

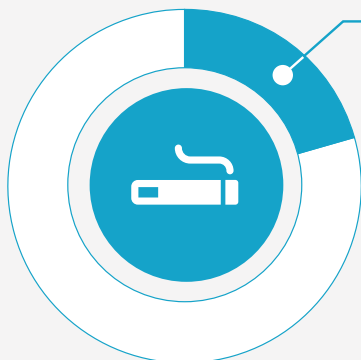
JUNI 2022

KERNCIJFERS ROKEN 2021

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

ROKEN IN NEDERLAND

20,6%



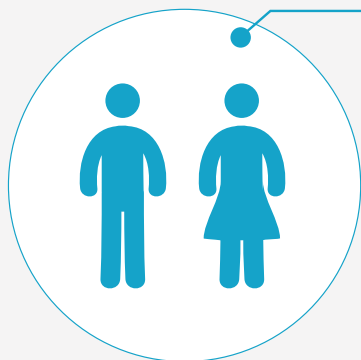
van de volwassenen
(18 jaar en ouder)
rookte in 2021

30,9%

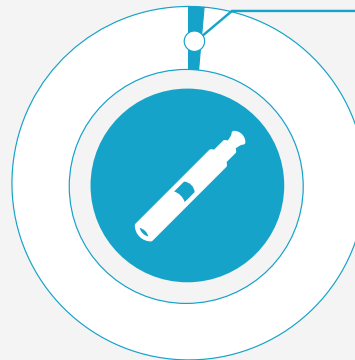


Bijna 1 op de 3
rokers heeft in
2021 een serieuze
stopgelingen gedaan

Dit zijn
**ongeveer
2,9 miljoen**
volwassenen
die roken



1,4%



van de volwassenen
gebruikte in 2021
regelmatig een
elektronische
sigaret



In deze factsheet staan de kerncijfers uit 2021 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 in het Consortium van de Leefstijlmonitor.² Het consortium beheert een groep landelijke monitors over leefstijlthema's, zoals roken en alcohol- en drugsgebruik. 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 het Consortium 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). De Gezondheidsenquête is één van de monitors binnen de Leefstijlmonitor.

Het CBS verzamelt sinds 1981 elk jaar gegevens over 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 2021 hebben 6.797 volwassen Nederlanders 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 is te vinden op de [website van het CBS](#).³

In 2020 en 2021 is de dataverzameling voor de Gezondheidsenquête door de coronapandemie anders gelopen dan normaal. In beide jaren konden onderzoekers niet altijd vragenlijsten bij mensen thuis afnemen. Om te zorgen dat de verzamelde gegevens te vergelijken zijn met die van eerdere jaren, is het weegmodel van het onderzoek aangepast. Meer informatie hierover is te vinden op [onze website](#).

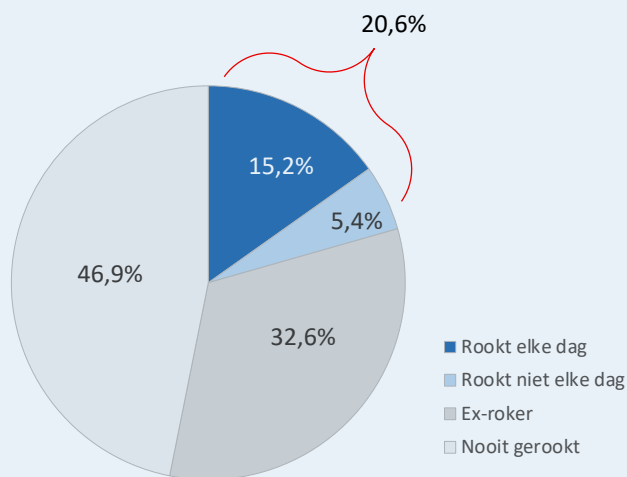
In deze factsheet hebben we het vaak over 'rokers'. We hebben het dan over alle volwassenen van 18 jaar en ouder die wel eens roken. Dat zijn dus zowel de mensen die elke dag roken (dagelijkse roker) als de mensen die niet dagelijks roken. Alle cijfers gaan over volwassenen van 18 jaar en ouder en slaan op het jaar 2021. We vergelijken de cijfers van 2021 met die van het jaar daarvoor (2020) en het jaar dat de Leefstijlmonitor voor het eerst deze gegevens verzamelde (2014). We kijken in deze factsheet naar verschillen in geslacht, opleidingsniveau, leeftijd en migratieachtergrond. Een deel van de cijfers uit deze factsheet staan ook op de website [Staat van Volksgezondheid en Zorg](#).⁴ Op die website staan namelijk alle kerncijfers die het ministerie van VWS gebruikt voor onder andere het nationaal preventief gezondheidsbeleid.

WAT BEDOELEN WE MET 'SIGNIFICANT'?

In deze factsheet zeggen we soms dat groepen significant verschillen. We bedoelen daarmee dat het verschil statistisch significant is. Als een verschil in een onderzoek statistisch significant is, dan is het heel waarschijnlijk dat er in de bevolking ook echt een verschil is ($p < 0,05$). Als we naar veranderingen door de tijd kijken, vergelijken we de gegevens uit 2021 met die uit 2014 en 2020. In 2014 werd de Leefstijlmonitor opgericht. We vermelden steeds duidelijk of een verandering door de tijd statistisch significant is.



Figuur 1. Percentage rokers onder volwassenen in 2021.



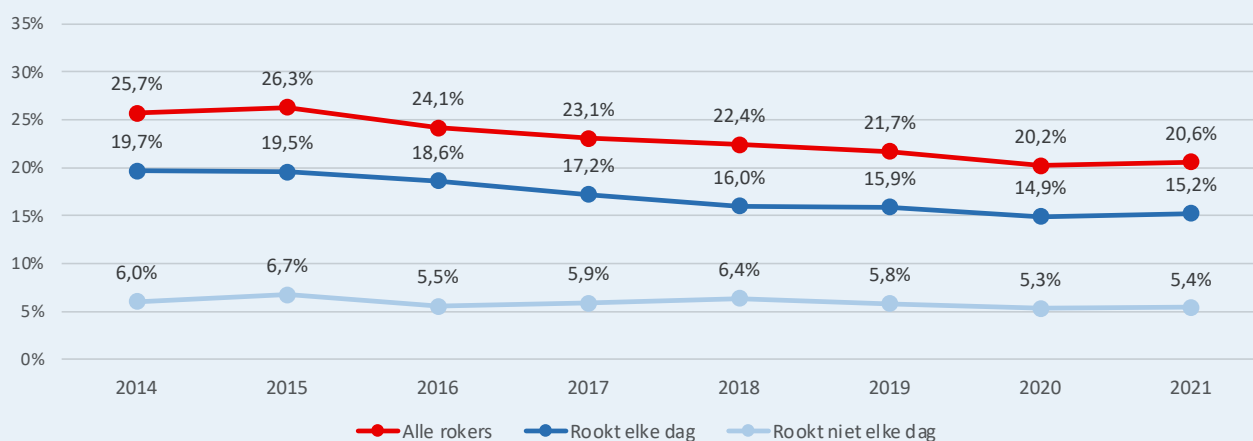
Uitleg: In 2021 rookte 20,6% van de volwassen Nederlanders. 15,2% rookte elke dag en 5,4% rookte niet elke dag. Dat betekent dat 73,9% van de rokers elke dag rookte.

Tabel 1. Geschat aantal rokers in 2021.

	Schatting	Ondergrens	Bovengrens
Alle rokers	2.850.000	2.689.000	3.012.000
Basisopleiding	723.000	636.000	810.000
Middelbare opleiding	1.194.000	1.084.000	3.884.000
Hoge opleiding	841.000	749.000	932.000
Dagelijkse rokers	2.106.000	1.962.000	2.250.000
Basisopleiding	651.000	568.000	734.000
Middelbare opleiding	903.000	805.000	1.000.000
Hoge opleiding	470.000	399.000	541.000

Uitleg: In 2021 rookten er naar schatting ongeveer 2,9 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. Daarom is de schatting van de totale bevolking groter dan de schattingen van de opleidingsgroepen samen.

Figuur 2. Percentage rokers per jaar onder volwassenen.

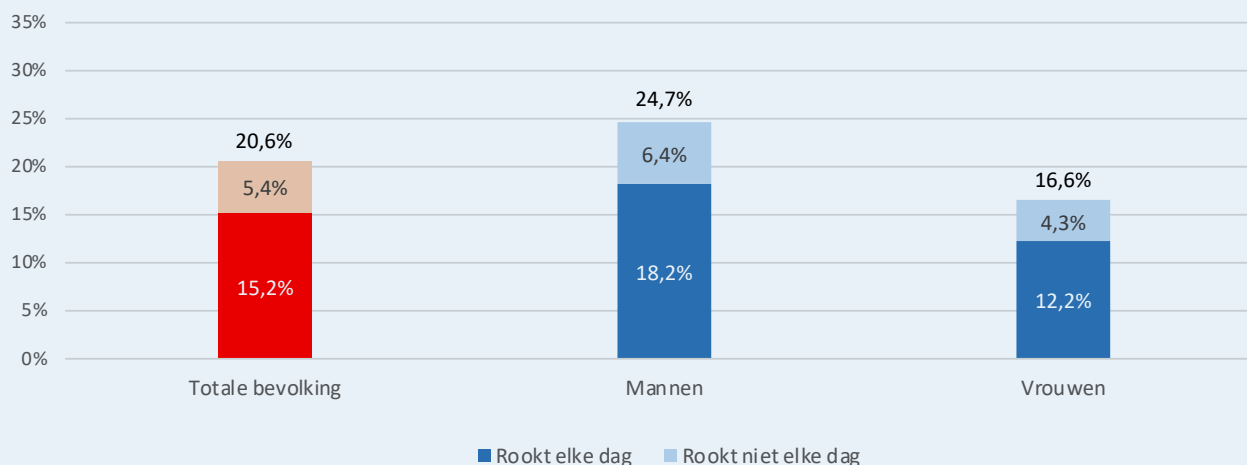


Uitleg: Tussen 2020 en 2021 veranderde zowel het totale percentage rokers als het percentage dagelijkse rokers niet. Het percentage rokers onder volwassenen is tussen 2014 en 2021 significant* gedaald. Ook het percentage mensen dat elke dag rookt is in die periode significant gedaald. Het percentage niet-dagelijkse rokers is niet veranderd tussen 2014 en 2021.

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

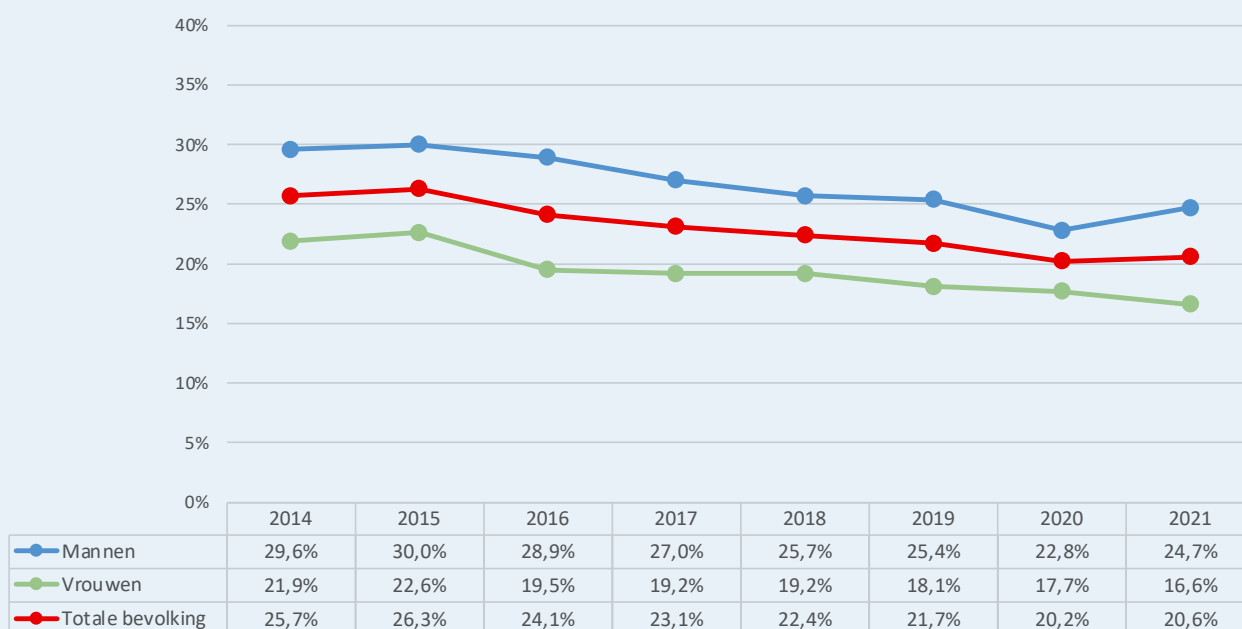


Figuur 3. Percentage rokers in 2021 onder mannen en vrouwen.



Uitleg: Onder mannen rookt een groter deel dan onder vrouwen. Ook rookt onder mannen een groter deel elke dag. Bij zowel mannen als vrouwen is het totaal iets anders dan het totaal van de dagelijkse en niet-dagelijkse rokers bij elkaar opgeteld. Dat komt door het afronden van de cijfers. Ter vergelijking staan in deze figuur de percentages van de totale bevolking (in rood).

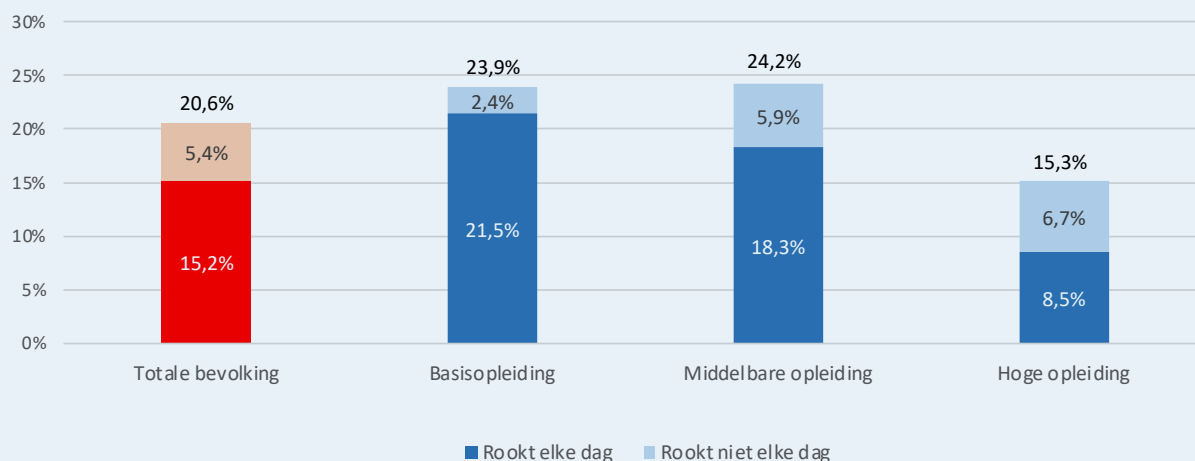
Figuur 4. Percentage rokers per jaar onder mannen en vrouwen.



Uitleg: Onder zowel mannen als vrouwen is tussen 2020 en 2021 het percentage rokers niet significant veranderd. Wel rookte in 2021 een significant kleiner deel van zowel de mannen als de vrouwen dan in 2014.

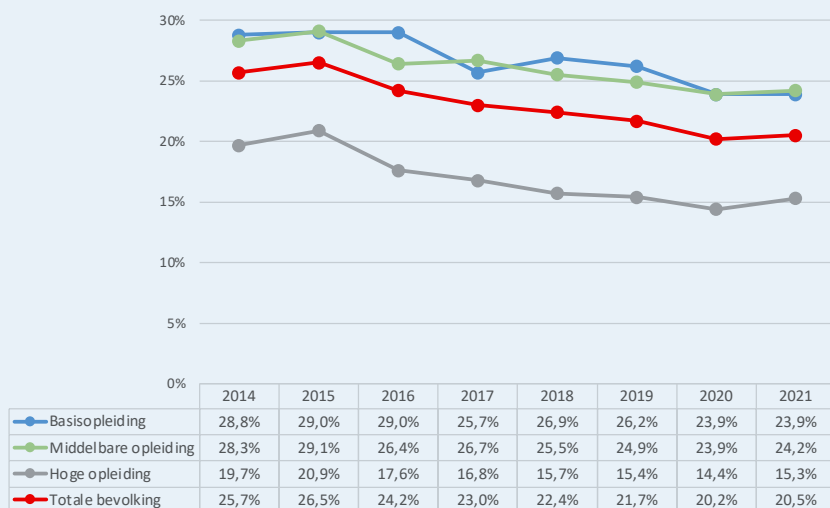


Figuur 5. Percentage rokers in 2021 naar opleiding.



Uitleg: Onder mensen met een basisopleiding of een middelbare opleiding rookt een significant groter deel dan onder mensen met een hoge opleiding. De drie opleidingsgroepen verschillen daarnaast alle drie significant van elkaar in het percentage rokers dat elke dag rookt. Omdat er in Nederland relatief meer mensen een hoge opleiding hebben dan een basisopleiding, is het absolute aantal rokers met een hoge opleiding groter dan met een basisopleiding. Deze cijfers staan in tabel 1. Ter vergelijking staan in deze figuur de percentages van de totale bevolking (in rood).

Figuur 6. Percentage rokers per jaar, naar opleiding.



Uitleg: In geen van de opleidingsgroepen werd in 2021 significant meer of minder gerookt dan in 2020. Tussen 2014 en 2021 werd er wel in alle opleidingsgroepen significant minder gerookt.

WAT IS EEN BASIS-, MIDDELBARE OF HOGE OPLEIDING?

Basisopleiding:

Basisonderwijs, LBO, MAVO of VMBO

Middelbare opleiding:

MBO, HAVO of VWO

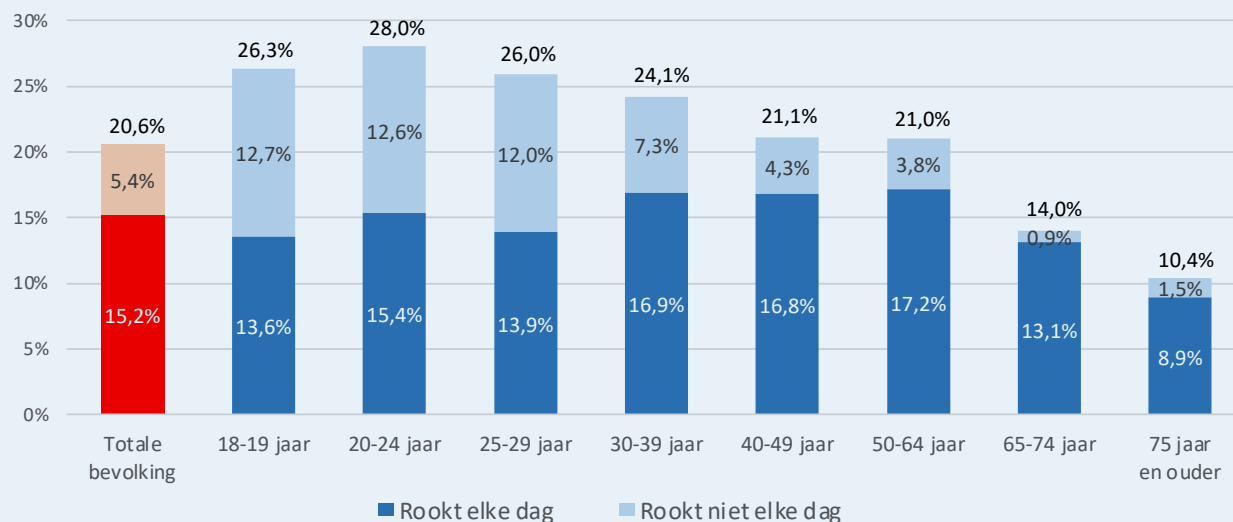
Hoge opleiding:

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.

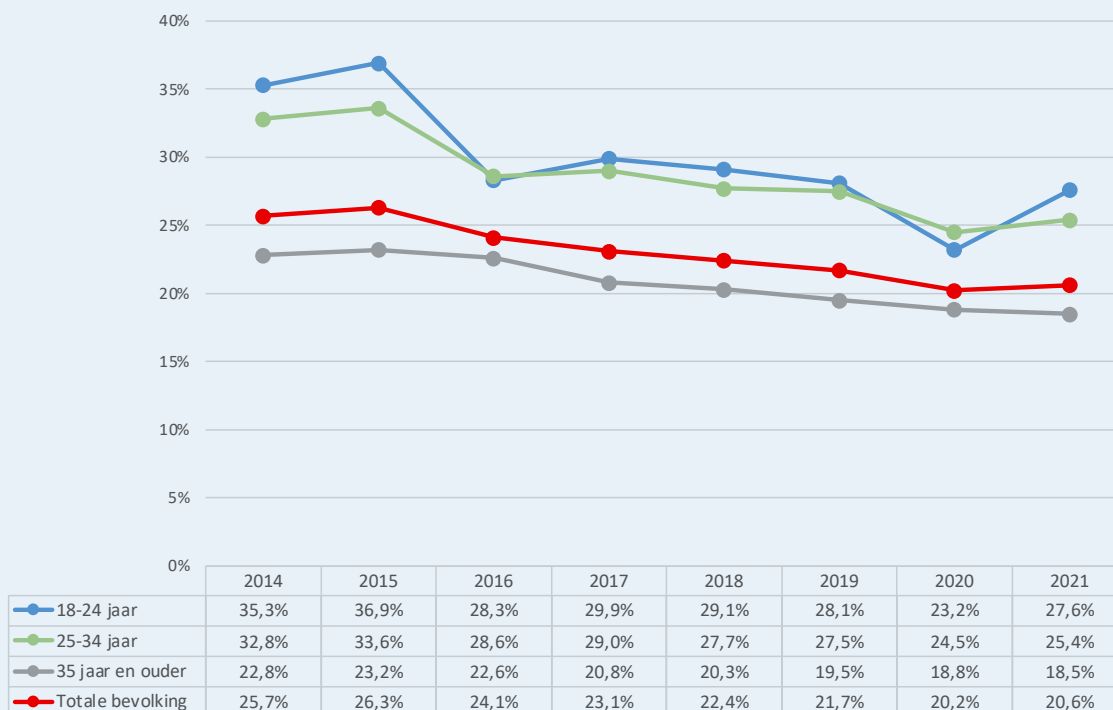


Figuur 7. Percentage rokers in 2021 naar leeftijd.



Uitleg: Wat opvalt is dat onder de 18-29-jarigen ruim 1 op de 4 mensen rookt. Ongeveer de helft daarvan rookt elke dag. Het minst roken mensen van 75 jaar en ouder. Bij oudere groepen rookt een groter deel van de rokers elke dag dan bij de jongere groepen. Ter vergelijking staan in deze figuur de percentages van de totale bevolking (in rood).

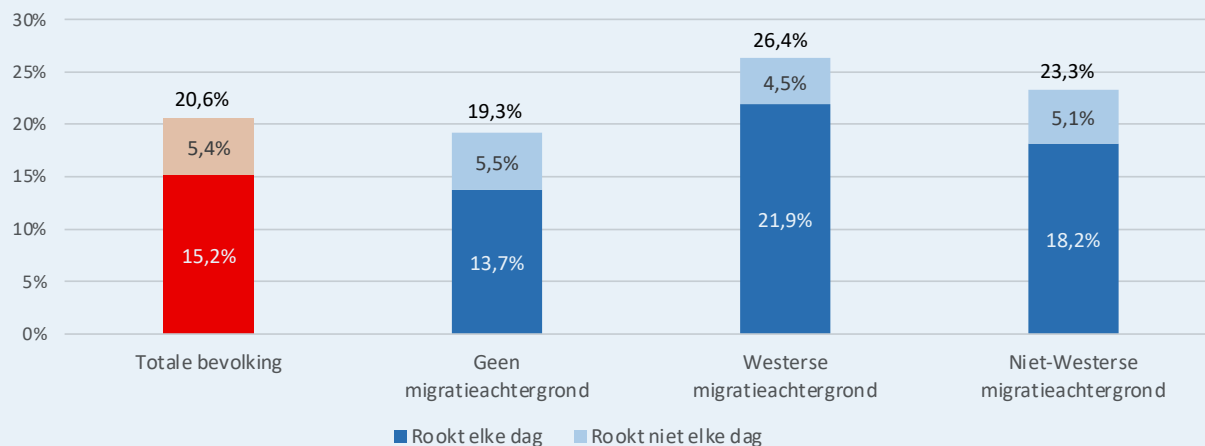
Figuur 8. Percentage rokers per jaar, naar leeftijd.



Uitleg: Het percentage rokers verschilde in 2021 in geen van de drie leeftijdsgroepen significant van het percentage in 2020. In de figuur lijkt er bij mensen van 18-24 jaar een stijging te zijn, maar deze is niet significant. Alle leeftijdsgroepen rookten in 2021 significant minder dan in 2014.

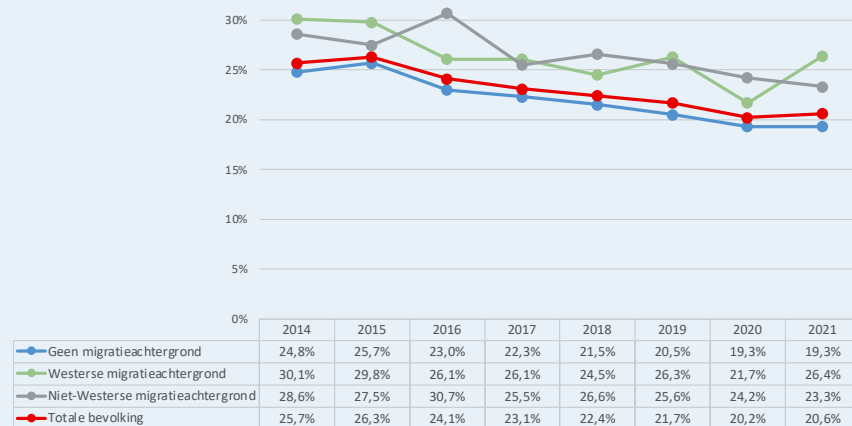


Figuur 9. Percentage rokers in 2021 naar migratieachtergrond.



Uitleg: Onder mensen zonder migratieachtergrond rookt een significant kleiner deel dan onder zowel mensen met een Westerse of niet-Westerse migratieachtergrond. Er is geen verschil in het percentage mensen dat rookt tussen de twee groepen met een migratieachtergrond. We zien hetzelfde terug onder het deel dat elke dag rookt. Ook hier rookt een significant kleiner deel van de mensen zonder migratieachtergrond dan onder mensen met een Westerse of niet-Westerse migratieachtergrond. Ter vergelijking staan in deze figuur de percentages van de totale bevolking (in rood).

Figuur 10. Percentage rokers per jaar, naar migratieachtergrond.



Uitleg: Het percentage rokers is alleen onder mensen met een Westerse migratieachtergrond significant gestegen tussen 2020 en 2021. Bij de andere twee groepen was dit niet zo. Tussen 2014 en 2021 daalde het aantal rokers onder mensen zonder migratieachtergrond en mensen met een niet-Westerse migratieachtergrond significant. Onder mensen met een Westerse migratieachtergrond was deze daling niet significant.

Let op: In ons onderzoek doet elk jaar maar een kleine groep mensen met een Westerse of niet-Westerse migratieachtergrond mee (in 2021: 748 en 855 deelnemers). Hierdoor is het moeilijker een goede schatting te maken voor deze groepen. Dat zorgt ervoor dat het in 2016 leek alsof er veel meer rokers waren met een niet-Westerse migratieachtergrond 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. In 2021 deden 5193 mensen zonder migratieachtergrond mee.

WAT IS EEN MIGRATIE-ACHTERGROND?

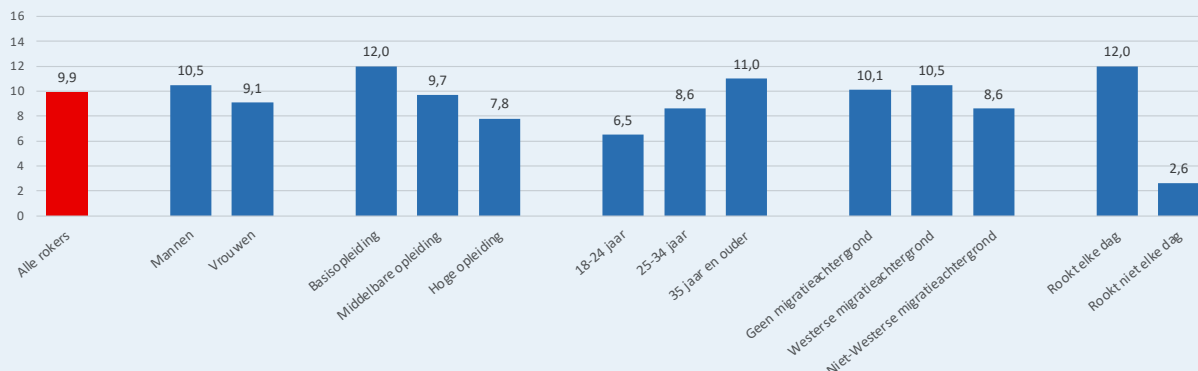
Heeft iemand ouders die buiten Nederland geboren zijn? Dan heeft diegene een migratieachtergrond. Iemand heeft een Westerse migratieachtergrond als één van zijn of haar ouders geboren is in Noord-Amerika, Oceanië of Europa (Turkije telt niet mee als Westers land). Ook als een van zijn of haar ouders in Japan of Indonesië is geboren, heeft diegene een Westerse migratieachtergrond. Heeft iemand een ouder die in een ander land (buiten Nederland) is geboren? Dan heeft diegene een niet-Westerse migratieachtergrond.

Meer weten?

Kijk op de [website van het CBS](#).⁵

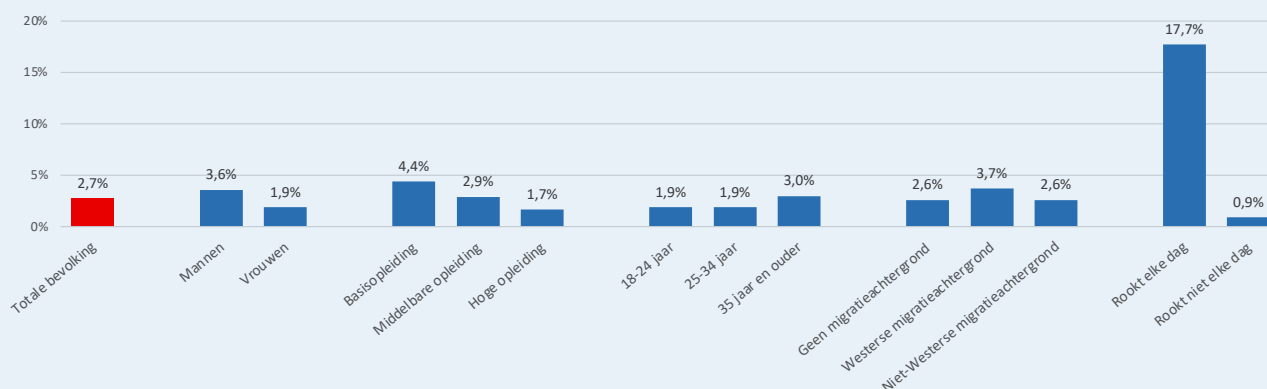


Figuur 11. Het gemiddeld aantal sigaretten per dag dat sigaret- en shagrokers rookten in 2021.



Uitleg: Deze grafiek gaat alleen over sigaretten- en shagrokers. Mensen die bijvoorbeeld alleen maar pijp of sigaren roken, zijn niet meegenomen in deze tabel. We kijken naar het aantal sigaretten of sjekkies dat zij per dag roken. Het meeste wordt gerookt door mannen, mensen met een basisopleiding, mensen van 35 jaar of ouder en mensen die elke dag roken. Er zijn er geen significante verschillen naar migratieachtergrond.

Figuur 12. Percentage volwassenen dat zwaar rookte in 2021.



Uitleg: Er zijn in Nederland nog maar weinig zware rokers. We noemen iemand een zware roker als iemand gemiddeld 20 sigaretten of meer per dag rookt. Zwaar roken komt het meeste voor onder mannen, mensen met een basisopleiding en rokers die elke dag roken. Er zijn geen significante verschillen naar leeftijd of migratieachtergrond.

WAT IS 'ZWAAR' ROKEN?

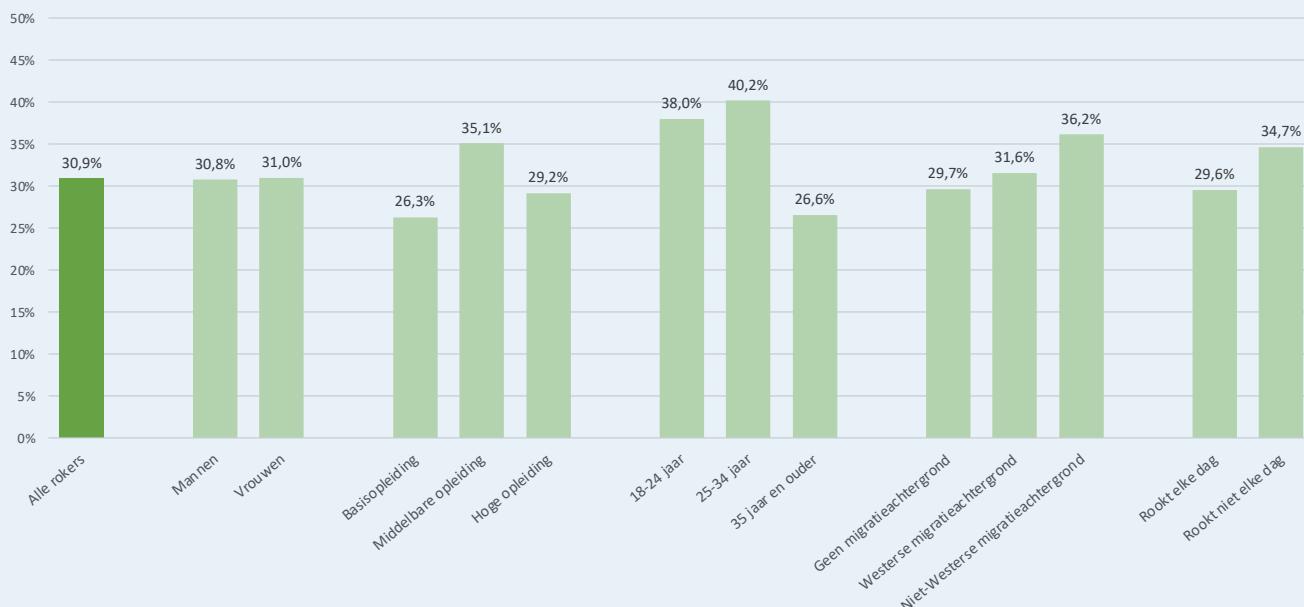
Als iemand gemiddeld 20 sigaretten of meer per dag rookt, noemen we hem of haar een 'zware roker'.

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, overlijden gemiddeld 9 jaar eerder. Mensen die niet dagelijks roken, gaan gemiddeld 5 jaar eerder dood.⁶

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

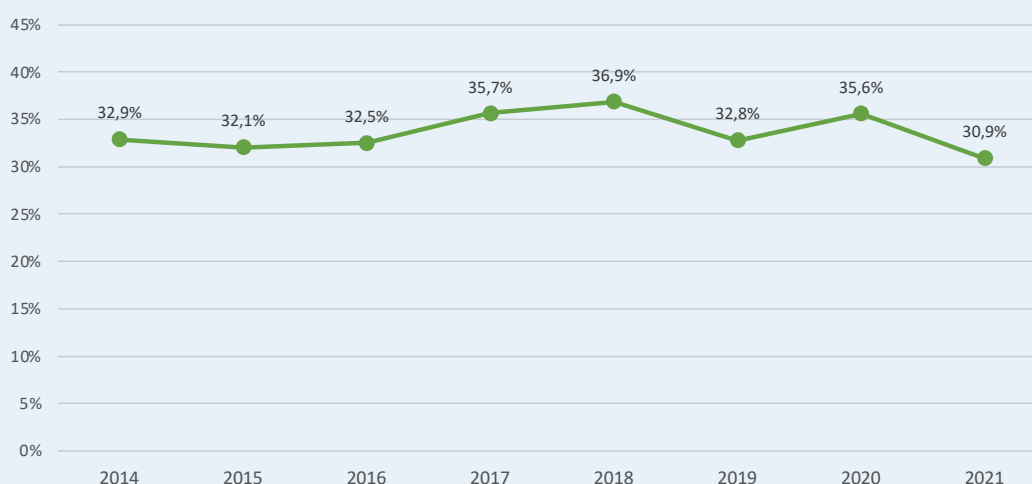


Figuur 13. Percentage rokers dat in 2021 in het afgelopen jaar een serieuze stoppoging had gedaan.



Uitleg: Ongeveer 1 op de 3 rokers heeft in 2021 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. Onder mensen met een basisopleiding probeerden significant minder mensen te stoppen dan onder mensen met een middelbare of hoge opleiding. Mensen ouder dan 35 jaar doen minder vaak een stoppoging dan jongere mensen. Het verschil tussen de 18-24-jarigen en de 25-34-jarigen is niet significant. Er is geen significant verschil tussen mannen en vrouwen, tussen de drie migratiegroepen, of tussen dagelijkse en niet-dagelijkse rokers.

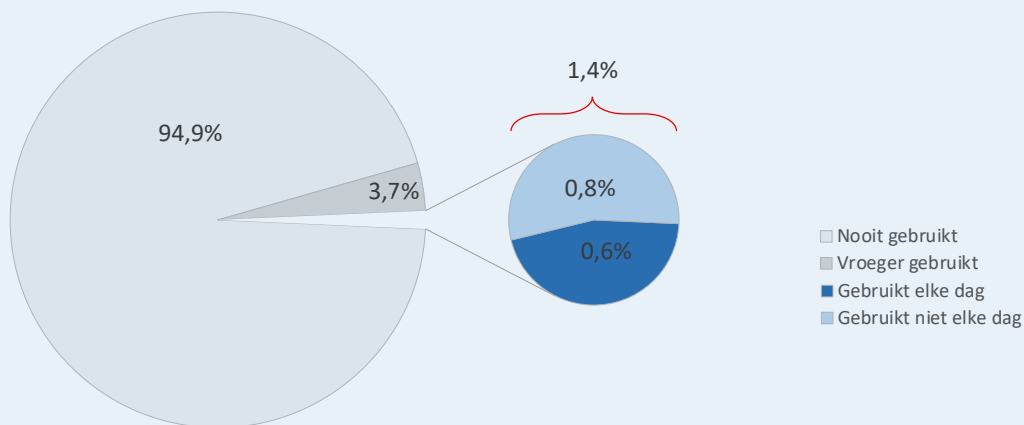
Figuur 14. Percentage rokers dat een serieuze stoppoging heeft gedaan, per jaar.



Uitleg: Het percentage van de rokers dat een serieuze stoppoging heeft gedaan is tussen 2021 en 2020 sterk en significant gedaald. De daling tussen 2014 en 2021 is echter niet significant.

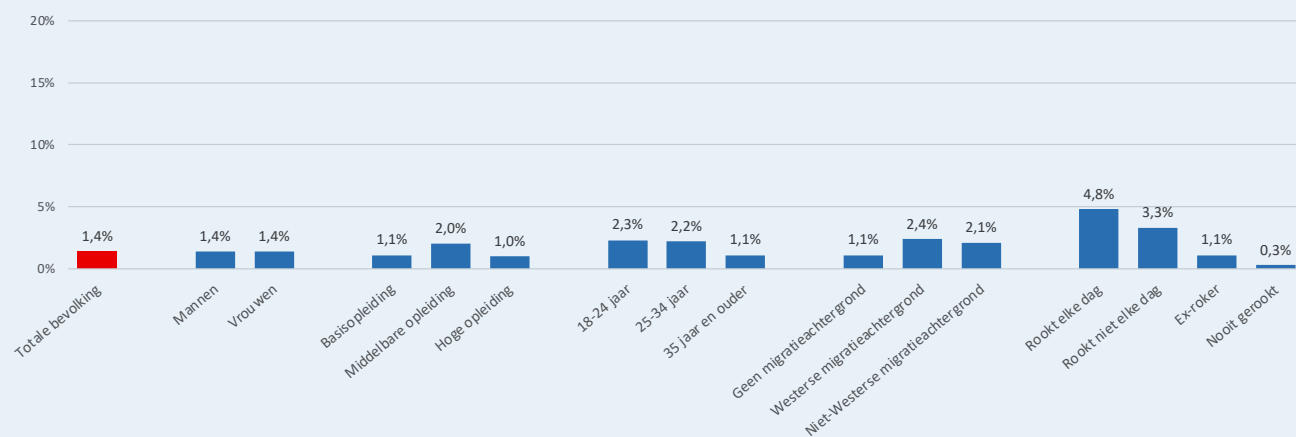


Figuur 15. Percentage volwassenen dat een elektronische sigaret heeft gebruikt.



Uitleg: In deze figuur kijken we naar alle volwassenen (rokers en niet-rokers). Van alle volwassenen had 1,4% in 2021 regelmatig een elektronische sigaret gebruikt. Van hen deed 0,8% dat elke dag en 0,6% niet elke dag. Elektronische sigaretten zijn sinds 2007 verkrijgbaar in Nederland.

Figuur 16. Percentage volwassenen dat in 2021 *regelmatig* een elektronische sigaret heeft gebruikt.

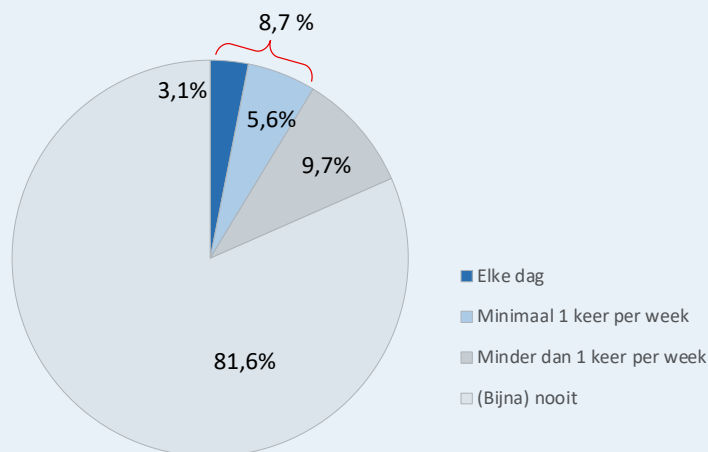


Uitleg: In deze grafiek kijken we naar alle volwassenen (rokers en niet-rokers). Ongeveer 1,4% van de volwassenen heeft in 2021 regelmatig een elektronische sigaret gebruikt. Het meeste wordt deze gebruikt onder mensen met een middelbare opleiding, mensen tussen de 18-24 jaar, mensen met een Westerse migratieachtergrond en mensen die elke dag (tabaksproducten) roken. Er is geen verschil tussen mannen en vrouwen.

Aan deelnemers is ook gevraagd of zij wel eens een apparaat hebben gebruikt dat tabak verhit. Slechts een zeer klein deel van de deelnemers gaf aan een dergelijk apparaat te hebben gebruikt (ongeveer 0,4%).



Figuur 17. Percentage niet-rokers dat binnen wordt blootgesteld aan tabaksrook.



Uitleg: Deze figuur gaat alleen over mensen die zelf niet roken. We kijken hoeveel niet-rokers aangeven dat ze binnen (in een gebouw of huis) regelmatig worden blootgesteld aan de tabaksrook van anderen. Dit wordt ook wel meeroken genoemd. Van de niet-rokers wordt 8,7% regelmatig (minstens 1 keer per week) en 9,7% minder dan 1 keer per week binnen blootgesteld aan tabaksrook van anderen. Van de niet-rokers wordt 3,1% elke dag blootgesteld. Daarnaast wordt 5,6% elke week, maar niet elke dag blootgesteld.

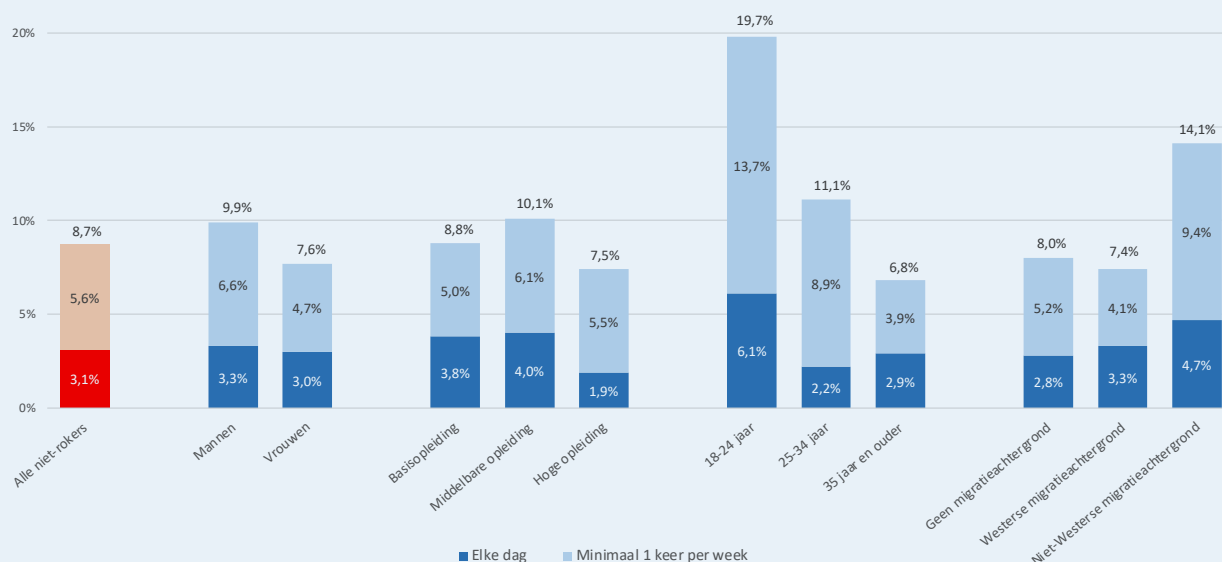
MEEROKEN: IN DE ROOK VAN EEN ANDER

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

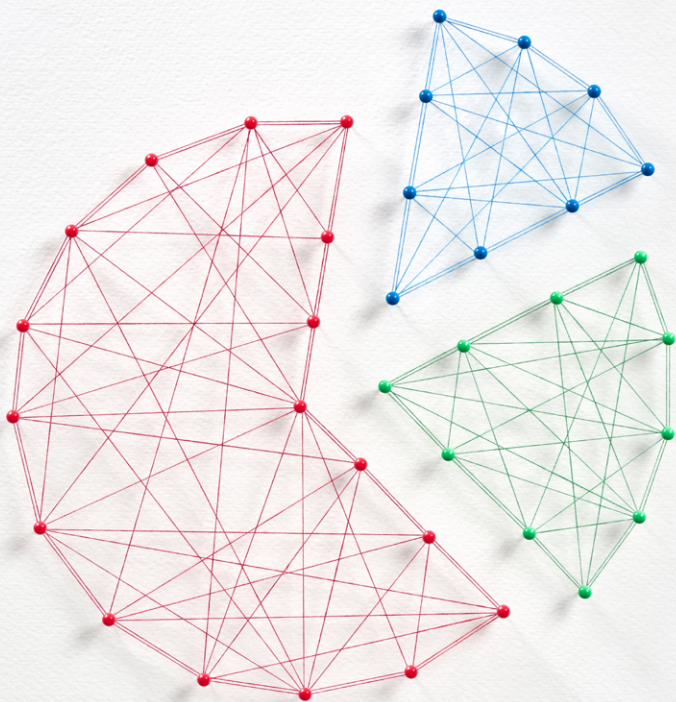
Meeroken is slecht voor de gezondheid. Ook voor mensen die niet zelf roken. Meeroken veroorzaakt veel van dezelfde soort ziektes krijgen als zelf roken. De risico's daarop zijn wel veel kleiner. Vooral voor kleine kinderen is meeroken ongezond. Zij krijgen sneller longproblemen of oortorsteking.

Meer weten? Lees de infographics over [meeroken](#)⁷ of de [derdehands rook](#).⁸

Figuur 18. Percentage niet-rokers dat in 2021 in binnenruimten werd blootgesteld aan tabaksrook.



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) regelmatig worden blootgesteld aan de tabaksrook van anderen. Dit wordt ook wel meeroken genoemd. In deze grafiek kijken we naar mensen die elke dag binnen meeroken (donkerblauw) en naar mensen die minder vaak, maar wel minimaal 1 keer per week binnen meeroken (lichtblauw). Door het afronden van de cijfers is het totale percentage iets anders dan het totaal van de percentages van de twee groepen opgeteld.



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 2021**
- **Kerngegevens uit het Peilstationsonderzoek Scholieren**

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 staan op: trimbos.nl/kennis/cijfers/

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, 2021.
2. De Hollander E, Hupkens C, van Dorsselaar S, et al. De Leefstijlmonitor: Cijfers voor gezondheidsbeleid. TSG - Tijdschr voor gezondheidswetenschappen. Published online May 13, 2022. doi:10.1007/s12508-022-00349-8
3. Gezondheidsenquête vanaf 2014. <https://www.cbs.nl/nl-nl/onze-diensten/methoden/onderzoeksomschrijvingen/korte-onderzoeksbeschrijvingen/gezondheidsenquête-vanaf-2014..>
4. Staat van Volksgezondheids en Zorg. Dataverzameling Gezondheidsenquête 2021. <https://www.volksgezondheidenzorg.info/onderwerp/roken/cijfers-context/huidige-situatie-volwassenen#methode--node-dataverzameling-gezondheidsenqu%C3%A4te-2021>.
5. Afbakening generaties met migratieachtergrond. <https://www.cbs.nl/nl-nl/achtergrond/2017/47/afbakening-generaties-met-migratieachtergrond..>
6. Reep-van den Bergh CMM, Harteloh PPM, Croes EA. Doodsoorzaak nr. 1 bij jonge Nederlanders: de sigaret. Ntvg. 2018;161(D1991).
7. Van den Eeden N, Van Westen-Lagerweij N, Bommelé J. Infographic Meerroken Door Kinderen: Feiten En Cijfers 2020. INF119 ed. Trimbos-instituut; 2022.
8. Geuke G, Van den Eeden N, Willemse E, Bommelé J. Infographic Derdehands Rook. INF118 ed. Trimbos-instituut; 2022.

ROKEN
Infolijn
0900-1995

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

Colofon

Auteurs

Jeroen Bommelé
Marc Willemsen

Ontwerp & productie

Canon Nederland N.V.

Beeld

www.istockphoto.com

Productnummer AF1998.

© 2022, Trimbos-instituut, Utrecht

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

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