

JANUARI 2020

KERNCIJFERS ROKEN 2018

DE LAATSTE CIJFERS OVER ROKEN, STOPPEN MET ROKEN, MEEROKEN
EN HET GEBRUIK VAN ELEKTRONISCHE SIGARETTEN

ROKEN IN NEDERLAND



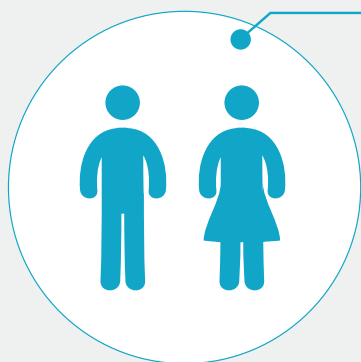
22,4%

van de volwassenen
(18 jaar en ouder)
rookte in 2018

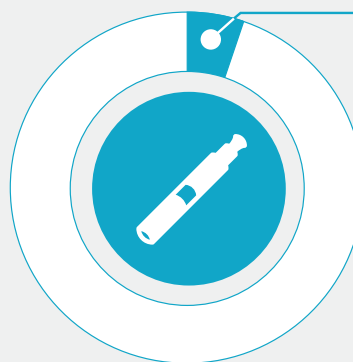


36,9%

Ruim 1 op de 3 rokers
heeft in 2018 een
serieuze stoppoging
gedaan



Ongeveer
3 miljoen
volwassenen
rookten in 2018



3,1%

van de volwassenen
heeft in 2018 wel eens
een elektronische
sigaret gebruikt



DEZE FACTSHEET

In deze factsheet staan de kerncijfers uit 2018 over roken, stoppen met roken en het gebruik van elektronische sigaretten. Alle cijfers gaan over volwassenen van 18 jaar en ouder. De cijfers zijn afkomstig uit de Gezondheidsenquête, een onderdeel van de landelijke Leefstijlmonitor.¹

DE LEEFSTIJLMONITOR

Sinds 2014 werkt een groep gezondheidsinstituten, waaronder het Trimbos-instituut, samen aan de Leefstijlmonitor. De Leefstijlmonitor is een groep landelijke monitors over leefstijlthema's, zoals roken, alcohol en drugs. Een monitor is een jaarlijks onderzoek over hoeveel Nederlanders iets doen (bijvoorbeeld roken), of hoe Nederlanders over iets denken (bijvoorbeeld of ze willen stoppen met roken). Het doel van de Leefstijlmonitor is om te zorgen dat alle monitors over leefstijlthema's goed uitgevoerd worden en dat de uitkomsten goed met elkaar vergeleken kunnen worden. De Leefstijlmonitor wordt geleid door het RIVM. Het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport betaalt de monitors.

Voor elk onderwerp worden landelijke kerncijfers gepubliceerd. Bij roken zijn dat bijvoorbeeld het percentage rokers onder volwassenen en het percentage rokers dat geprobeerd heeft te stoppen met roken. De overheid gebruikt deze cijfers voor het maken van beleid en wetenschappers gebruiken ze voor onderzoek.

HOE HEBBEN WE DIT ONDERZOEK UITGEVOERD?

In deze factsheet staan de kerncijfers voor roken, stoppen met roken en het gebruik van elektronische sigaretten. We hebben hiervoor de gegevens uit Gezondheidsenquête gebruikt. Dat is een jaarlijks onderzoek van het Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS).

Het CBS verzamelt sinds 1981 elk jaar gegevens over de gezondheid van de Nederlandse bevolking. Met die gegevens berekenen we onder andere de kerncijfers over roken. Het CBS gebruikt de Basisregistratie Personen om ervoor te zorgen dat de groep deelnemers zoveel mogelijk lijkt op de Nederlandse bevolking. De Gezondheidsenquête is daardoor *representatief* voor de Nederlandse bevolking. In 2018 hebben 8.022 Nederlanders van 18 jaar en ouder de Gezondheidsenquête ingevuld.

Elk jaar verstuurt het CBS brieven aan per toeval geselecteerde Nederlanders met een uitnodiging om de vragenlijst online in te vullen. Bij een deel van de mensen die hier niet op reageren, gaat het CBS langs voor een persoonlijk interview. Meer informatie over het onderzoek kun je vinden op de [website van het CBS](#).²

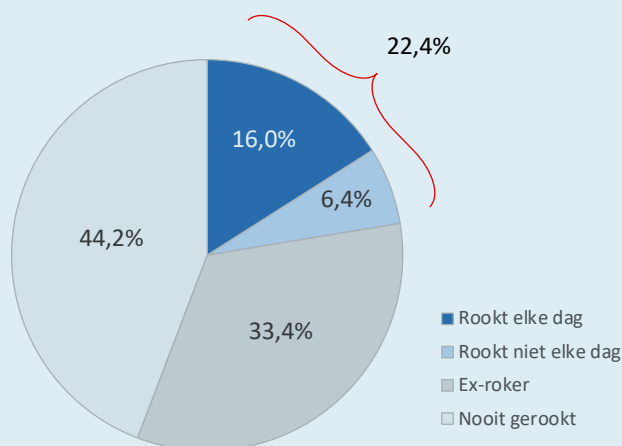
In deze factsheet hebben we het vaak over 'roken'. We hebben het dan over alle volwassenen van 18 jaar en ouder die wel eens roken. Dat zijn dus zowel de mensen die elke dag roken (dagelijkse roker) als de mensen die niet dagelijks roken. Alle cijfers gaan over volwassenen van 18 jaar en ouder en slaan op het jaar 2018. We vergelijken de cijfers van 2018 steeds met die van het jaar daarvoor (2017) en het jaar dat de Leefstijlmonitor voor het eerst deze gegevens verzamelde (2014). We kijken in deze factsheet steeds naar verschillen in opleidingsniveau, migratieachtergrond, geslacht en leeftijd. De cijfers uit deze factsheet staan ook op de website [Staat van Volksgezondheid en Zorg](#).³ Op die website staan namelijk alle kerncijfers die het ministerie van VWS gebruikt voor nationaal preventief gezondheidsbeleid.

WAT BEDOELEN WE MET 'SIGNIFICANT'?

In deze factsheet zeggen we soms dat verschillen groepen *significant* verschillen. We bedoelen daarmee dat het verschil statistisch significant is. Als een verschil in een onderzoek statistisch significant is, dan weet je dat de kans klein is dat het verschil door toeval is veroorzaakt. Als we naar veranderingen door de tijd kijken, vergelijken we de gegevens uit 2018 met die uit 2014 en 2017. In 2014 werd de Leefstijlmonitor opgericht. We vermelden het steeds duidelijk of een verandering door de tijd statistisch significant is.



Figuur 1. Percentage rokers onder volwassenen in 2018.



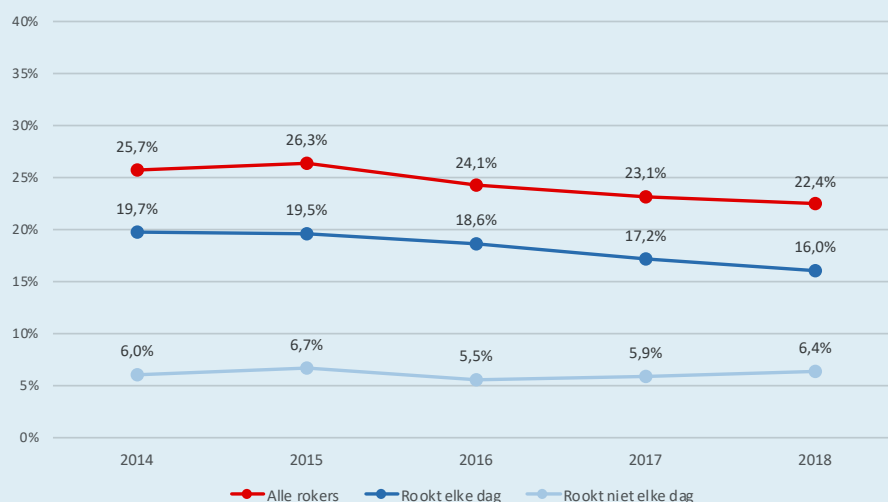
Uitleg: In 2018 rookte 22,4% van de volwassen Nederlanders. 16,0% rookte elke dag en 6,4% rookte niet elke dag. Dat betekent dat 71,6% van de rokers elke dag rookte.

Tabel 1. Geschat aantal rokers in 2018.

	Schatting	Ondergrens	Bovengrens
Alle rokers	3.026.000	2.892.000	3.161.000
Laag opgeleid	894.000	815.000	973.000
Middelbaar opgeleid	1.343.000	1.248.000	1.438.000
Hoog opgeleid	735.000	663.000	808.000
Dagelijkse rokers	2.166.000	2.050.000	2.282.000
Laag opgeleid	752.000	680.000	825.000
Middelbaar opgeleid	1.002.000	919.000	1.084.000
Hoog opgeleid	367.000	316.000	417.000

Uitleg: In 2018 rookten naar schatting ruim 3 miljoen mensen van 18 jaar en ouder. Omdat deze berekening een schatting is, hebben we een bovengrens en een ondergrens berekend. We weten niet van alle deelnemers aan het onderzoek welke opleiding ze hebben gedaan.

Figuur 2. Percentage rokers per jaar onder volwassenen.

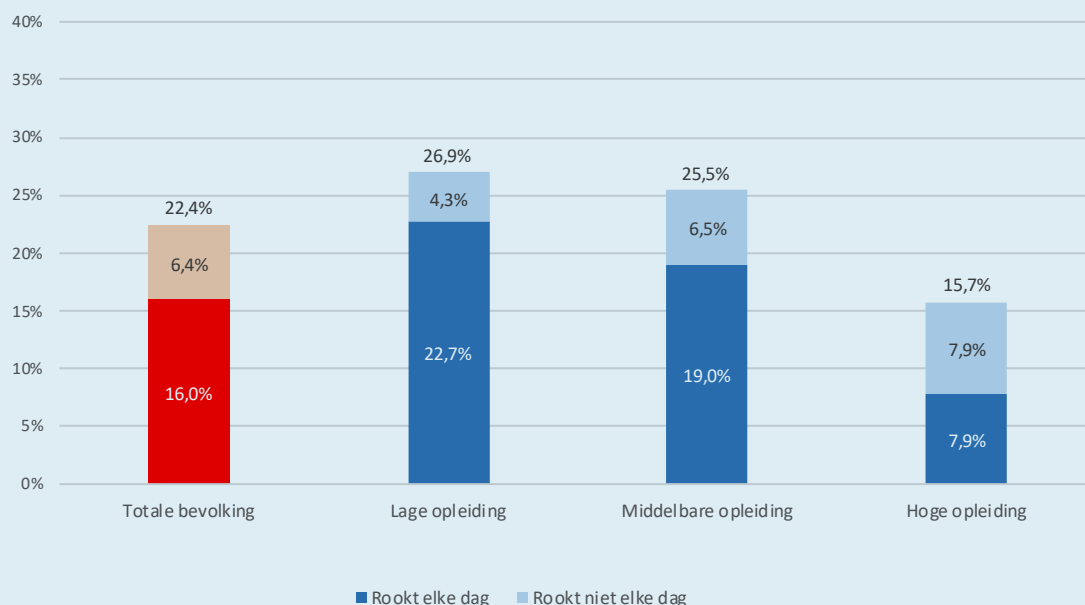


Uitleg: Het percentage rokers onder volwassenen is tussen 2014 en 2018 *significant** gedaald. Ook het percentage mensen dat elke dag rookt is *significant* gedaald. Tussen 2017 en 2018 daalde het totale percentage rokers niet *significant*, maar het percentage dagelijkse rokers wel. Het percentage niet-dagelijkse rokers is niet *significant* veranderd over de jaren heen.

* Op pagina 2 leggen we uit wat we met '*significant*' bedoelen.

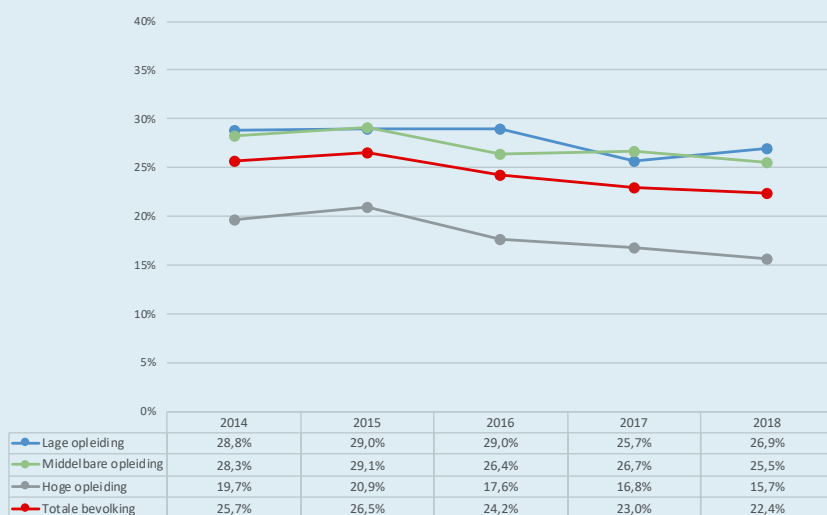


Figuur 3. Percentage rokers in 2018 naar opleiding.



Uitleg: Onder mensen met een lage of middelbare opleiding rookt een significant groter deel dan onder mensen met een hoge opleiding. De drie opleidingsgroepen verschillen daarnaast significant van elkaar in het percentage rokers dat elke dag rookt. Ter vergelijking staan de percentages van de totale bevolking ook in de figuur (in rood).

Figuur 4. Percentage rokers per jaar, naar opleiding.



Uitleg: In geen van de opleidingsgroepen werd in 2018 significant meer of minder gerookt dan in 2017. Onder mensen met een middelbare of hoge opleiding rookten in 2018 wel significant minder mensen dan in 2014. Onder mensen met een lage opleiding is er geen significant verschil tussen 2014 en 2018.

WAT IS LAAG, MIDDELBAAR OF HOOG OPGELEID?

We vergelijken in dit onderzoek drie opleidingsgroepen:

Lage opleiding:
Basisonderwijs, LBO, MAVO of VMBO

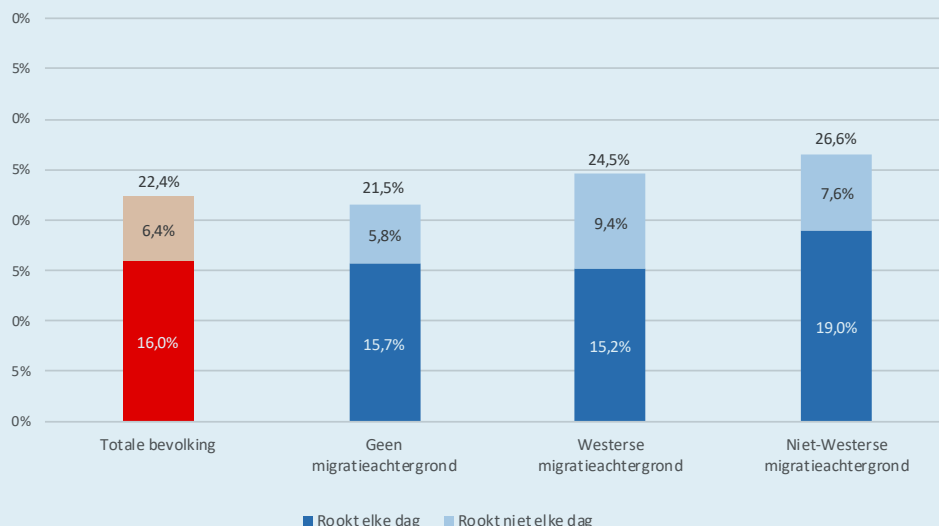
Middelbare opleiding:
MBO, HAVO of VWO

Hoge opleiding:
HBO of universiteit

Bij mensen van 18 tot en met 24 jaar gebruiken we de hoogste opleiding die ze nu volgen of vroeger hebben gevolgd. Bij mensen van 25 jaar of ouder gebruiken we de hoogste afgeronde opleiding. Het CBS doet dit anders in haar statistieken. Zij kijkt dan alleen naar de hoogste afgeronde opleiding en telt mensen onder 25 jaar niet mee.

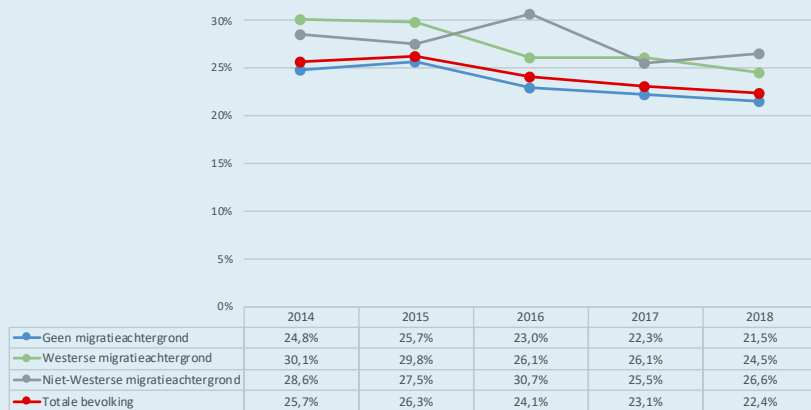


Figuur 5. Percentage rokers in 2018 naar migratieachtergrond.



Uitleg: Onder zowel mensen met een Westerse als een niet-Westerse migratieachtergrond rookt een groter deel dan onder mensen zonder migratieachtergrond. Er is geen verschil in het percentage rokers tussen mensen met een Westerse en een niet-Westerse migratieachtergrond. Wel is het zo dat onder mensen met een niet-Westerse migratieachtergrond een significant groter deel *elke dag* rookt. Onder mensen zonder migratieachtergrond en onder mensen met een Westerse migratieachtergrond rookt een ongeveer even groot deel *elke dag*.

Figuur 6. Percentage rokers per jaar, naar migratieachtergrond.



Uitleg: In geen van de groepen rookten in 2018 significant meer of minder mensen dan in 2017. Wel rookten in 2018 onder mensen zonder migratieachtergrond en onder mensen met een Westerse migratieachtergrond significant minder mensen dan in 2014. Onder mensen met een niet-Westerse migratieachtergrond is er geen significant verschil tussen 2014 en 2018. Let op: In ons onderzoek doet elk jaar maar een kleine groep mensen met een niet-Westerse migratieachtergrond mee (800 mensen). Hierdoor is het moeilijker een goede schatting te maken. Dat zorgt ervoor dat het in 2016 leek alsof er veel meer rokers waren in deze groep dan dat er waarschijnlijk in het echt waren. Het is bij kleine groepen daarom belangrijk om alleen naar het percentage rokers door de tijd heen te kijken.

WAT IS EEN MIGRATIE ACHTERGROND?

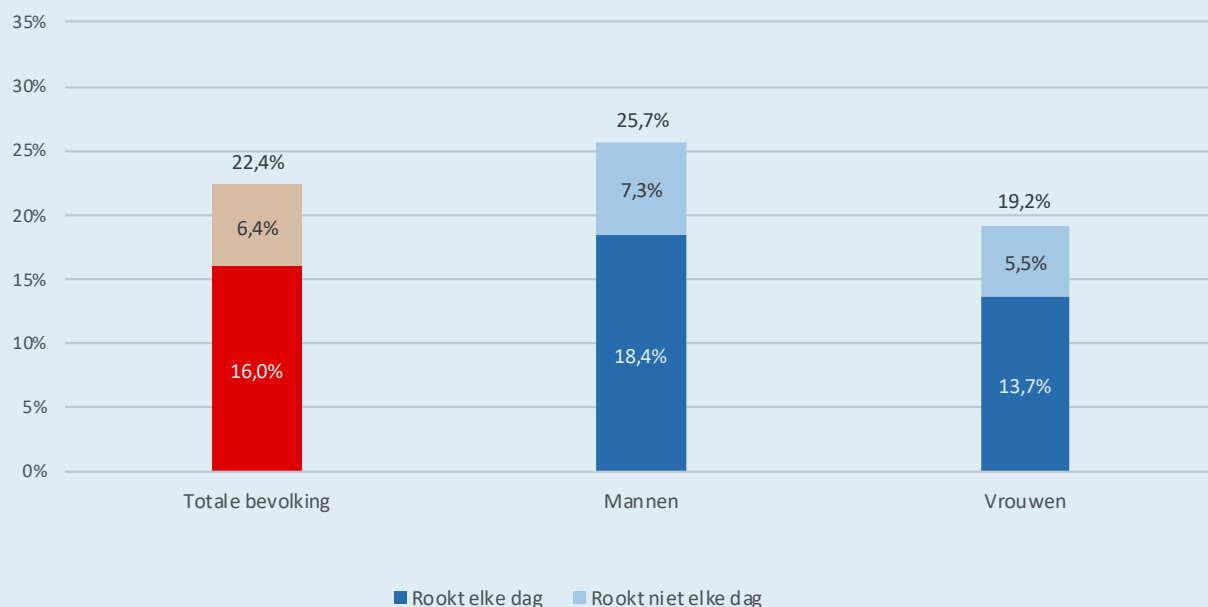
Zijn jij of een van je ouders buiten Nederland geboren? Dan heb je een migratieachtergrond. Je hebt een Westerse migratieachtergrond als jijzelf of een van je ouders geboren zijn in Noord-Amerika, Oceanië of Europa (Turkije telt niet mee als Westers land). Ook als jij of een van je ouders in Japan of Indonesië zijn geboren, heb je een Westerse migratieachtergrond. Je hebt een niet-Westerse achtergrond als jijzelf of een van je ouders geboren is in een ander land.

Meer weten?

Kijk op de [website van het CBS](#).⁴

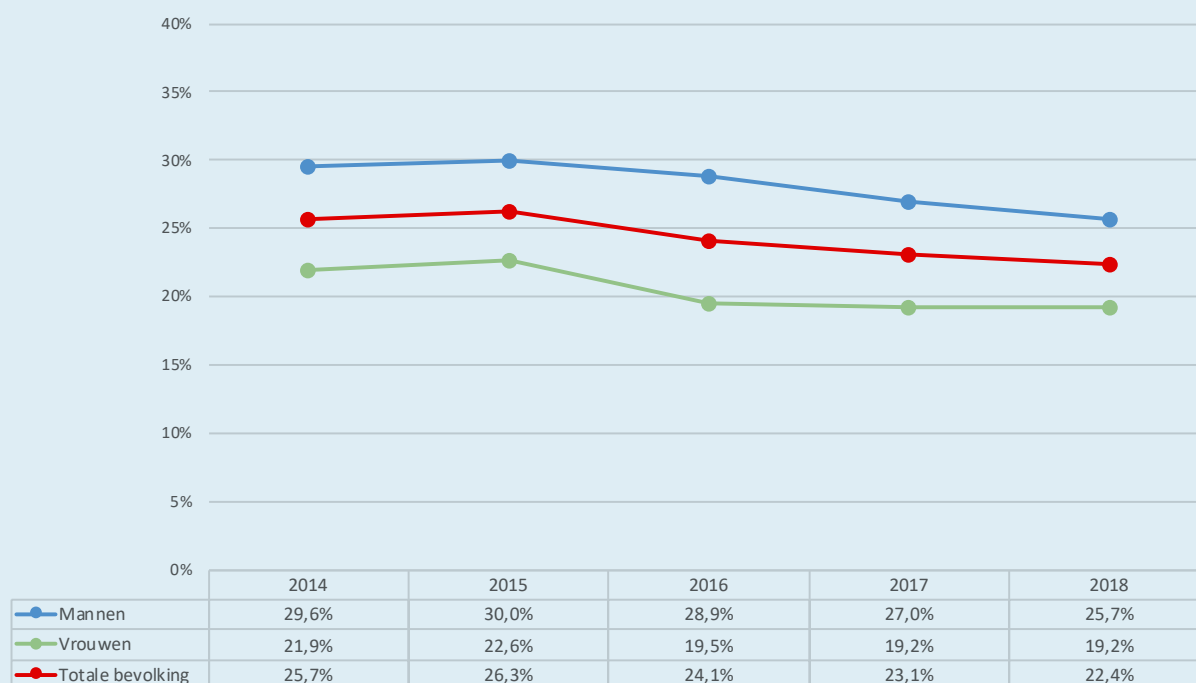


Figuur 7. Percentage rokers in 2018 onder mannen en vrouwen.



Uitleg: Onder mannen rookt een groter deel dan onder vrouwen. Ook rookt onder mannen een groter deel elke dag.

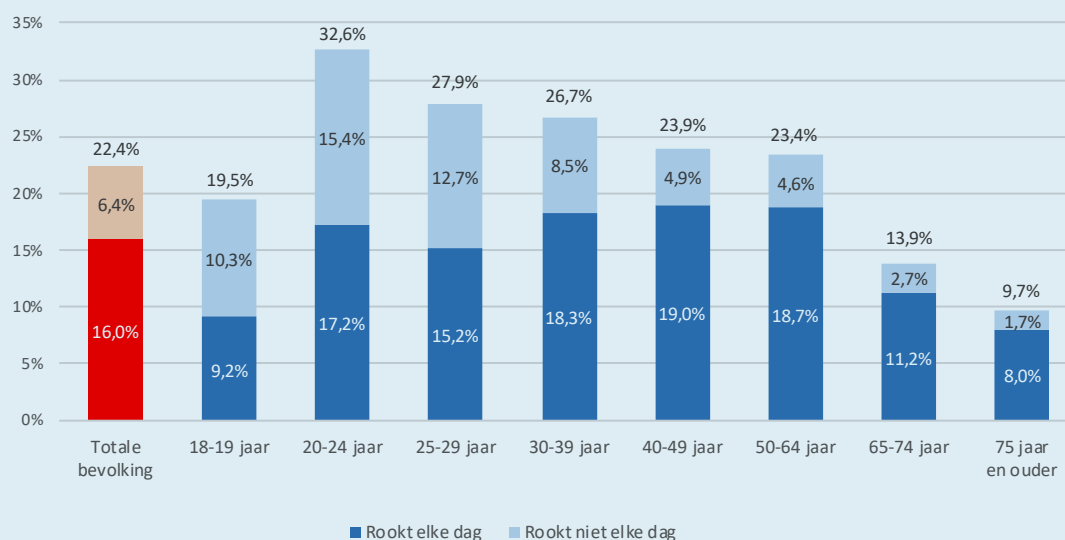
Figuur 8. Percentage rokers per jaar onder mannen en vrouwen.



Uitleg: Het percentage rokers is onder zowel mannen als vrouwen tussen 2017 en 2018 niet significant veranderd. Wel rookten in 2018 significant minder mannen én minder vrouwen dan in 2014.

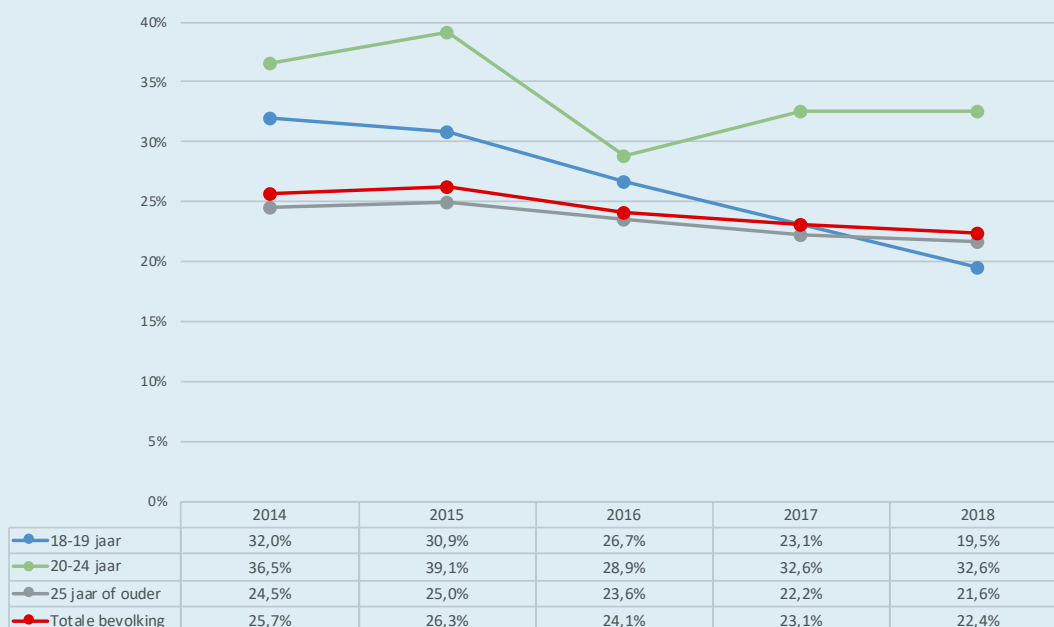


Figuur 9. Percentage rokers in 2018 naar leeftijd.



Uitleg: Wat opvalt is dat onder de 18- en 19-jarigen bijna 1 op de 5 rookt, terwijl onder de mensen tussen de 20 en 24 jaar bijna 1 op de 3 rookt. Ongeveer de helft daarvan rookt elke dag. In de groepen tussen de 25 en 65 jaar rookt ongeveer 1 op de 4 mensen. Het minst roken mensen die ouder zijn dan 65 jaar.

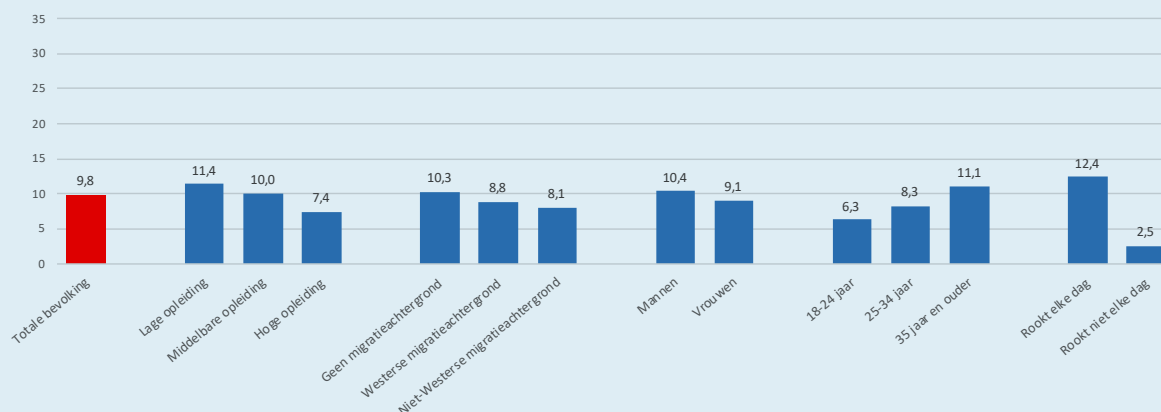
Figuur 10. Percentage rokers per jaar, naar leeftijd.



Uitleg: Wat opvalt is dat de 18 en 19-jarigen in 2018 significant minder rookten dan in 2014. In dit onderzoek doen jaarlijks slechts 200 18-19-jarigen en ongeveer 400 20-24-jarigen mee. Omdat dit kleine groepen zijn, zijn de schattingen minder betrouwbaar.

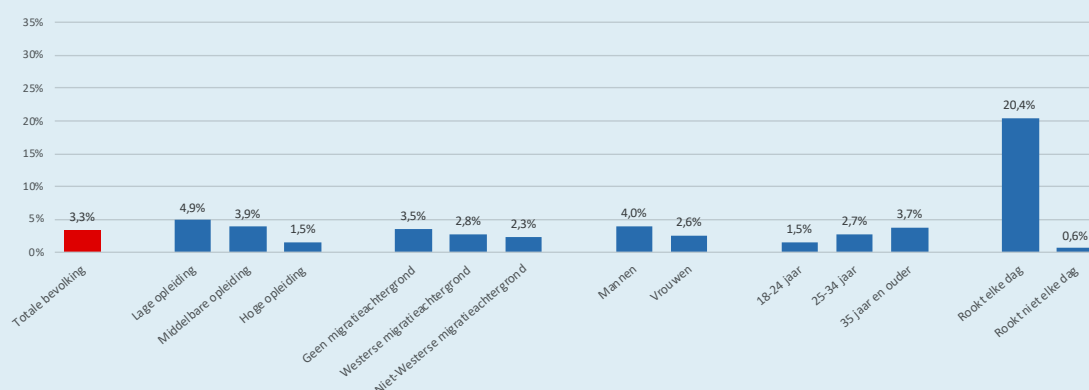


Figuur 11. Het aantal sigaretten per dag dat rokers rookten in 2018.



Uitleg: Deze grafiek gaat alleen over rokers. We kijken naar het aantal sigaretten dat mensen per dag roken. Het meeste wordt gerookt door mensen met een lage opleiding, mensen zonder migratieachtergrond, mannen, mensen van 35 jaar of ouder en mensen die elke dag roken.

Figuur 12. Percentage volwassenen dat zwaar rookte in 2018.



Uitleg: Er zijn in Nederland nog maar weinig zware rokers. We noemen iemand een zware roker als hij of zij gemiddeld 20 sigaretten of meer per dag rookt. Zwaar roken komt het meeste voor onder mensen met een lage opleiding, mannen, mensen ouder dan 35 en rokers die elke dag roken. Er is geen significant verschil tussen de groepen met een verschillende migratieachtergrond.

WAT IS ZWAAR ROKEN?

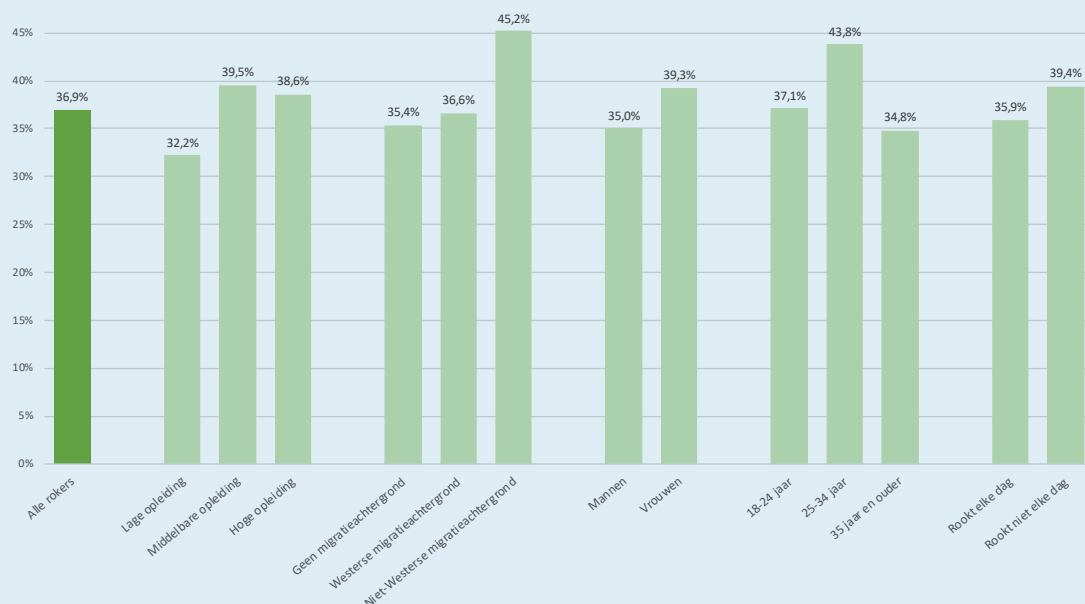
Als iemand gemiddeld 20 sigaretten of meer per dag rookt, noemen we hem of haar een 'zware roker'.

De term 'zware roker' is een vertaling van het Engelse *heavy smoker*. Het is belangrijk om te weten hoeveel rokers zware roker zijn en of dit over de jaren heen minder of meer wordt. Mensen die zwaar roken hebben een grotere kans om door het roken ziek te worden of te sterven. Mensen die hun hele leven zwaar roken, gaan gemiddeld 13 jaar eerder dood dan niet-rokers. Mensen die niet zwaar roken maar wel elke dag een sigaret opsteken, gaan gemiddeld 9 jaar eerder dood. Mensen die niet dagelijks roken, gaan gemiddeld 5 jaar eerder dood.⁵

Meer weten? Lees het [uitgebreide artikel](#) over dit onderwerp.

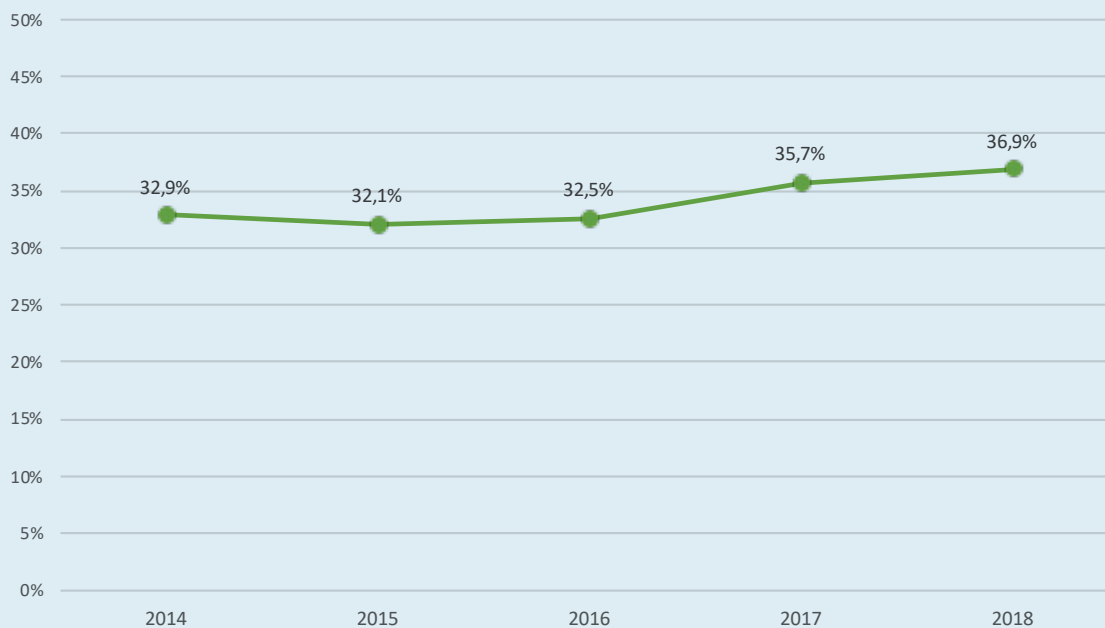


Figuur 13. Percentage van de rokers dat in 2018 in het afgelopen jaar een serieuze stoppoging had gedaan.



Uitleg: Ruim 1 op de 3 rokers heeft in 2018 een of meer serieuze stoppogingen gedaan. Als iemand probeert te stoppen met roken en dat 24 uur of langer volhoudt, noemen we dat een serieuze stoppoging. Mensen met een lage opleiding proberen significant minder vaak te stoppen dan mensen met een middelbare of hoge opleiding. Het doen van een stoppoging is vooral populair onder mensen met een niet-Westerse migratieachtergrond en mensen tussen de 25 en 34 jaar.

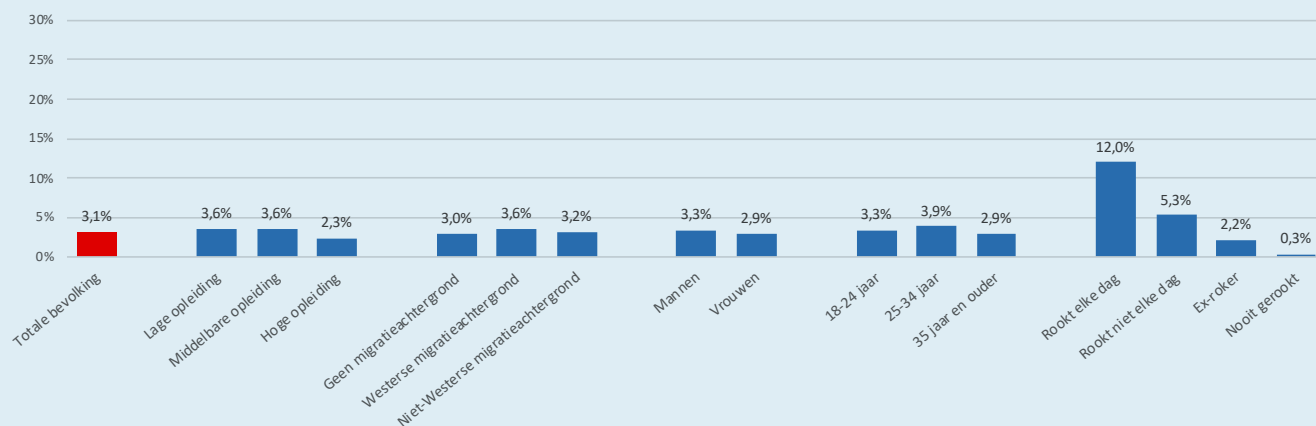
Figuur 14. Percentage rokers dat een serieuze stoppoging heeft gedaan, per jaar.



Uitleg: Het percentage van de rokers dat een serieuze stoppoging heeft gedaan is tussen 2014 en 2018 significant gestegen. Er is geen significant verschil tussen 2017 en 2018.



Figuur 15. Percentage volwassenen dat in 2018 een elektronische sigaret heeft gebruikt.



Uitleg: In deze grafiek kijken we naar alle volwassenen (rokers en niet-rokers). Ongeveer 3% van de volwassenen heeft in 2018 een elektronische sigaret gebruikt. We vonden geen verschillen tussen verschillende groepen. Wel gebruiken rokers veel vaker een elektronische sigaret dan ex-rokers en mensen die nooit gerookt hebben. Rokers die elke dag roken, gebruiken vaker een elektronische sigaret dan rokers die niet elke dag roken.

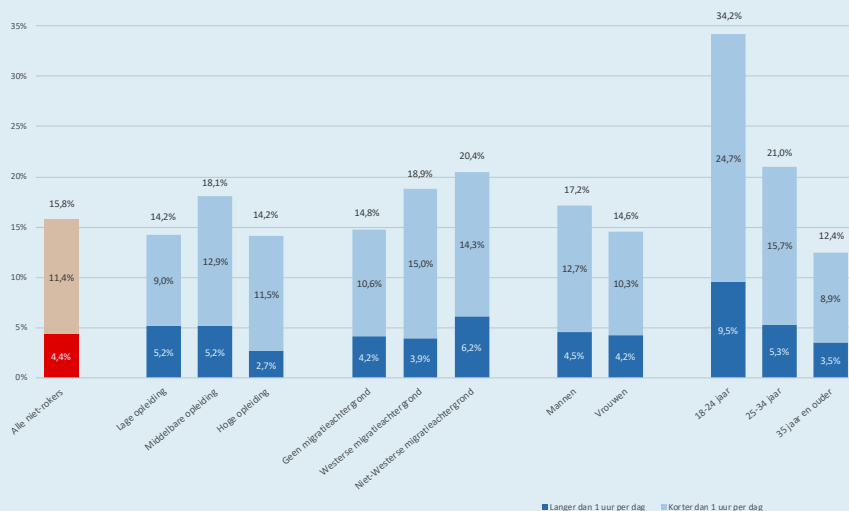
Figuur 16. Percentage volwassenen dat een elektronische sigaret heeft gebruikt, per jaar.



Uitleg: In deze grafiek kijken we naar alle volwassenen (rokers en niet-rokers). Elektronische sigaretten zijn sinds 2007 verkrijgbaar in Nederland. Het zijn elektronische apparaten met de uitstraling van een gewone sigaret die nicotine uit speciaal ontwikkelde vloeistoffen afgeven zonder de schadelijke verbranding van tabak. In de Gezondheidsenquête wordt sinds 2016 gevraagd of deelnemers elektronische sigaretten gebruiken. Tussen 2016 en 2018 is het percentage volwassenen dat een elektronische sigaret heeft gebruikt gelijk gebleven.



Figuur 17. Percentage niet-rokers dat in 2018 binnen werd blootgesteld aan tabaksrook (meeroken).



Uitleg: Deze grafiek gaat alleen over mensen die zelf niet roken. We kijken hoeveel niet-rokers aangeven dat ze binnen (in een gebouw of huis) wel eens worden blootgesteld aan de tabaksrook van anderen (meeroken). We hebben dit uitgesplitst tussen langer dan een 1 uur per dag en korter dan 1 uur per dag. Groepen die het meest worden blootgesteld (langer of korter dan 1 uur per dag samen) zijn mensen met een middelbare opleiding, mensen met een migratieachtergrond, mannen, en mensen tussen de 18 en 24 jaar oud. Mensen tussen de 18 en 24 jaar worden het vaakst minimaal één uur per dag blootgesteld.

MEEROKEN: IN DE ROOK VAN EEN ANDER

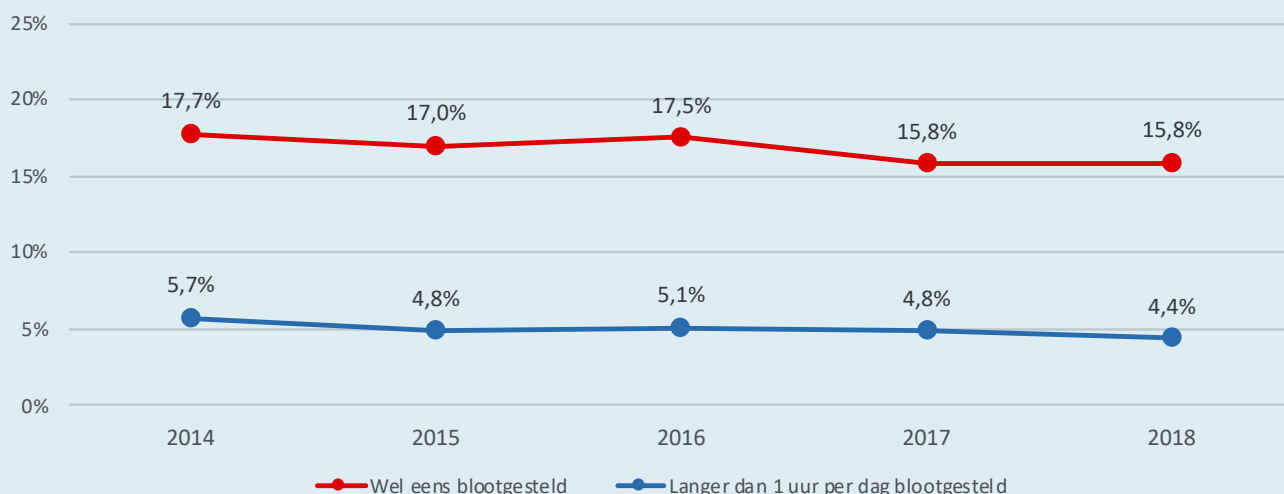
Als iemand zelf niet rookt, maar wel de tabaksrook van een ander inademt, noemen we dat meeroken.

Meeroken is slecht voor je gezondheid. Ook als je zelf niet rookt. Je kunt van meeroken dezelfde ziektes krijgen als van zelf roken. De risico's daarop zijn uiteraard wel veel kleiner. Vooral voor kleine kinderen is meeroken ongezond. Zij krijgen sneller longproblemen of oorontstekingen.

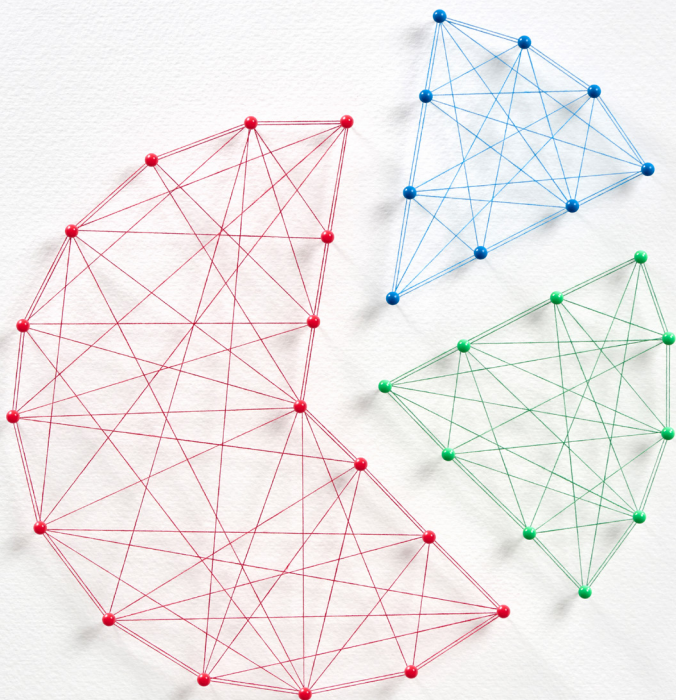
Meer weten?

Lees de [infographic over meeroken](#)⁶ of de [uitgebreide facsheet](#).⁷

Figuur 18. Percentage niet-rokers dat binnen wordt blootgesteld aan tabaksrook, per jaar.



Uitleg: Deze grafiek gaat alleen over mensen die zelf niet roken. Het percentage niet-rokers dat binnen (in een gebouw of huis) wel eens aan tabaksrook van anderen wordt blootgesteld, is tussen 2014 en 2018 gedaald. Ook het percentage dat elke dag minimaal één uur in de rook van een ander zit is tussen 2014 en 2018 gedaald.



EN NU VERDER...

Wil je meer weten over dit thema? Lees dan ook onderstaande factsheets:

- [Rookprevalentie in Europa: een vergelijking tussen 8 landen](#)
- [Monitor Middelengebruik en Zwangerschap 2018](#)
- [Infographic meerroken: feiten en cijfers 2016](#)

WIJ GAAN OOK VERDER...

Ook de komende jaren gaan we door met het monitoren van het roken in Nederland. Wij vinden het belangrijk dat iedereen gemakkelijk de belangrijkste cijfers kan vinden. De meest recente cijfers rondom roken, alcohol en drugs vind je altijd op: trimbos.nl/kerncijfers.

Heb je vragen over deze factsheet? Neem dan contact op met Jeroen Bommelé (jbommele@trimbos.nl).

VERWIJZINGEN

1. Gezondheidsenquête/Leefstijlmonitor, CBS i.s.m. RIVM en Trimbos-Instituut, 2018.
2. Gezondheidsenquête vanaf 2014. <https://www.cbs.nl/nl-nl/onze-diensten/methoden/onderzoeksomschrijvingen/korte-onderzoeksbeschrijvingen/gezondheidsenquête-vanaf-2014>.
3. Staat van Volksgezondheid en Zorg (Staat van V & Z). www.staatvenz.nl/kerncijfers.
4. Afbakening generaties met migratieachtergrond. <https://www.cbs.nl/nl-nl/achtergrond/2016/47/afbakening-generaties-met-migratieachtergrond>.
5. Bergh CMMR Den, Harteloh PPM, Croes E. Doodsoorzaak nr. 1 bij jonge Nederlanders: de sigaret. Ntvg. 2017;161(D1991).
6. Springvloet L, Kleinjan M, Van Laar M. Meerroken - Feiten en cijfers 2016. 2018;INF028.
7. Ter Weijde W, Croes E, Verdurmen J, Monshouwer K. Factsheet Meerroken. 2015;AF1356:1-10.

Colofon

Auteurs

Jeroen Bommelé
Marc Willemsen

Ontwerp & productie
Canon Nederland N.V.

Beeld

www.istockphoto.com

Productnummer AF1697.

© 2019, Trimbos-instituut, Utrecht

Deze factsheet is gemaakt in opdracht van het ministerie van VWS.

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze opgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, zonder voorafgaande toestemming van het Trimbos-instituut.

**ROKEN
INFOLIJN
0900-1995**

€ 0,10/min
+ de kosten van uw
mobiele telefoon