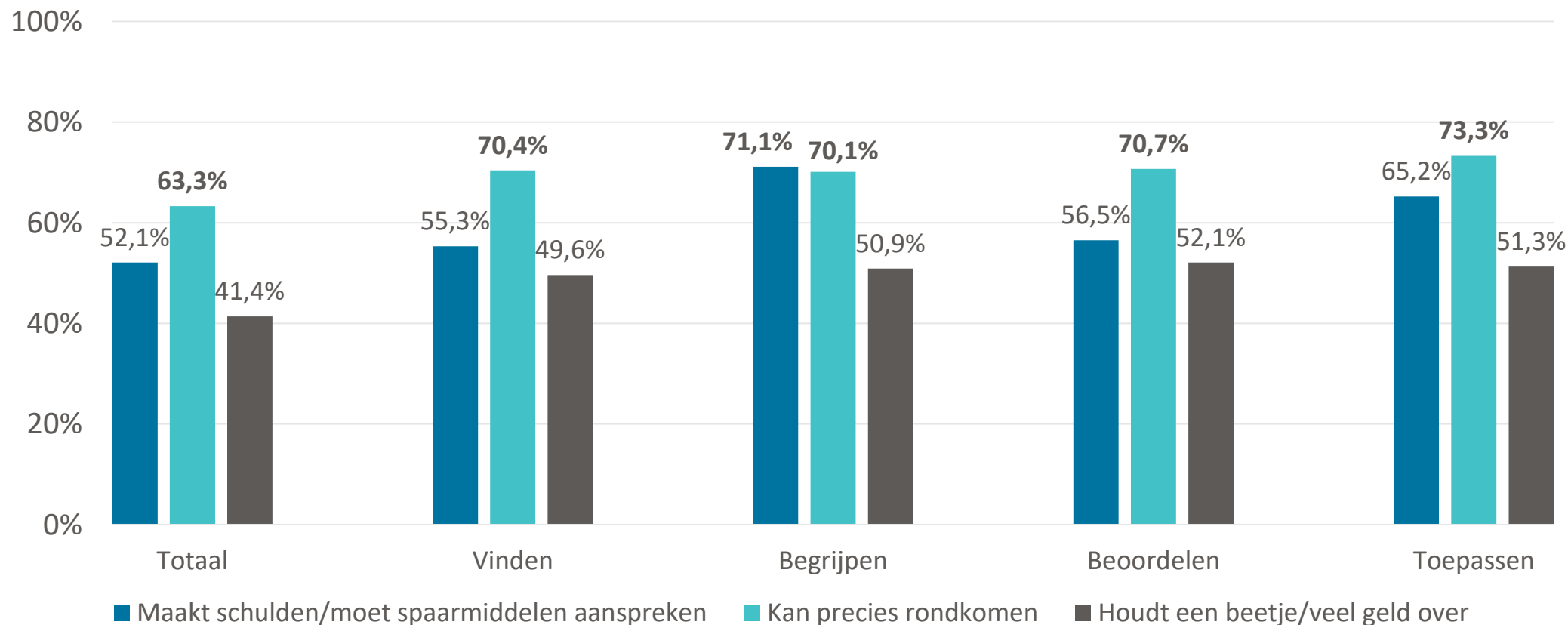
# Mate van ontoereikende of problematische gezondheidsvaardigheden naar opleidingsniveau



\* Een dikgedrukt percentage betekent dat er een significant verschil is gevonden in een regressieanalyse met 'laag' als referentiecategorie

- Naarmate mensen een lager opleidingsniveau hebben, voelen zij zich over het algemeen minder goed in staat om informatie over gezondheid te vinden, te begrijpen, te beoordelen of toe te passen

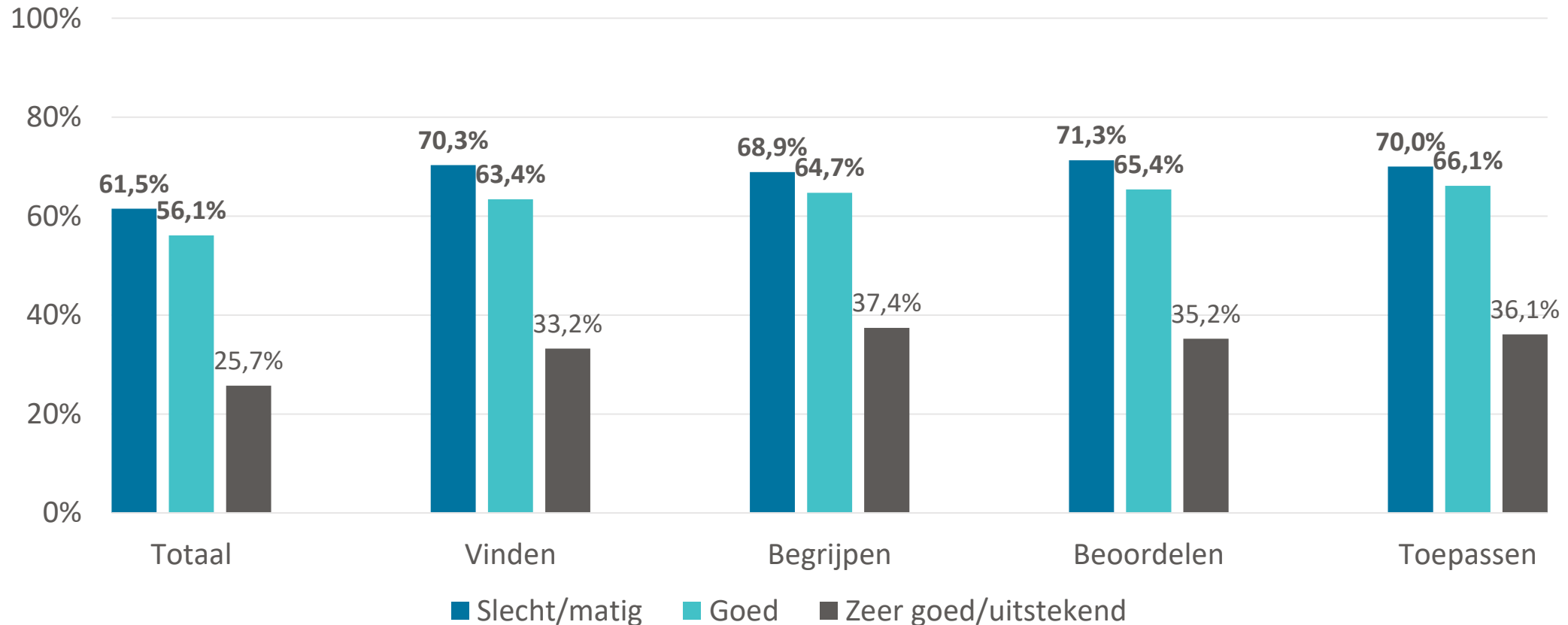
# Mate van ontoereikende of problematische gezondheidsvaardigheden naar financiële situatie



\* Een dikgedrukt percentage betekent dat er een significant verschil is gevonden in een regressieanalyse met 'houdt een beetje/veel geld over' als referentiecategorie

- Mensen die precies kunnen rondkomen hebben vaker onvoldoende gezondheidsvaardigheden dan mensen die maandelijks een beetje of veel geld overhouden

# Mate van ontoereikende of problematische gezondheidsvaardigheden naar ervaren gezondheid



\* Een dikgedrukt percentage betekent dat er een significant verschil is gevonden in een regressieanalyse met 'zeer goed/uitstekend' als referentiecategorie

- Bij mensen die hun gezondheid als zeer goed of uitstekend ervaren zijn gezondheidsvaardigheden minder vaak ontoereikend of problematisch dan mensen die hun gezondheid als minder goed beoordelen

# Aanbevelingen

De meeste aandacht naar gezondheidsvaardigheden gaat tot nu toe uit naar de curatieve zorg. Cijfers laten zien dat ook aandacht nodig is voor gezondheidsvaardigheden in de context van preventie en gezondheidsbevordering.

In het kader van gender-sensitieve zorg is het goed om zich te realiseren dat mannen vaker ontoereikende of problematische gezondheidsvaardigheden ervaren dan vrouwen.

Ontoereikende of problematische gezondheidsvaardigheden hangen samen met sociale determinanten van gezondheid. Mensen in meer kwetsbare posities vanwege bijvoorbeeld een hogere leeftijd, slechtere gezondheid, lager opleidingsniveau of minder gunstige financiële situatie ervaren zichzelf tevens als minder vaardig.

Dit vraagt om gecombineerde aandacht voor gezondheidsvaardigheden en sociale en financiële kwetsbaarheid.

# Kennis voor betere zorg

Het Nivel levert kennis om de gezondheidszorg in Nederland beter te maken. Dat doen we met hoogwaardig, betrouwbaar en onafhankelijk wetenschappelijk onderzoek naar thema's met een groot maatschappelijk belang. 'Kennis voor betere zorg' is onze missie. Alle onderzoeken publiceert het Nivel openbaar. U vindt deze en alle andere [Nivel-publicaties op onze website](#).

Kijk op onze website voor meer informatie over [het Consumentenpanel Gezondheidszorg](#) of mail naar [consumentenpanel@nivel.nl](mailto:consumentenpanel@nivel.nl).

De gegevens uit deze publicatie mogen met de volgende bronvermelding worden gebruikt:

Monique Heijmans, Dina Sarač, Marloes Meijer, Jany Rademakers en Anne Brabers.  
Gezondheidsvaardigheden Ontleed- Cijfers 2025. Utrecht: Nivel, Juni 2026.



**NIVEL**

Kennis voor betere zorg

030 272 97 00  
[nivel@nivel.nl](mailto:nivel@nivel.nl)  
[www.nivel.nl](http://www.nivel.nl)  
Postbus 1568  
3500 BN UTRECHT