

Op weg naar een Rookvrije Generatie

Alle kinderen de kans geven volledig rookvrij op te groeien. Dat is het doel van de Rookvrije Generatie, een initiatief van Longfonds, Hartstichting en KWF Kankerbestrijding. Dit voorjaar voeren ze campagne onder de slogan: 'De wereld wordt rookvrij, wen er maar aan'. Steeds meer partijen sluiten zich aan bij dit initiatief, waaronder gemeenten en bedrijven.

Tekst: Eveline van Herwaarden



Elke week steken honderden tieners hun eerste sigaret op. Pijnlijk, want één op de twee rokers overlijdt hier uiteindelijk aan. Een rookverslaving, maar óók meeroken, kan kanker, hart- en vaatziekten en longziekten veroorzaken. De initiatiefnemers van de Rookvrije Generatie voelen daarom de urgentie om kinderen te beschermen, tegen tabaksrook én tegen de verleiding om te gaan roken. Rookvrij opgroeien moet vanzelfsprekend zijn.

Rookvrije bushaltes

Hans Buijtelaar, wethouder in Amersfoort, hoeft je niet te overtuigen. 'Vroeger was roken normaal. Als mijn ouders een feestje hadden, stond de kamer blauw van de rook', vertelt hij. 'Ondanks dat we in onze gemeente al veel locaties rookvrij hebben gemaakt, zoals de

sportvelden, waren er nog steeds plekken waar je door de rookwolken heen liep.' Buijtelaar doelt bijvoorbeeld op het plein voor het station en de bushaltes in de stad. De gemeenteraad besloot het beleid op treinperrons en sportvelden door te trekken naar de bushaltes, samen met busmaatschappij Syntus. Buijtelaar: 'We doen dit niet vanuit betutteling, maar willen in

De wereld wordt rookvrij, wen er maar aan!

onze stad graag laten zien dat het ook gezonder kan. Dat werkt als je het goed uitlegt. Niemand is tegen gezondheid en niemand wil dat zijn kind gaat roken.' De wethouder hoopt dat andere gemeenten het voorbeeld overnemen. In Amersfoort zijn de eerste tegels inmiddels geplaatst: 'Dit is een rookvrije plek'.



Geen verleidingen in de winkel

Ook in de winkels van Kruidvat en Trekpleister wordt het roken sterk ontmoedigd. Sinds 2020 is in de schappen geen tabaksproduct meer te vinden. 'Onze medewerkers staan elke dag klaar om onze klanten te adviseren over een goede gezondheid, daar past het verkopen van sigaretten en tabak niet bij', zegt Ed van de Weerd, CEO van A.S. Watson

Health & Beauty Benelux, moederbedrijf van Trekpleister en Kruidvat. 'Als eerste winkelketen in Nederland en België zijn wij volledig met de verkoop van tabaksproducten gestopt. Ik vind dat het bij onze verantwoordelijkheid past. We krijgen wekelijks veel gezinnen over de vloer. Door te stoppen met de verkoop van tabakswaren willen we het gebruik ervan onder de nieuwe generatie ontmoedigen. Het moet niet langer normaal zijn om producten die zo schadelijk zijn voor de gezondheid overal te verkopen.' De klant is het daar overigens helemaal mee eens: 82% van de Nederlandse klanten vindt het een goede zaak dat tabaksartikelen op minder plekken verkocht worden en 73% wil geen verkoop op plekken waar kinderen komen (bron: A.S. Watson Benelux).

Wilt u meedoen aan de Rookvrije Generatie of er meer over lezen? Ontdek hoe de wereld rookvrij wordt op rookvrij.nl.

GASTCOLUMN

Stop eerst met roken, daarna met de pil

Je wilt zó graag een baby, maar je bent bang dat het niet gaat lukken. Jullie proberen het al een tijdje. Om dan voordat je zwanger bent te gaan stoppen met roken. Dat geeft alleen maar stress, denk je. Maar juist die eerste weken in de zwangerschap zijn ontzettend belangrijk voor de gezondheid van je kindje, naast het feit dat je veel vruchtbaarder bent als je gestopt bent met roken. Roken tijdens de zwangerschap geeft, naast aangeboren afwijkingen, meer kans op luchtwegproblemen van je kindje. Ook is de kans op vroeggeboorte en groeiachterstand groter. Vaak denkt de rokende zwangere dat te veel stress niet goed is voor het kindje in de buik. Dat is juist, veel mentale stress gééft problemen. Maar roken veroorzaakt fysieke stress: de bloeddruk loopt op en de bloedvaten vernauwen zich. De placenta kan dus minder zuurstofrijk bloed doorlaten voor je kindje, waardoor het minder goed kan groeien. Ontwenningssymptomen van de roker voelen aan als stress, die alleen maar is op te lossen met een nieuwe sigaret om het nicotinetekort in het brein weer aan te vullen. Als je na de bevalling nog steeds rookt, is de kans op luchtwegproblemen, longontstekingen en virusinfecties van je kindje door de tweedehands rook verhoogd. Ook heeft je kindje meer risico op oorontstekingen.

Roken is een ernstige verslaving. Het is niet eenvoudig om te stoppen. Maar het is ontzettend belangrijk om dat wel te doen als je zwanger wilt worden of bent.

Als je dochter een tiener is, wil je natuurlijk ook niet dat zij gaat roken. Als jijzelf niet rookt en je haar duidelijk maakt dat het risico op een verslaving al bij één sigaret kan optreden, is de kans dat zij hiermee gaat experimenteren veel kleiner. Twee van de drie kinderen die één sigaret proberen, worden een dagelijkse roker. Als je dochter een van die twee is en zij later zwanger wil worden, zit ook zij vast in haar verslaving.

Als ouder wordt het je niet makkelijk gemaakt. Op elke straathoek zijn sigaretten voor een paar euro te koop. Een vergunning heeft de verkoper niet nodig. De prijs wordt niet structureel opgehoogd. In vrijwel elke supermarkt, benzinstation en boekwinkel kan je dochter aan sigaretten komen. Er is geen serie of film waarin niet gerookt wordt. Influencers op Instagram maken reclame voor sigaretten.

Overheid, doe iets om onze meisjes te beschermen. Zorg, naast de HPV-vaccinatie tegen baarmoederhalskanker, voor een veel effectiever anti-tabaksbeleid.

Wanda de Kanter

Longarts Wanda de Kanter is onvermoeibaar voorvechter van rookpreventie. In januari van dit jaar stopte ze met haar werk in het Antoni van Leeuwenhoek Ziekenhuis om zich volledig te kunnen richten op wat haar zo na aan het hart ligt: zorgen dat kinderen niet gaan roken, zorgen dat mensen stoppen met roken én benadrukken hoe verslavend tabak is.

