

- [f Share](#)
- [Tweet](#)
- [in Share](#)
- [g+ Share](#)

⊗  
↗ Share

- [f](#)
- [Tweet](#)
- [in](#)
- [g+](#)

Deze nieuwsbrief [online bekijken](#) | [doorsturen](#)

 Trimbos  
instituut

NATIONAAL  
EXPERTISECENTRUM  
TABAKSONTMOEDIGING  
onderdeel van het Trimbos-instituut



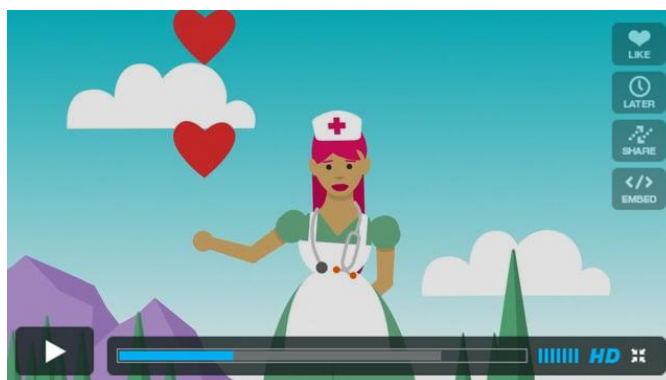
Nieuwsbrief Tabaksontmoediging | Nummer 8 | 15 december 2020

## UITGELICHT - Stoppen met roken sprookje

### Er was eens een slimme specialist..

Medisch specialisten worden vaak geconfronteerd met de gevolgen van roken. Patiënten zijn (ernstig) ziek door de sigaret, maar artsen bespreken de oorzaak lang niet altijd. Een verwijzing naar passende stopzorg krijgen patiënten nog minder vaak. Longartsen en cardiologen lanceren daarom, in samenwerking met het Trimbos-instituut, '[Het Stoppsprookje](#)': Een video met tips en informatie voor specialisten om aan de slag te gaan met stoppen met roken in hun ziekenhuis.

In het sprookje over een slimme specialist delen artsen, rookstopcoaches en ex-rokers hun ervaringen met een rookstoppoli in het ziekenhuis. Roken is de belangrijkste beïnvloedbare gezondheidsfactor. De kans dat stoppen met roken daadwerkelijk lukt, is echter groter als mensen daar hulp bij krijgen. De NVALT (Nederlandse Vereniging van Artsen voor longziekten en tuberculose) en de NVVC (Nederlandse Vereniging Voor Cardiologie) vinden het de verantwoordelijkheid van de specialist om de Stoppen Met Roken zorg in gang te zetten.



Onderzoek

### Roken en ziekten

- Uit een Britse systematische review waarin is gekeken naar nationale en Europese internationale [richtlijnen](#) van tabaksgerelateerde ziekten blijkt dat er nog steeds weinig aandacht is voor stoppen-met-roken. Bij 51% van de richtlijnen kwam roken niet ter sprake, bij 43% werd roken als risicofactor benoemd, bij 31% werd een stopadvies geadviseerd en bij 19% werd verwezen naar specifieke interventies of een stoppen-met-rokenrichtlijn.
- Een systematische review en meta-analyse laat zien dat rokers die een blaasverwijdering ondergaan wegens blaaskanker een verhoogde kans hebben op grote [postoperatieve complicaties](#), infecties en perioperatieve mortaliteit.
- Een meta-analyse met bijna 700.000 patiënten over het effect van tweedehands rook op [neurologische ziekten](#) laat zien dat tweedehands rook een hoger risico geeft op een cardiovasculair accident en cognitieve achteruitgang. Er werd een onverklaard klein beschermend effect gevonden van meerroken op het risico op de ziekte van Parkinson.
- ADHD is een risicofactor voor het ontwikkelen van een tabaksverslaving, blijkt uit een systematische *umbrella review* waarin [risico- en beschermingsfactoren](#) voor onder andere tabaksverslaving werden onderzocht.
- Uit een systematische review naar de effectiviteit van nicotinepleisters in de behandeling van [colitis ulcerosa](#) blijkt dat nicotinepleisters op zichzelf geen effectieve behandeling zijn voor colitis ulcerosa. In combinatie met conventionele therapie blijken nicotinepleisters wel effectief in het voorkomen van exacerbaties bij colitis ulcerosa. Er moet nog verder onderzoek gedaan worden naar de juiste dosering.

### Gezondheidseffecten van de e-sigaret

- Uit een rapport van [SCHEER](#) (Scientific Committee on Health, Environmental and Emerging Risks) in opdracht van de Europese Commissie blijkt toenemend bewijs dat gebruik van e-sigaretten gepaard gaat met verschillende schadelijke gezondheidseffecten. E-sigaretten zijn mogelijk effectief bij het stoppen-met-roken, de bewijskracht hiervoor is echter zwak tot matig.
- [Cochrane](#) concludeert in een systematische review dat 10 op de 100 mensen succesvol zouden kunnen stoppen met roken met behulp van e-sigaretten met nicotine. Voor e-sigaretten zonder nicotine zijn dit er 6 op de 100. Zonder ondersteuning of met alleen gedragsmatige ondersteuning zouden 4 op de 100 succesvol kunnen stoppen met roken. Als kanttekening plaatsen de onderzoekers de inclusie van een klein aantal studies en grote variatie tussen deze studies.
- Een systematische review naar de kortdurende effecten van e-sigaretten op de [bloeddruk](#) laat zien dat e-sigaretten, *zowel met als zonder nicotine*, een kortdurende verhoging van de bloeddruk geven. Wat dat op termijn voor hart en vaten betekent, is nu nog niet te zeggen.

### Epidemiologie roken

- Uit een systematische review van 40 artikelen blijkt dat een hogere dichtheid van [tabaksverkooppunten](#) is geassocieerd met meer rokers, jongere leeftijd waarop mensen starten met roken en minder mensen die stoppen met roken. Met betrekking tot de nabijheid tot tabaksverkooppunten worden geen eenduidige resultaten gevonden.
- Uit een rapport van [ESPAD](#) (European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs) over onder andere tabaksgebruik onder Europese jongeren in 2019 blijkt dat van de 15- en 16-jarigen in Nederland 5,3% dagelijks sigaretten gebruikt, en in de afgelopen 30 dagen 15% een sigaret heeft gebruikt en 9,3% een e-sigaret.

## Hollandse nieuwe

[Tyas Ayuningtyas \(UMCG\)](#) onderzocht de sociale controle gerelateerd aan roken binnen Indonesische gezinnen met één roker.

[Jeroen Bommelé \(Trimbos-instituut\)](#) vond dat na het invoeren van een rookvrij terrein, het draagvlak voor dit beleid toenam en meer werknemers dit als belangrijk beschouwden.

[Hans Brug \(RIVM\)](#), meldde in de corona-inclusieve Volksgezondheid Toekomst Verkenning dat door de coronacrisis rokers meer zijn gaan roken.

[Esther Croes \(Trimbos-instituut\)](#), beschrijft in een factsheet de invloed van accijns op het aantal rokers en dat de stapsgewijze verhoging van accijns wordt beschouwd als de meest effectieve beleidsmaatregel om dit aantal te verlagen.

[Saskia van Dorselaer \(Trimbos-instituut\)](#), publiceerde in een factsheet de actuele cijfers en trends in middelengebruik onder 16- t/m 18-jarige studenten op het MBO en HBO.

[Nienke Fleuren \(Amsterdam UMC\)](#), analyseert in het NTvG twee grote onderzoeken die uitwijzen dat het minderen met roken in de zwangerschap minder schadelijk is dan in dezelfde hoeveelheid doorroken, maar nog steeds gezondheidsrisico's voor het kind meebrengt.

[Heike Garritsen \(Amsterdam UMC\)](#), presenteert in een factsheet over het rookvrij-beleid bij sportverenigingen resultaten van interviews met verenigingen en tips voor de invoering van dit beleid.

[Cloé Geboers \(Trimbos-instituut\)](#), publiceerde een onderzoeksrapport over contact tussen de tabaksindustrie en de overheid, waarin zij concludeerde dat Nederland het relatief goed doet, maar er nog wel verbeterpunten zijn.

[Anne Havermans \(RIVM\)](#), toonde aan dat het maken van tabak met een zeer lage hoeveelheid nicotine technisch mogelijk is, maar meestal tot een minder bevredigende rookervaring leidt.

[Lucy Kok \(SEO\)](#), vond dat, van de onderzochte beleidsopties, de beperking van de verkoop van tabak tot alleen tabaksspecialzaken potentieel tot de grootste daling van verkooppunten en het aantal rokers leidt.

[Karin Monshouwer \(Trimbos-instituut\)](#), publiceerde een factsheet over de opvattingen van ouders over roken, alcohol en drugs waaruit onder andere blijkt dat >80% van de ouders ontevreden zijn over wat andere ouders doen om roken en drinken te voorkomen.

[Barbara van Straaten \(IVO\)](#), concludeerde dat kwetsbare groepen succesvol kunnen worden gerekruteerd in een stoppen-met-rokenprogramma en beveelt hiervoor onder andere een groepssetting en intensief persoonlijk contact met de trainer aan.

[Sigrid Troelstra \(Amsterdam UMC\)](#), onderzocht de verschillen in werkgerelateerde uitkomstmaten tussen niet-rokers, rokers en gestopte rokers.

[Zhijun Zeng \(UMC Groningen\)](#), promoveerde op het effect van vroege blootstelling aan rook op de ontwikkeling en het ouder worden van muizen. Vroege blootstelling aan rook bleek gerelateerd aan een

## Projecten

### Lopende zaken

- De aanmeldingen voor de Rookvrije Generatie Awards zijn geopend: tot 31 januari 2021 kunt u initiatieven die in 2019 of 2020 een bijdrage hebben geleverd aan de Rookvrije Generatie indienen via [rookvrijegeneratie.nl/awards/](http://rookvrijegeneratie.nl/awards/).
- [De intentieverklaring 'Maak de zorg rookvrij'](#) is 18 november ondertekend door 27 koepel- en beroepsorganisaties en een kwaliteitskeurmerk uit de zorg. Samen met de partijen die in 2017 de intentieverklaring ondertekenden, bestrijken de organisaties nu het volledige zorglandschap.
- Longartsen en cardiologen hebben samen met het Trimbos-instituut '[Het Stopsprookje](#)' gelanceerd, een pleidooi om ook vanuit de ziekenhuizen goede rookstopbegeleiding te organiseren.
- Voor zorgprofessionals is het nu mogelijk de Stoplijn van Ikstopnu onder de aandacht van patiënten te brengen via een [afbeelding op het wachtkamerscherf](#).
- De GGZ Ecademy, Verslavingskunde Nederland en de Nederlandse GGZ hebben een [E-learning module rookvrije zorg](#) ontwikkeld. Per 1 januari 2021 is deze E-learning een jaar lang gratis beschikbaar voor iedereen.
- Sinds 7 december wordt in het kader van de campagne 'PUUR rookvrij' een nieuwe radiospot uitgezonden. Rokers worden hierin aangespoord het nieuwe jaar PUUR te starten en de mogelijkheid van het zoeken van hulp wordt benoemd. De [Radiocommercial Goede Voornemens](#) is te beluisteren op [www.puurvoorprofs.nl](http://www.puurvoorprofs.nl).

### In de startblokken

- Voor het online congres van het Nederlands Netwerk voor Tabaksonderzoek (NNvT-congres) van 26 maart 2021 kun je abstract indienen. Meer informatie: <https://nnvt.org/indienen-abstracts/>
- Deelnemers gezocht: Onderzoekers van Universiteit Maastricht, Universiteit van Amsterdam en het MUMC+ hebben een [keuzehulp](#) ontwikkeld om rokers die willen stoppen te helpen een doordachte keuze te maken over stoppen-met-roken methoden. De keuzehulp wordt nu getest en bevindt zich dus in de studiefase. Deelname is gratis en deelnemers ontvangen een beloning van €10,-.

### Terugblik

- [Startbijeenkomst](#) van het [Very Brief Advice-project](#), UMCG, Martini Ziekenhuis en Verslavingszorg Noord Nederland, d.d. 8 oktober 2020 (duur: 8 minuten).
- [Webinar Netwerk Nederland Rookvrij](#), d.d. 5 november 2020 (duur: 1 uur en 35 minuten).
- [COP Week Webinars](#) door Action on Smoking & Health (ASH), d.d. 9-13 november (duur: ca. 1 uur per webinar).
- [De Preventie-podcast - aflevering 2: 'Verpleegkundige spil in goede zorg voor rokende patiënt'](#), NVZ, d.d. 13 november 2020 (duur: 30 minuten).
- [De Preventie-podcast - aflevering 3: 'Zorg dat je weet waarom je rookvrij wil worden'](#), NVZ, d.d. 27 november 2020 (duur: 20 minuten).

## Verzamelbrief tabak aan Tweede Kamer

Op 9 december stuurde staatssecretaris Blokhuis (VWS) [een verzamelbrief omtrent tabak](#) aan de Tweede Kamer. Daarin licht hij onder andere onderzoeken van de Nederlandse Voedsel- en Warenautoriteit over [verkoopbonussen](#) en [uitstalverbod](#) bij supermarkten, de meetmethode voor het meten van teer, nicotine en koolmonoxide (een brief van Eurocommissaris [Kyriakides](#)) en een [RIVM-onderzoek](#) naar accessoires die de aantrekkelijkheid van roken kunnen vergroten toe.

## Terugdringen verkooppunten tabak

Staatssecretaris Blokhuis (VWS) schrijft in zijn kamerbrief op welke manier [het aantal verkooppunten van tabaks- en aanverwante producten](#) wordt verminderd, als uitwerking van de afspraak in het Nationaal Preventieakkoord. Op termijn mogen deze producten uitsluitend verkocht worden door tabaksspecialzaken. Hier wordt gefaseerd naartoe gewerkt: vanaf 2023 geldt een verbod op de online verkoop, in 2024 een verbod op de verkoop bij supermarkten en na 2030 volgt een gefaseerde afbouw bij tankstations en tabak- en gemakszaken.

## Uitbreiding reclameverbod

Een andere maatregel die onderdeel is van het Nationaal Preventieakkoord is de [uitbreiding op het reclameverbod](#). Per 1 januari 2021 verbiedt de Tabaks- en rookwarenwet gevelreclame (waaronder uithangborden) en reclame in specialzaken. Onder het reclameverbod valt ook het uitstalverbod. In juli 2020 gold deze displayban al voor supermarkten, maar per januari 2021 moeten ook andere verkopers van rookwaren (zoals avondwinkels, kiosken, tankstations) en webwinkels eraan voldoen. Van deze wetsuitbreiding zijn [twee groepen specialzaken](#), die zich voornamelijk op rookwaren richten, uitgesloten.

## Roken verboden in buitenlucht in buitenland

Om te zorgen voor een betere naleving van de mondkapjesplicht heeft [Turkije](#) sinds medio november 2020 roken in verschillende publieke buitenruimtes verboden (zoals bushaltes, pleinen en drukke winkelstraten). Op overtredingen staat een boete van 900 Turkse Lira (bijna €100,-). Ook het Belgische [Brussel](#) voert een verbod op roken in het openbaar (en eten en drinken) in, op de Grote Markt. [Milaan](#) gaat nog een stap verder: vanaf 1 januari 2021 is het verboden om in publieke buitenruimtes zoals parken, bus- en tramhaltes, speeltuinen, en begraafplaatsen te roken. Dit om de luchtkwaliteit te verbeteren en Covid-19 te bestrijden. In 2025 start de uitbreiding van dit verbod naar alle publieke plekken.

## Accijnsverhoging België

Op 1 januari 2021 gaat [accijns voor sigaretten in België omhoog](#). De prijs van een pakje sigaretten stijgt van €6,80 naar €7,50 en die van shag van €9,70 naar €11,17. In 2022, 2023 en 2024 volgen extra verhogingen.

## Tabaksontmoediging in Noord-Korea

Volgens staatspersbureau KCNA (Korean Central News Agency) heeft [Noord-Korea](#) op 4 november 2020 een wet aangenomen ter bescherming van de gezondheid en ter bevordering van een hygiënische leefomgeving. Het gaat om een rookverbod in bepaalde publieke gebouwen. Ook komen er strengere controles op de productie en verkoop van sigaretten.

# Media

## Stationswinkels op weg naar rookvrij

De NS [stopt met de verkoop van sigaretten](#) bij To Go-winkels op het station. Ook met andere huurders is de NS in gesprek over het stoppen van de tabaksverkoop. Sinds oktober zijn bij de NS en ProRail de [stations volledig rookvrij](#).

## Premie omlaag door stoppen

Independer zocht uit dat het stoppen met roken jaarlijks [ruim €300 euro kan schelen](#) op de premie van een overlijdensrisicoverzekering. Ex-rokers betalen een lagere premie dan rokers, als ze doorgeven dat ze gestopt zijn. Iets waarvan 70% van de ondervraagden zich niet bewust was. In 15 jaar (gemiddelde looptijd van deze verzekering) is hiermee mogelijk €4800 te besparen.

## Twitter tegen testmethode sigaret

Op 1 november zette [Arjen Lubach](#) opnieuw de testmethode van de sigaret op de kaart. Hij riep zijn Twittervolgers op Eurocommissaris Kyriakides uit te nodigen om deze testmethode toe te lichten. In een [antwoord op 19 november](#) gaf ze aan dat voor de Tabaksproductenrichtlijn van 2021 het wetenschappelijk bewijs onder de loep wordt genomen.

## Bushaltes rookvrij

In Amersfoort zijn na onder andere het Meander Medisch Centrum, speeltuinen en de Amerena nu ook [de bushaltes rookvrij](#). Het initiatief komt van de gemeente Amersfoort en vervoerder Syntus.

## Tabak en COVID-19

De Canadese overheid investeerde in de ontwikkeling van een COVID-19 vaccin door [Philip Morris](#), volgens experts een 'controversieel contract'. Verder werd in de Canadese stad Saskatoon sinds het begin van de pandemie de Stoplijn [dubbel zo vaak gebeld](#). Tabaksbedrijf Imperial Brands publiceerde juist jaarcijfers die suggereren dat klanten meer tabak gingen kopen.

# Agenda

## Binnenlandse bijeenkomsten

- [Webinar Netwerk Nederland Rookvrij](#), 14 januari 2021, 16:00-17:30 uur.
- [De zevende editie van het congres van het Nederlands Netwerk voor Tabaksonderzoek \(NNvT\)](#), online, 26 maart 2021.

## Buitenlandse bijeenkomsten

- [SRNT 27th annual Meeting](#), online, 24-27 februari 2021.
- [18th World Conference on Tobacco or Health \(WCToH\): Leadership summit on tobacco control - Navigating change](#), online, 6-7 mei 2021.
- [SRNT 21st Annual Conference](#), online of in Lausanne (Zwitserland), 15-17 september 2021.

# Gastredacteurs

Koen Veldhuis en Ninke Wellerdieck zijn gastredacteurs bij deze editie van de nieuwsbrief. Zij studeren Geneeskunde aan de Universiteit Utrecht.



**Redactie**  
Esther Croes  
Minke Veltman

Volg ons of neem contact met ons op



Trimbos-instituut  
Da Costakade 45  
3521 VS Utrecht  
Nederland

[Disclaimer](#) [Privacy Statement](#) [Afmelden](#) [Doorsturen](#)

Email Marketing door ActiveCampaign