



# Natuur en gezondheid

VEEL POTENTIEEL, EN VEEL WERK AAN DE WINKEL!

In deze tekst zetten verschillende organisaties samen het belang van de relatie natuur & gezondheid op de kaart. Eerst goed nieuws: er is al heel wat gaande! Vervolgens gaan we in op volgende stappen: waar liggen de kansen? En wat stellen wij voor als volgende stap: werk aan de winkel! Ten slotte een overzicht van organisaties die hier rond samenwerken.

## **Goed nieuws!**

Eerst het goede nieuws: er is al heel wat kennis en er wordt al heel wat in praktijk uitgeprobeerd. Er is al heel wat onderzoek gedaan. In België begint dit op gang te komen.

## **Internationaal onderzoek**

### **natuur & gezondheid**

De Wereld Conventie Biodiversiteit (CBD) en de Wereld Gezondheid Organisatie (WHO) hebben in 2015 samen een overzicht gepubliceerd van kennis over de relatie biodiversiteit & gezondheid. We noemen een paar voorbeelden. Biodiversiteit staat aan de bron van gezonde voeding en kan helpen bij het onder controle houden van infectieziekten. Dit laatste is wel erg situatie/gebied afhankelijk: soms heeft biodiversiteit een dempend effect, soms echter is ze bron van infectieziekten. De natuur kan gezondheidsrisico's door natuurrampen zoals overstromingen helpen beperken en levert ook een bijdrage aan water- en luchtzuivering. De natuur vormt tevens een basis voor veel geneesmiddelen. De natuur biedt verder ook ruimte voor gezond bewegen, ontstressen, sociaal contact en inspiratie. Groen in stedelijke omgeving zorgt bovendien voor verkoeling en kan een dempend effect hebben op geluidsoverlast. Een relatief nieuw aandachtsveld is de relatie tussen de diversiteit aan microben in onze darmen en onze gezondheid: de diversiteit aan microben in onze darmen noodzakelijk voor een goede gezondheid is o.a. afhankelijk van contact met de natuur (wilde biodiversiteit). Dit speelt vooral een belangrijke rol bij jonge kinderen als ze hun weerstand ontwikkelen en kan het voorkomen van allergieën beperken.

Het Europese onderzoeksproject Phenotype onderzoekt voor de Europese Unie (EU) de relatie natuur & gezondheid. Er is vooral aandacht voor de gezondheidswinst door aanwezigheid van groene ruimte in de leefomgeving, zowel lichamelijke als geestelijke gezondheid. Deze studie vond bijvoorbeeld verbanden tussen nabijheid van groene ruimte en positieve effecten op hartziekten, overgewicht, geboortegewicht (belangrijke indicator voor milieugezondheid) en geestelijke

gezondheid. Deze verbanden moeten wel genuanceerd worden: er zijn verschillen tussen verschillende studiegebieden of tussen verschillende bevolkingsgroepen maar ook voor verschillende vormen van groen, bv tussen een bos of een park. Bovendien vonden ze soms een relatie tussen nabijheid van groen en het meer voorkomen van astma bij kinderen. Er is dan ook volgens Phenotype nood aan vervolgonderzoek dat rekening houdt met specifieke kenmerken van gebieden, soorten groen, gebruik van groen en bevolkingsgroepen.

In Nederland gebeurt al jarenlang veel onderzoek naar de relatie natuur & gezondheid. Een sterk voorbeeld is Vitamine-G: dit project toonde aan dat mensen met meer groen in hun woonomgeving zich gezonder voelen en minder vaak bij de huisarts komen met klachten als diabetes, depressie en hartziekten. Een recenter voorbeeld is onderzoek van de Nature Assisted Health Foundation NAHF. De NAHF richt zich onder andere op het positieve effect van natuur op patiënten met dementie: door middel van dementietuinen is er minder nood aan medicatie en zorg en neemt de kwaliteit van leven van patiënten toe.

## **Belgisch onderzoek**

### **natuur & gezondheid**

Een paar recente voorbeelden van onderzoeksprojecten toont dat er ook in België wat meer aandacht komt voor onderzoek naar het nut van de natuur voor menselijke gezondheid. Het Belgische project GRESPH onderzoekt sinds 2015 de impact van de nabijheid in de leefomgeving van groene (park, tuin, landbouwgebied) en blauwe (rivier, meer, zee, zwembad) ruimte op gezondheid in België: zowel morbiditeit (het voorkomen van ziekte) en mortaliteit (sterfte door ziekte). Dit wordt onderzocht voor verschillende fasen van het leven, van jong tot oud. Ook wordt er rekening gehouden met de relatie

met vervuiling en sociaaleconomische factoren.

Het Belgische project RESPIRIT onderzoekt sinds 2016 de relatie tussen luchtweggezondheid en biodiversiteit. Het project maakt daarbij gebruik van innovatieve technische meetapparatuur voor het onderzoek bij de proefpersonen. Er wordt zo gekeken naar de mogelijke verbanden tussen diversiteit van planten en bv astma.

Het Grand Hôpital de Charleroi streeft ernaar het ontwerp van het nieuwe ziekenhuis te combineren met het behoud van biodiversiteit van de groene parkomgeving ten behoeve van de gezondheid van patiënten en bezoekers. Het ziekenhuis werkt daarvoor samen met de faculteit Gembloux Agro-Bio Tech (Universiteit van Luik).

In het project 'Licht op groen' gaan de vakgroep huisartsgeneeskunde van de Universiteit Antwerpen (ELIZA: eerstelijns- en interdisciplinaire zorg Antwerpen) en de Provincie Antwerpen vanaf eind 2016 samenwerken rond de effecten van natuur op gezondheid. Het is de bedoeling een onderzoeksplan voor beleid- en praktijkgericht onderzoek op te stellen met bijzondere focus op kwetsbare groepen in de provincie Antwerpen. Hiermee wordt een basis gelegd voor diepgaander onderzoek.

**Bovendien wordt er al heel wat in praktijk gebracht rond natuur & gezondheid.**

## **Internationale** praktijkvoorbeelden

Het Europese project 'Health and Social Benefits of Nature and Biodiversity Protection' inventariseerde voor de EU beschikbare kennis en uitdagingen, als ook een verscheidenheid

aan praktijkvoorbeelden en belanghebbende groepen. Het project laat zien dat er in heel wat steden en natuurgebieden gezondheid gerelateerde praktijkprojecten actief zijn. Dit varieert van projecten die inzetten op natuurgebieden als therapeutische zones tot groene en blauwe ruimte in stedelijke omgeving voor koeling, luchtzuivering, geluiddemping, ontstressen, gezond bewegen en sociaal contact. Een keur aan projecten passeert de revue, zoals bv een groene-daken-project in Sheffield, en inzet op meer groene en blauwe ruimte in Lyon om zomerhitte tegen te gaan. Het project laat ook zien dat succesverhalen afhankelijk zijn van samenwerking tussen verschillende spelers op verschillende niveaus (bv lokale groepen en landelijke overheid) en dat context specifieke afstemming erg belangrijk is.

## **Belgische** praktijkvoorbeelden

Natuurpunt organiseerde in 2015 een drukbezochte 'Inspiratiedag Natuur en welzijn'. Belangstellenden vanuit de natuur- en zorgsector kwamen hier samen om rond het thema natuur & gezondheid van gedachten te wisselen en om elkaar te inspireren. Natuurpunt probeert zo een knooppunt van relevante groepen en projecten te vormen. Twee praktijkvoorbeelden die op de dag aanwezig waren:

Het project 'Pimp je speelplaats' wil aanzetten tot meer natuurrijke, boeiende en toegankelijke schoolspeelplaatsen, in plaats van de grijze tegelspeelplaats die vandaag de standaard vormt in Vlaanderen. Groene (openbare) speelplekken zijn naast trage wegen goede aanknopingspunten om te werken aan een ruimer groen speelweefsel in de gemeente. Natuurpunt CVN legt zich met twee woon- en zorgprojecten toe op hoe je voor en met bewoners aan natuur- en milieueducatie kan doen. Dit wordt gerealiseerd via het inrichten van een natuureducatieve tuin.

Onder de noemer 'dokter bos', biedt BOS+ een verscheidenheid aan relevante informatie aan van over de hele wereld. Ook organiseert BOS+ verschillende activiteiten die het belang van bossen voor onze gezondheid duidelijk maken en ondersteunen.

Bosgroepen en regionale landschappen zorgen met projecten als trage wegen, vergroenen van speelplaatsen en speelbossen voor heel wat nabije, beleefbare groene ruimten.

Het Vlaams Agentschap Natuur en Bos (ANB) werkt aan verbetering van de toegankelijkheid van natuur. Zo legt ANB rolstoel- en buggyvriendelijke paden aan en ook een blindenpad. Verder zet ANB sterk in op vergroening van de stedelijke leefomgeving door ondersteuning van lokale initiatieven met kennis.

**Er is interesse bij beleid voor het belang van natuur & gezondheid.**

## **Internationaal beleid** natuur & gezondheid

Op internationaal niveau is het recente rapport van CBD en WHO door de lidstaten van CBD in een recente (SBSTTA) vergadering omarmd. Het is nu de bedoeling dat lidstaten, waaronder België, gaan kijken wat ze met de aanbevelingen van het rapport lokaal kunnen gaan doen, en het is de bedoeling dat die landen er over gaan rapporteren. We zetten een paar aanbevelingen op een rij:

Er is nood aan verbeterde samenwerking tussen sectoren die zich met natuur en met gezondheid bezig houden, maar ook met andere relevante sectoren, zoals bv ruimtelijke ordening. Hierbij zou het goed zijn als dit onder gezamenlijke verantwoordelijkheid wordt gebracht van ministeries van gezondheid

en milieu/natuur, maar ook van andere relevante ministeries of departementen. Ook benadrukt het rapport het betrekken van lokale gemeenschappen bij het vormgeven van beleid, zodat er voldoende rekening wordt gehouden met lokaal specifieke omstandigheden. Verder vraagt het rapport steun voor geïntegreerde wetenschappelijke samenwerking, waarbij naast gezondheids- en natuurwetenschappen, ook sociale wetenschappen betrokken moeten worden. Het rapport beveelt het OneHealth concept aan als kaderend principe. Hoewel oorspronkelijk vooral gerelateerd aan het belang van geïntegreerde aandacht voor de gezondheid van mens en dier, bepleit het rapport hier een bredere opvatting die ook het gezondheidsbelang van milieu, natuur en biodiversiteit betreft.

Binnen de EU groeit het besef dat natuur een bijdrage kan leveren aan het omgaan met heel wat maatschappelijke uitdagingen. Onder de noemer 'Nature Based Solutions' stelt de EU vanaf 2016 geld ter beschikking voor praktijkgerichte projecten die daaraan in een samenwerking tussen wetenschap en praktijk vorm kunnen geven. Gezondheid is hierbij één van de belangrijke maatschappelijke aandachtspunten.

## **Belgisch beleid** natuur & gezondheid

In het meest recente Belgische Nationale Biodiversiteit Strategie Actie Plan (NBSAP) krijgt het belang van de relatie natuur & gezondheid duidelijk aandacht. Het betreft dan vooral een opsomming van de verschillende bijdragen die de natuur kan leveren aan de menselijke gezondheid en de factoren die hierbij een verstorende rol kunnen spelen, zoals bv invasieve soorten en milieuvervuiling. Er wordt beklemtoond dat achteruitgang van biodiversiteit o.a. een negatieve impact zal hebben op de volksgezondheid. Het belang van

samenwerking tussen verschillende spelers rond het thema natuur & gezondheid wordt benadrukt.

De Praktijkgemeenschap Biodiversiteit & Gezondheid (COP-BH), ondersteund door het Belgisch Biodiversiteitsplatform, probeert op het gebied van natuur & gezondheid een brug te slaan tussen wetenschap, praktijk en beleid. Een van de activiteiten betreft input geven aan onderzoeksbeleid van de overheid: een overzicht van onderzoeksnoden en ideeën dat werd opgemaakt in samenspraak met wetenschappers en beleidsmakers, werd integraal opgenomen in een oproep voor onderzoeksvoorstellen door federaal wetenschapsbeleid (zie hieronder). Verder werkt het COPBH aan een overzicht van experts, projecten en data met betrekking tot natuur & gezondheid. Op 6 & 7 oktober 2016 organiseert het COPBH een Europese OneHealth/EcoHealth workshop. Doelstelling is bij te dragen aan de oproep van het CBD – WHO rapport tot verdere samenwerking tussen verschillende vormen van wetenschap, beleid en praktijk.

Het federale wetenschapsbeleid (BELSPO) dat instaat voor een belangrijk deel van financiering van biodiversiteit gerelateerd onderzoek, stelt sinds enige tijd geld ter beschikking van wetenschappelijke projecten die aandacht besteden aan de relatie biodiversiteit & gezondheid. De hierboven genoemde Belgische projecten GRESPH & RESPIRIT, zijn hier een voorbeeld van. BELSPO baseert zich hierbij op een advies rond dat type onderzoek vanuit de COPBH.

### Waar liggen de kansen?

## Kansen voor context specifieke wetenschap

Hoewel de kennis- en informatiebasis met betrekking tot

natuur & gezondheid in België nog beperkt is, zijn er internationaal al heel wat studies voorhanden en daarmee ook heel wat ondersteunend bewijs voor een bijdrage van een natuurlijke omgeving voor gezondheid. Sandifer et al. (2015) wijzen er in hun beoordeling van studies echter op dat veel van die studies wetenschappelijke beperkingen hebben en vaak enkel een correlatie aantonen, zonder dat het mechanisme daarachter duidelijk is.

Hartig et al. (2014) trekken op basis van een zeer uitgebreid overzicht van studies een vergelijkbare conclusie, en stellen de volgende uitdagingen voor om de wetenschappelijke basis nog beter tot haar recht te laten komen. Allereerst zien zij kansen voor onderzoek op populatieniveau, om zo van betekenis te kunnen zijn voor volksgezondheidsbeleid. Ten tweede zien zij kansen voor meer gedifferentieerde aandacht voor verschillende typen natuur met mogelijk verschillende effecten voor gezondheid. Natuurlijke elementen die nuttig zijn voor luchtzuivering hoeven niet noodzakelijk dezelfde te zijn als die ter bevordering van sociale cohesie in buurten of mentale gezondheid. Ten derde zien Hartig et al. (2014) kansen voor meer specifieke kennis over de rol van natuur bij herstel van stress. Ten vierde zijn er kansen voor een economisch perspectief op natuur & gezondheid: dit kan ondersteuning bieden als er prioriteiten gesteld moeten worden in het kader van gezondheidsbeleid. Dit biedt kansen om natuur-gebaseerd gezondheidsbeleid een kans te geven ten opzichte van andere beleidsopties. Ten slotte zien Hartig et al. (2014) kansen voor meer gedifferentieerde aandacht voor hoe verschillende subgroepen een verschillende relatie tot natuur kunnen hebben: in toegang tot natuur, gebruik ervan en hoe ze erop reageren. Socio-economische, culturele en demografische verschillen kunnen een belangrijke invloed hebben. Een belangrijk aspect dat hierdoor beïnvloed kan worden is gezondheid(on)gelijkheid: zie hieronder.

## Gezondheidsgelijkheid, ook als ze groenblauw is

Mitchell et al. (2015) laten zien hoe beschikbaarheid van groene ruimte in de leefomgeving verband kan hebben met gezondheidsongelijkheid: op basis van resultaten van een Europese survey met betrekking tot kwaliteit van leven stelden zij vast dat er 40% minder socio-economische ongelijkheid in mentale gezondheid was in buurten waar respondenten aangaven goede toegang te hebben tot groene/recreatieve ruimte, in vergelijking tot respondenten die van een slechte toegankelijkheid getuigden. Andere omgevingsfactoren speelden bij deze vaststelling geen rol van betekenis.

Kabischa en Haase (2014) laten zien hoe de vrij goede beschikbaarheid van groene ruimte voor de 'gemiddelde inwoner' in Berlijn een vertekend beeld geeft. De situatie voor dichtbevolkte buurten met relatief veel immigranten was relatief veel minder positief. Uit bevraging van twee specifieke subgroepen, immigranten en ouderen, bleek bovendien dat die groepen specifieke recreatieve voorkeuren en noden hadden. Voor ouderen speelde daarbij de toegankelijkheid in termen van openbaar vervoer ook een belangrijke rol.

Kabischa en Haase (2014) benadrukken het belang van het betrekken van die groepen bij planning en beleid zodat met hun noden rekening kan worden gehouden.

## Onderbelichte thema's

In studies die de relatie natuur & gezondheid van de positieve kant bekijken is nog ruimte voor aandacht voor mogelijke gezondheidsnadelen die met natuur gepaard kunnen gaan, om zo tot een betere netto-inschatting van gezondheidswinst te kunnen komen (Oosterbroek et al. 2016). Een voorbeeld hiervan is de toename van infectieziekten zoals de ziekte van

Lyme en West Nile virus in verschillende Europese landen (Braks et al. 2014). Ook kan een toename van natuur een toename van pollen tot gevolg hebben met negatieve gezondheidseffecten voor hieraan gevoelige groepen. Löhmus en Balbus (2015) zien desondanks kansen voor verdere vergroening van bv stedelijke gebieden juist omwille van positieve gezondheidseffecten, mits er ook aandacht is voor goede voorlichting rond mogelijke nadelen en er in planning zo goed mogelijk rekening mee wordt gehouden. Verschillende publicaties wijzen er voorts op dat specifieke uitwerking van positieve en negatieve effecten per ecosysteem erg kan verschillen. Hetzelfde geldt voor verschillende groepen mensen: wat voor de één positief uitwerkt, kan voor de ander nadelig zijn.

Er zijn nog heel wat kenniskansen rond blauwe natuur: de rol van water in de leefomgeving voor gezondheid. Völker & Kistemann (2011) en Gascon et al. (2016) stellen vast dat er nog weinig overzichtsstudies hierrond zijn en zien kansen voor meer studies rond de gezondheidspotentie van blauwe omgeving.

## Samen (be)wijs

In een workshop over kennis rond natuur & gezondheid in het kader van het Europese project 'Health and Social Benefits of Nature and Biodiversity Protection', was een belangrijk aandachtspunt verschil in bewijscultuur tussen verschillende spelers in het veld van natuur & gezondheid. Bekende algemene voorbeelden van verschillen zijn die tussen kwalitatieve en kwantitatieve onderzoekculturen, en tussen het uitdrukken van bewijs in termen van geld of in termen van kwaliteit van leven. In de wetenschap kan bewijs verschillen tussen disciplines, bv tussen natuurwetenschappers, gezondheidswetenschappers en sociaal wetenschappers. Maar het kan ook verschil

in bewijs binnen een wetenschappelijk veld betreffen. Van den Berg & Van den Berg (2015) beschrijven een piramide van bewijs binnen de medische wetenschap: verschillende vormen van onderzoek dragen in verschillende mate bij tot bewijs. Het betreft hier niet enkel verschil van bewijscultuur in de wetenschap, het kan ook verschil betreffen tussen wetenschap en beleid, of tussen maatschappelijke sectoren.

In de workshop van het EU-project kwamen vier belangrijke kansen naar voren als het gaat om bewijs. Ten eerste is er kans voor betere afstemming tussen vormen van bewijs en de specifieke doelstelling of context waarvoor ze moet dienen. Ten tweede is er kans voor betere afstemming tussen verschillende bewijsculturen of verschillende bewijsverwachtingen. Een goede basis voor beide kansen wordt geboden door samenwerkingsonderzoek waarbij experts van begin tot einde doelgroepen en eindgebruikers betrekken bij het onderzoek. Ten derde is er kans voor complementariteit van de wetenschap aan meer praktijkgericht werk: wetenschappelijke kwaliteit en benadering zijn nodig om te monitoren hoe de praktijk uitpakt, bv in termen van gezondheidsindicatoren, en te evalueren wat hiervan de lessen zijn. Ten slotte is er kans voor meer holistische benaderingen als aanvulling op onderzoek en praktijk waarbinnen op een beperkte set van relevante aspecten gefocust wordt.

## **Kansen voor ondersteunend beleid**

Gelijklopend met de aanbeveling van het CBD – WHO rapport (2015) voor betere integratie, haalt Minister Van Deuren in zijn beleidsnota (Beleidsnota Vlaamse Regering op het vlak van welzijn, volksgezondheid en gezin voor de periode 2014–2019) het bekende adagium ‘health is in all policies’ aan. Dit deed hij ook op de Natuurpunt inspiratiedag ‘Natuur en welzijn’ in 2015. Hoewel het adagium in de beleidsnota vooralsnog niet specifiek betrekking heeft op natuur & gezondheid, weerklinkt het wel rond gerelateerde thema’s als gezond-

heidsongelijkheid en milieugezondheidszorg. Samengevoegd met bovengenoemde kansen en de inspiratie die hij heeft opgedaan op de inspiratiedag van Natuurpunt, kunnen we hoopvol zijn, ook al zijn thema’s als natuur, en groene ruimte in de beleidsnota vooralsnog afwezig. In spiegelbeeld is er in de beleidsnota van Minister Schauvliege (Vlaamse beleidsnota Omgeving 2014–2019) vooralsnog geen gezondheid te vinden in relatie tot natuur, maar al wel in relatie tot milieu. Zoals de gezondheidszorg in het algemeen nog altijd vooral wit en weinig blauwgroen is, is er in de Federale Beleidsnota Gezondheidszorg (2014) van Minister De Block ook geen natuur te vinden, maar is er derhalve des te meer te winnen.

## **Werk aan de winkel!**

Er zijn kansen voor interventie-onderzoek:

- Praktijkgericht, met aandacht voor de kwaliteit van natuur (groen en blauw) en voor de verscheidenheid van mensen en doelgroepen, ook voor kwetsbare groepen en bij voorkeur in samenwerking met mensen uit de praktijk.
- Gegevens verzamelen uit de praktijk en opvolgen over langere tijd, gezondheidseffecten evalueren, lessen trekken en verbeterpunten bepalen, uitproberen, verder opvolgen en evalueren.
- En natuurlijk kennis verspreiden: trainingen opzetten voor professionals (gezondheidszorg, groenbeheer, overheid, lokaal beleid, bedrijven) en andere geïnteresseerden uit de praktijk. Met steun in de gezondheidssector en van de overheid staan we samen sterk.

Deze organisaties willen samen beleid, wetenschap en praktijk rond natuur & gezondheid dichterbij elkaar brengen door praktijkgericht onderzoek:

Hebt u vragen of interesse? Contacteer: [hans.keune@inbo.be](mailto:hans.keune@inbo.be)



**ELIZA**

Eerstelijns- en Interdisciplinaire Zorg Antwerpen  
Universiteit Antwerpen



**BIODIVERSITY AND HEALTH**

Belgian Community of Practice



**Provincie  
Antwerpen**



natuurpunt



**Natuurpunt CVN**  
Leren zit in onze natuur

INSTITUUT  
**NATUUR- EN BOSONDERZOEK**



BOS+  
VRIJE TOEGANG BIENHOUDEN



Biodiversity.be