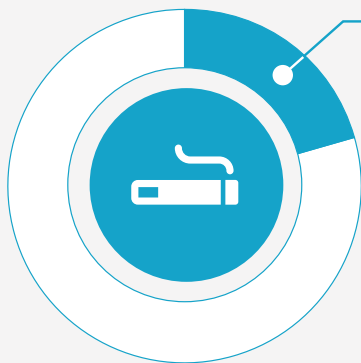


# KERNCIJFERS ROKEN 2023

## CIJFERS OVER ROKEN, STOPPEN MET ROKEN EN HET GEBRUIK VAN ELEKTRONISCHE SIGARETTEN (VAPES)

### ROKEN IN NEDERLAND



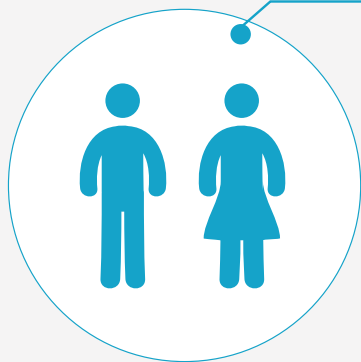
**19,0%**

van de volwassenen  
(18 jaar en ouder)  
rookte in 2023



**34,4%**

van de volwassenen  
die roken heeft in  
2023 een serieuze  
stopgoging gedaan



In Nederland  
waren ongeveer  
**2,7 miljoen**  
volwassenen die  
roken



**3,9%**

van de volwassenen  
gebruikte in 2023  
regelmatig een  
elektronische sigaret  
(vape)



## DEZE FACTSHEET

In deze factsheet staan de kerncijfers uit 2023 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.<sup>1</sup>

### DE LEEFSTIJLMONITOR

Sinds 2014 werkt een groep gezondheidsinstituten, waaronder het Trimbos-instituut, samen in het Consortium van de Leefstijlmonitor.<sup>2</sup> 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 2023 hebben 7.708 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](#).

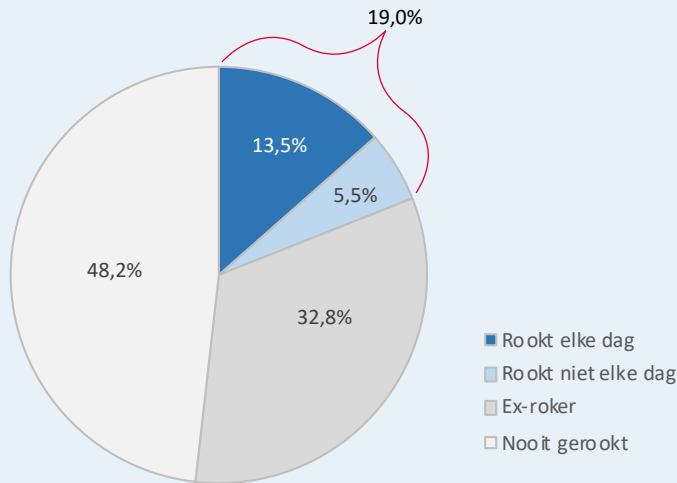
In deze factsheet hebben we het vaak over 'rokers'. We hebben het dan over alle volwassenen van 18 jaar en ouder die weleens roken. Dat zijn dus zowel de mensen die elke dag roken (dagelijkse roker) als de mensen die niet dagelijks roken. Alle cijfers gaan over volwassenen van 18 jaar en ouder en hebben betrekking op het jaar 2023. We vergelijken de cijfers van 2023 met die van het jaar daarvoor (2022) 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 herkomst. Een deel van de cijfers uit deze factsheet staat ook op de website [Staat van Volksgezondheid en Zorg](#). 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 2023 met die uit 2014 en 2022. 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 2023.**



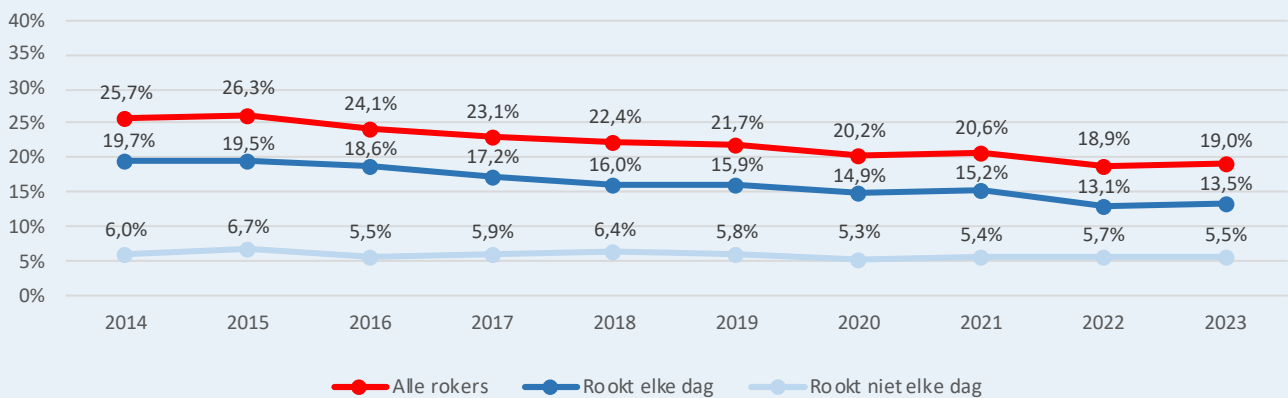
**Uitleg:** In 2023 rookte 19,0% van de volwassen Nederlanders. 13,5% rookte elke dag en 5,5% rookte niet elke dag. Dat betekent dat 71,3% van de rokers elke dag rookte.

**Tabel 1. Geschat aantal rokers in 2023.**

	Schatting	Ondergrens	Bovengrens
<b>Alle rokers</b>	2.649.000	2.555.000	2.833.000
Basisonderwijs, vmbo, mbo1	741.000	662.000	820.000
Havo, vwo, mbo2-4	1.112.000	1.019.000	1.205.000
Hbo, wo	790.000	710.000	871.000
<b>Dagelijkse rokers</b>	1.920.000	1.799.000	2.041.000
Basisonderwijs, vmbo, mbo1	668.000	593.000	743.000
Havo, vwo, mbo2-4	857.000	774.000	939.000
Hbo, wo	347.000	293.000	439.000
<b>Niet-dagelijkse rokers</b>	774.000	705.000	843.000
Basisonderwijs, vmbo, mbo1	73.000	49.000	97.000
Havo, vwo, mbo2-4	255.000	211.000	299.000
Hbo, wo	444.000	387.000	501.000

**Uitleg:** In 2023 rookten er naar schatting ongeveer 2,7 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.**

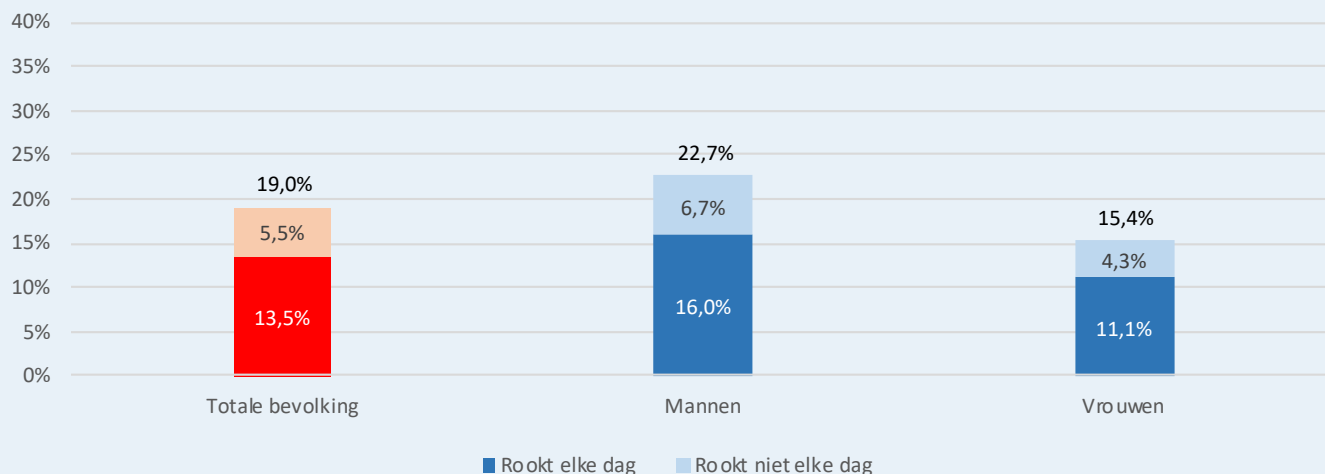


**Uitleg:** Tussen 2022 en 2023 veranderde zowel het totale percentage rokers als het percentage dagelijkse rokers niet. Het totale percentage rokers en het percentage dagelijks rokers daalde significant tussen 2014 en 2023.\* Het percentage niet-dagelijkse rokers is niet veranderd tussen 2014 en 2023.

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

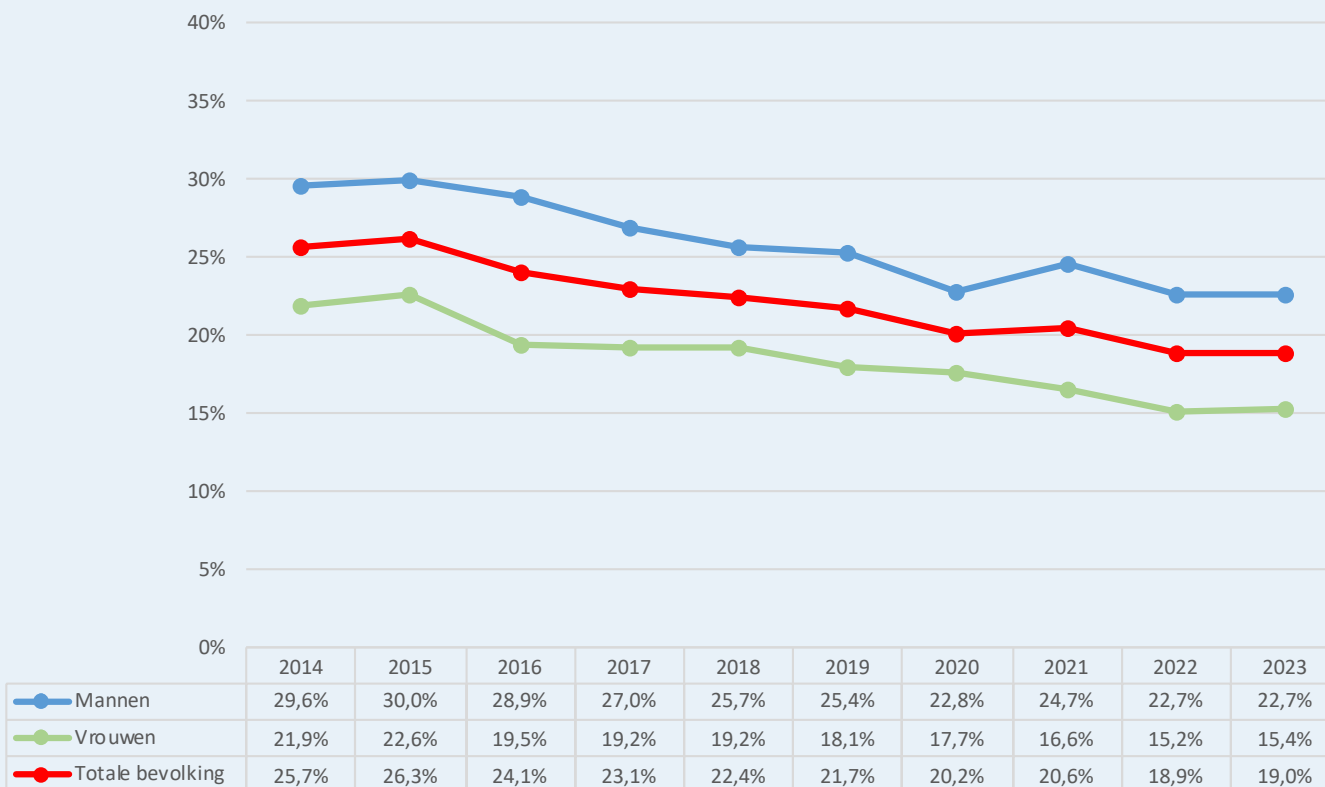


**Figuur 3. Percentage rokers in 2023 onder mannen en vrouwen.**



**Uitleg:** Onder mannen rookte een groter deel dan onder vrouwen. Ook rookte onder mannen een groter deel elke dag. Ter vergelijking staan in deze figuur de percentages van de totale bevolking (in rood).

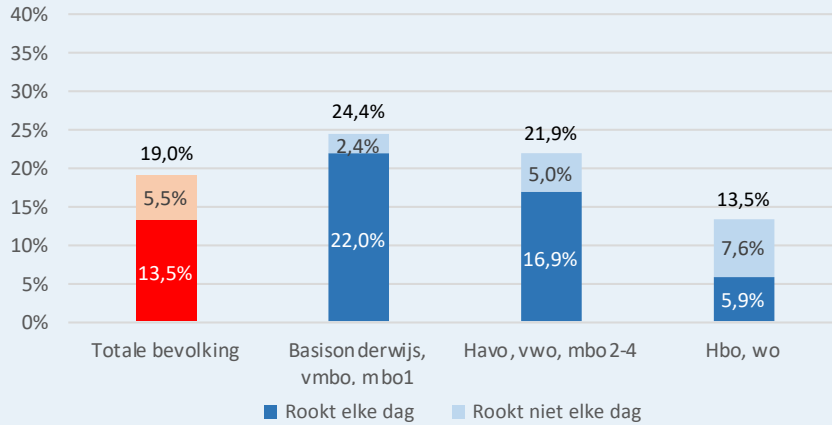
**Figuur 4. Percentage rokers per jaar onder mannen en vrouwen.**



**Uitleg:** Onder zowel mannen als vrouwen veranderde tussen 2022 en 2023 het percentage rokers niet significant. Wel rookte in 2023 een significant kleiner deel van zowel de mannen als de vrouwen dan in 2014.



**Figuur 5. Percentage rokers in 2023 naar opleiding.**



**Uitleg:** Onder mensen met basisonderwijs of een vmbo-diploma en mensen met een havo, vwo of mbo-diploma rookte een significant groter deel dan onder mensen met een afgeronde bachelor- of masteropleiding. De drie opleidingsgroepen verschilden alle drie significant van elkaar in het percentage rokers dat elke dag rookt. Omdat we in Nederland relatief meer mensen een afgeronde bachelor- of masteropleiding hebben dan mensen met basisonderwijs of een vmbo-diploma, is het absolute aantal rokers met een afgeronde bachelor- of masteropleiding groter dan het aantal rokers met basisonderwijs of een vmbo-diploma. Deze cijfers staan in tabel 1. Ter vergelijking staan in deze figuur de percentages van de totale bevolking (in rood).

**OPLEIDINGSNIVEAU**

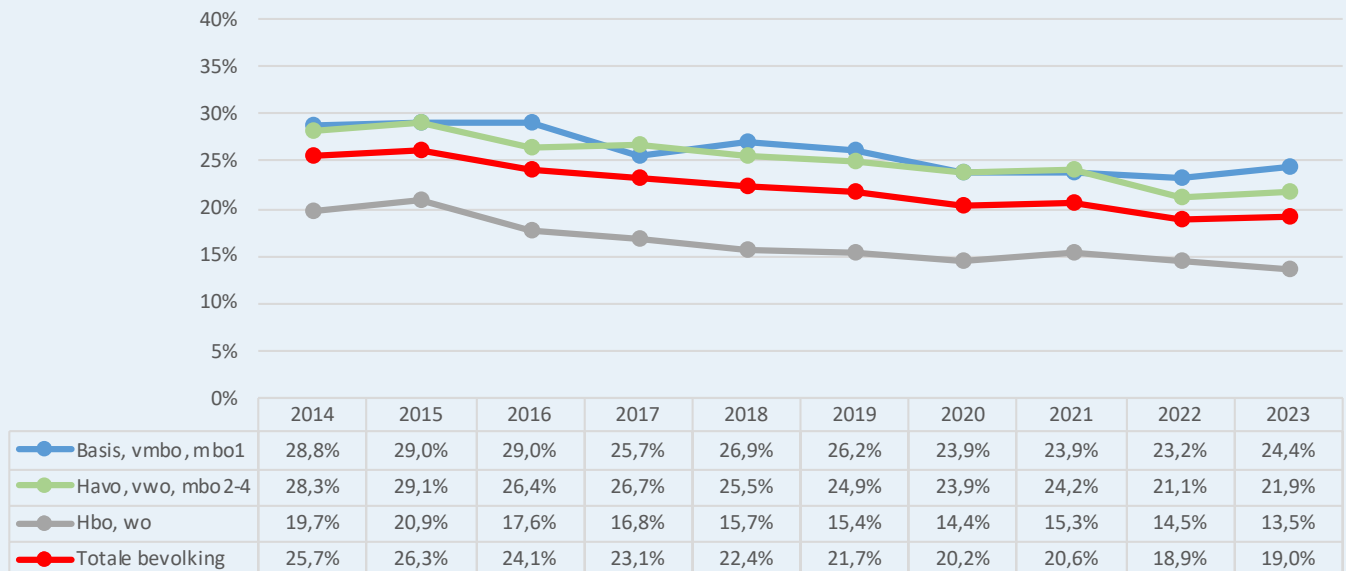
In de kerncijfers spreken we dit jaar niet over lage, middelbare en hoge opleiding, maar benoemen we om welke opleidingsniveaus het gaat. We vergelijken in analyses steeds de onderstaande drie groepen:

- Basisonderwijs, LBO, MAVO, VMBO of MBO niveau 1
- MBO niveau 2-4, HAVO of VWO
- HBO of universiteit

In de tekst hebben we het over ‘mensen met basisonderwijs of een vmbo-diploma’ (de eerste groep), ‘mensen met een havo, vwo of mbo-diploma’ (de tweede groep) en over ‘mensen met een afgeronde bachelor- of masteropleiding’ (de derde groep).

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.

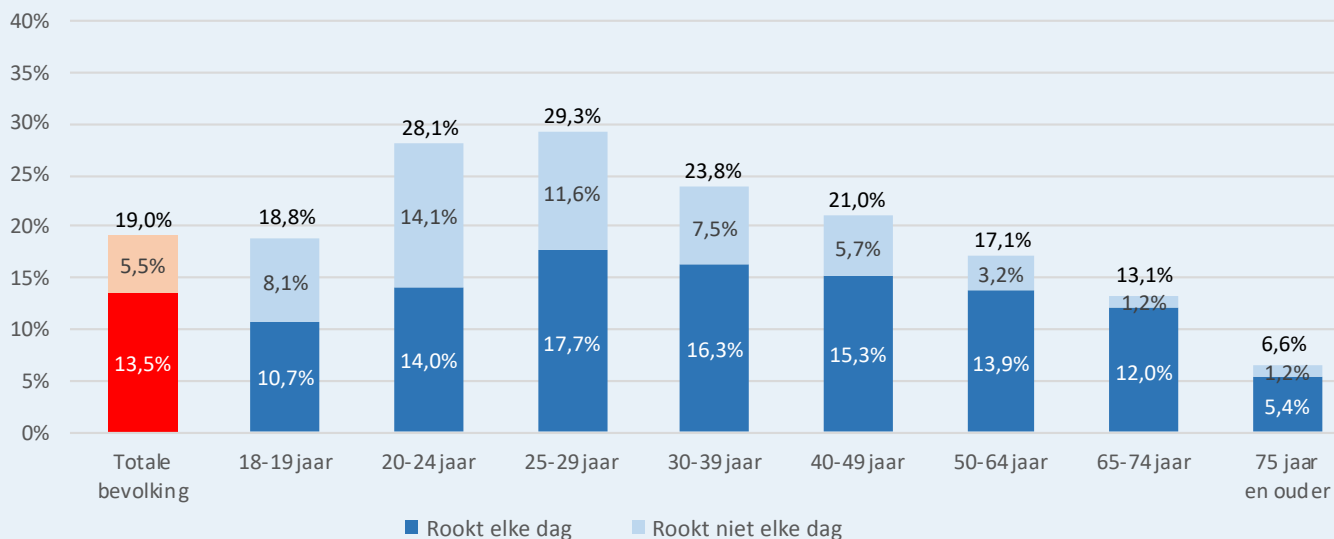
**Figuur 6. Percentage rokers per jaar, naar opleiding.**



**Uitleg:** Onder alle opleidingsgroepen was er geen significant verschil tussen het percentage rokers in 2022 en 2023. Tussen 2014 en 2023 werd er wel in alle opleidingsgroepen significant minder gerookt.

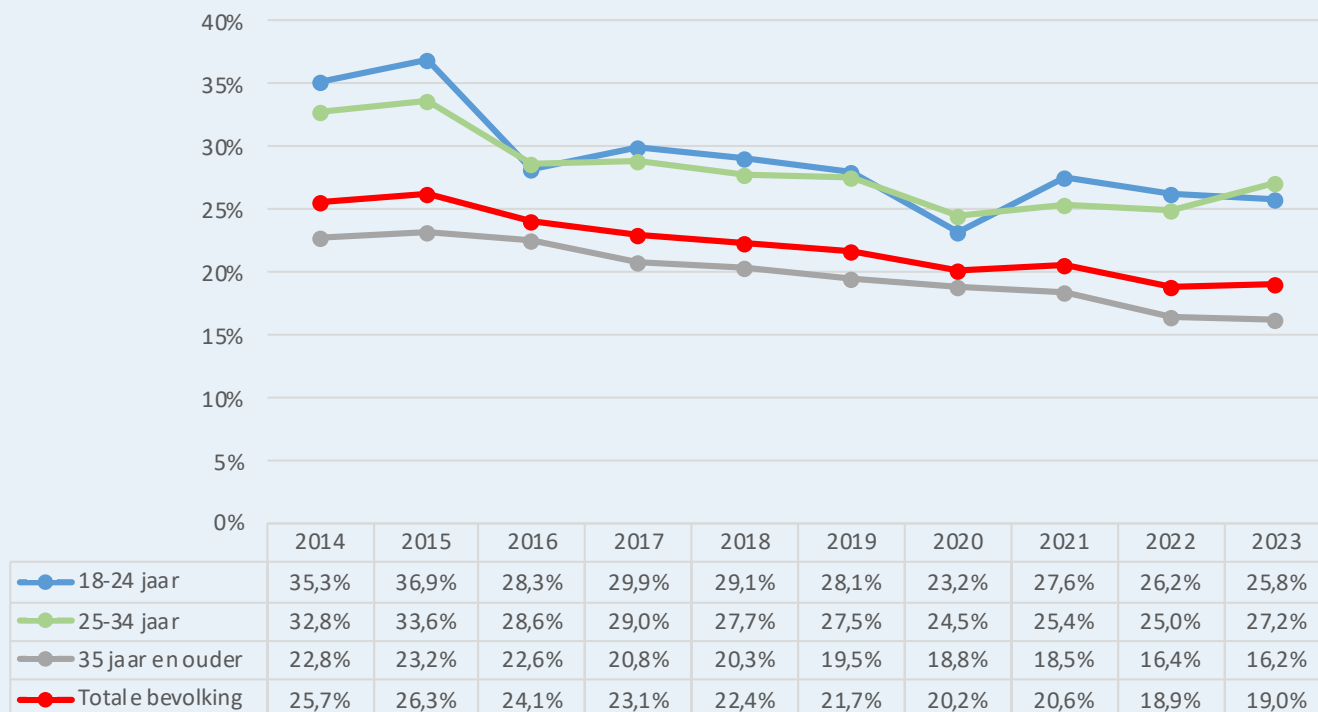


**Figuur 7. Percentage rokers in 2023 naar leeftijd.**



**Uitleg:** Onder 20-29-jarigen rookte ruim 1 op de 4 mensen. Het minst rookten mensen van 75 jaar en ouder. Bij oudere groepen rookte 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).

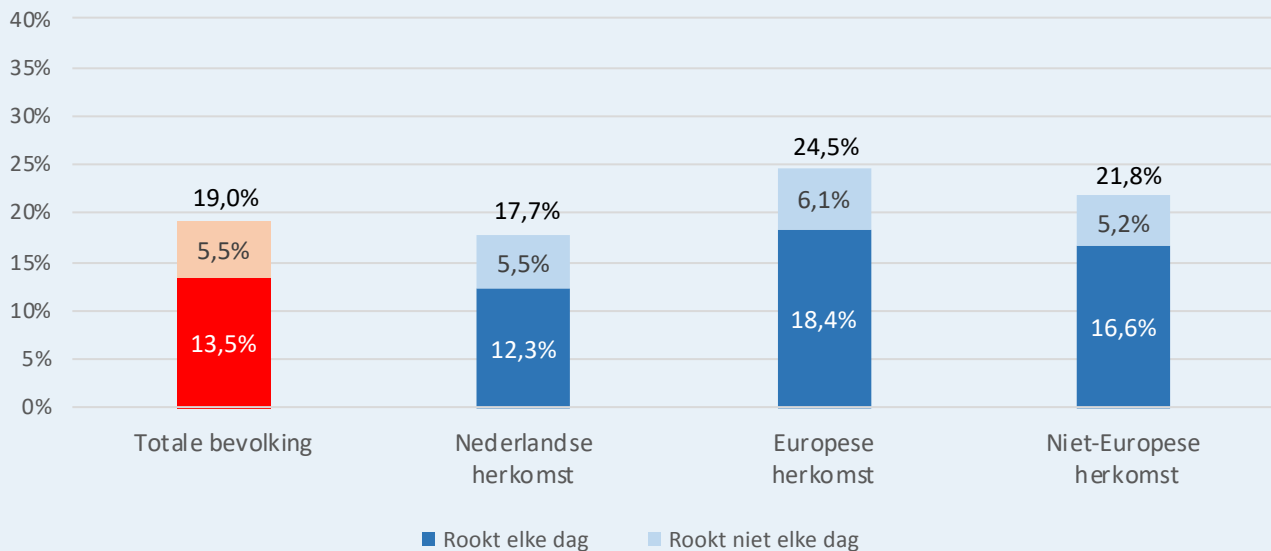
**Figuur 8. Percentage rokers per jaar, naar leeftijd.**



**Uitleg:** Het percentage rokers verschilde in 2023 voor alle leeftijdsgroepen niet significant van het percentage in 2022. Alle leeftijdsgroepen rookten in 2023 significant minder dan in 2014.



**Figuur 9. Percentage rokers in 2023 naar herkomst.**



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

#### WAT IS IEMAND ZIJN OF HAAR HERKOMST?

Bij het bepalen van iemand zijn of haar herkomstland wordt gekeken naar waar iemand geboren is en waar zijn of haar ouders geboren zijn. Is iemand in Nederland geboren en zijn of haar ouders ook? Dan heeft iemand een Nederlandse herkomst. Is iemand in het buitenland geboren? Dan is dat geboorteland zijn of haar land van herkomst.

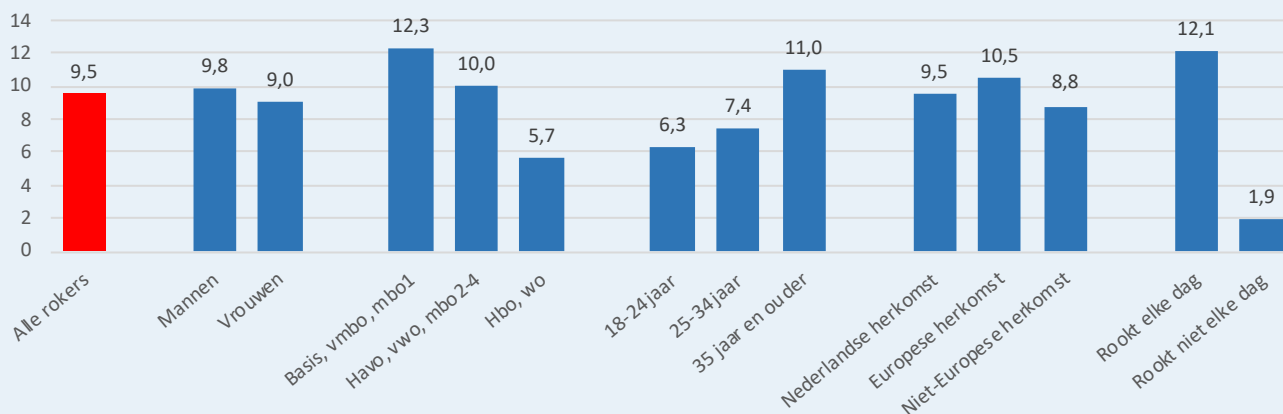
Is iemand in Nederland geboren, maar is één ouder of zijn allebei de ouders buiten Nederland geboren? Dan is het geboorteland van de ouders het herkomstland. Als beide ouders in het buitenland geboren zijn, wordt gekeken naar het geboorteland van de moeder. De indeling van de landen (in Europa of buiten Europa) is gebaseerd op de indeling die ook door de Verenigde Naties wordt gebruikt.

Het CBS beschrijft de herkomst op een andere manier dan eerst. Tot 2022 werd gekeken naar een Westerse en niet-Westerse migratieachtergrond. Vanaf 2022 kijkt CBS naar een Europese en een niet-Europese herkomst. Omdat dit een nieuwe indeling is, kunnen we nog geen grafieken over meerdere jaren laten zien.

Meer weten? Kijk op de [website van het CBS](#).

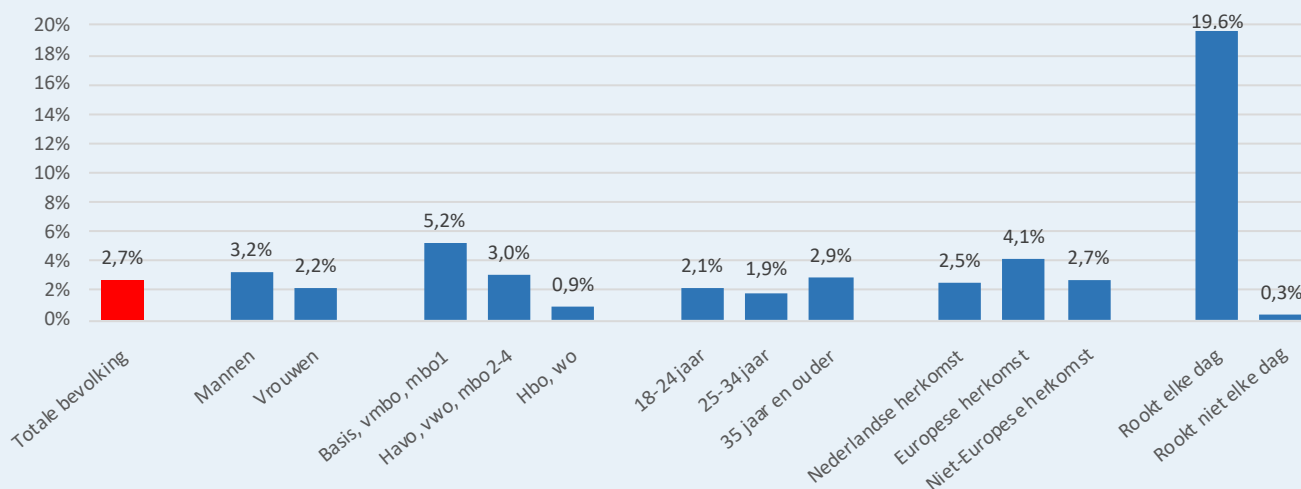


**Figuur 10. Het gemiddeld aantal sigaretten per dag dat sigaret- en shagrokers rookten in 2023.**



**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 shagjes dat zij per dag roken. Het meeste werd gerookt door mensen met basisonderwijs of een vmbo-diploma, mensen van 35 jaar of ouder en mensen die elke dag roken. Er zijn geen significante verschillen naar geslacht en herkomst.

**Figuur 11. Percentage volwassenen dat zwaar rookte in 2023.**



**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 basisonderwijs of een vmbo-diploma en rokers die elke dag roken. Er zijn geen significante verschillen naar leeftijd. Bij de herkomstgroepen verschillen alleen de groepen met een Nederlandse herkomst en een Europese herkomst significant van elkaar.

### WAT IS 'ZWAAR' ROKEN?

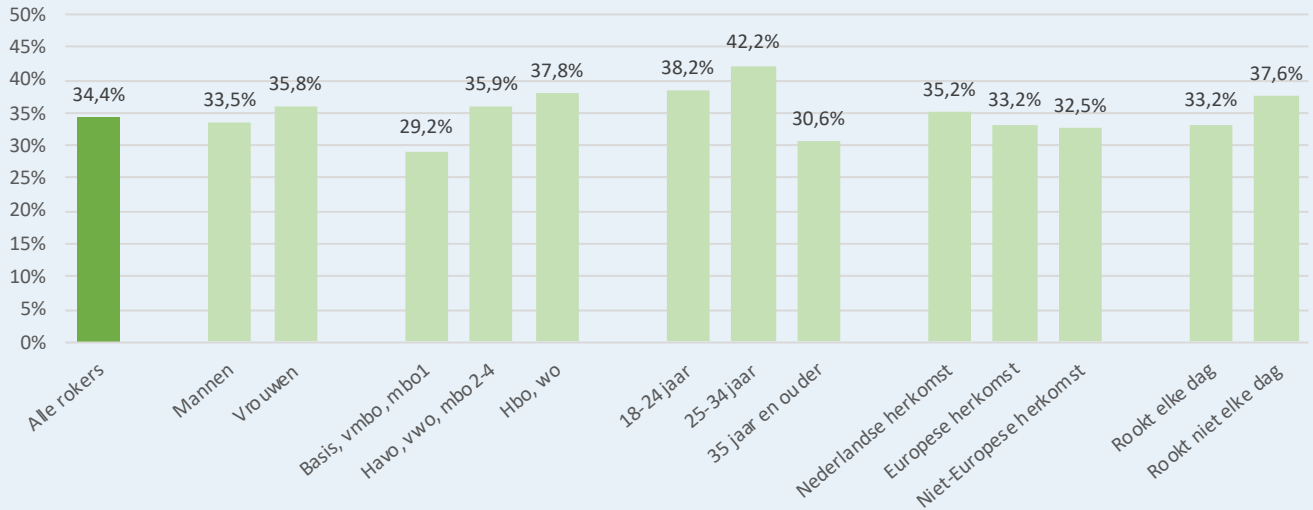
Als iemand gemiddeld 20 sigaretten of meer per dag rookt, noemen we hem of haar een 'zware roker'. De term 'zware roker' is een vertaling van het Engelse heavy smoker. Het is belangrijk om te weten hoeveel rokers zware roker zijn en of dit over de jaren heen minder of meer wordt. Mensen die zwaar roken 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.<sup>3</sup>

Meer weten? Lees het [uitgebreide artikel](#)<sup>3</sup> over dit onderwerp.



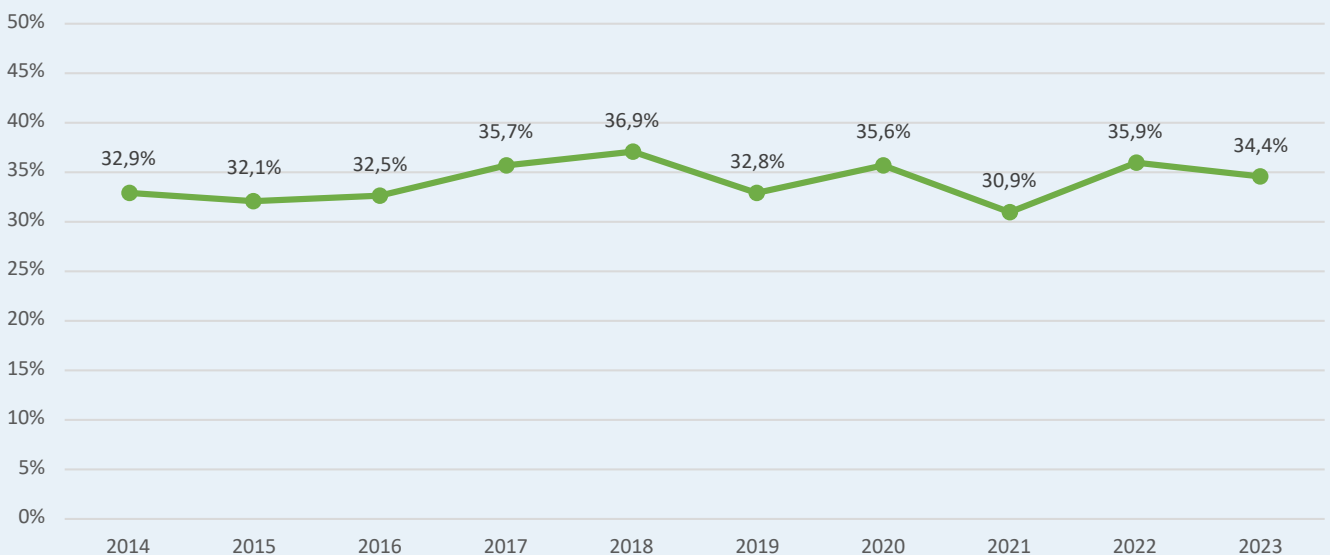


Figuur 12. Percentage rokers dat in 2023 in het afgelopen jaar een serieuze stoppoging deed.



**Uitleg:** Ongeveer 1 op de 3 rokers heeft in 2023 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 basisonderwijs of een vmbo-diploma deden het minst vaak een stoppoging. Mensen tussen 25 en 34 jaar deden vaker een stoppoging dan mensen van 35 jaar of ouder, maar er was geen verschil met mensen tussen de 18 en 24 jaar. Er was geen verschil op geslacht, herkomst of dagelijks roken.

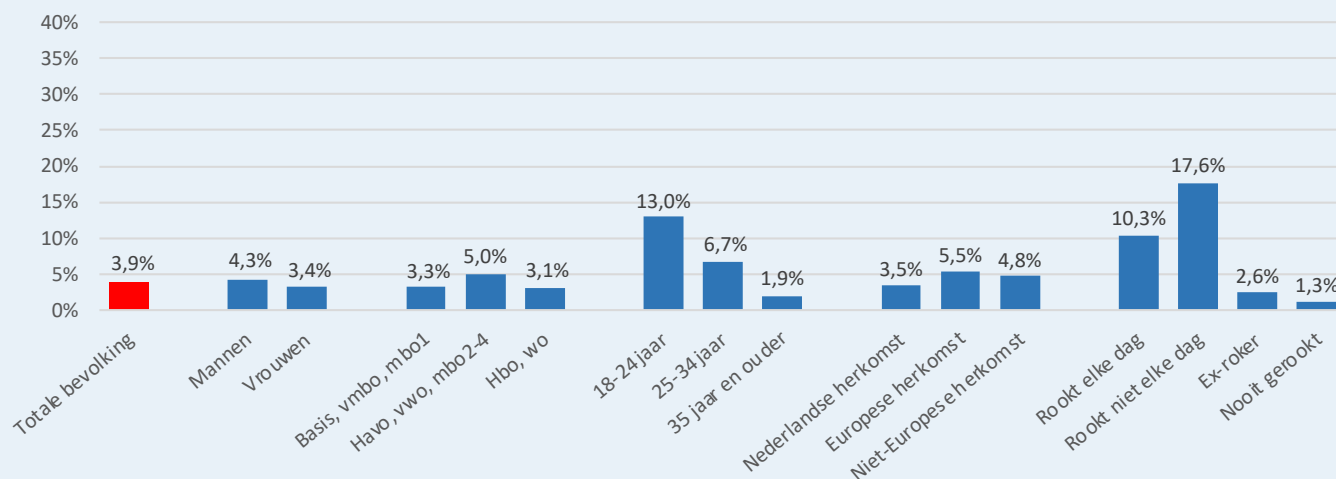
Figuur 13. Percentage rokers dat een serieuze stoppoging deed, per jaar.



**Uitleg:** Het percentage rokers dat in 2023 een serieuze stoppoging deed verschilde niet significant van het percentage dat in 2022 een stoppoging deed. De stijging tussen 2014 en 2023 is ook niet significant.



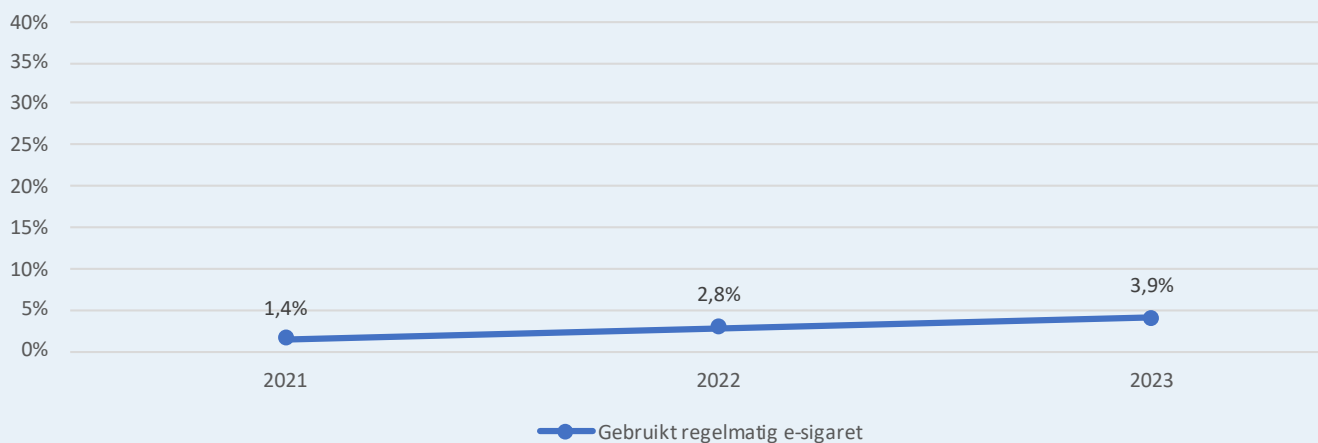
**Figuur 14. Percentage volwassenen dat in 2023 regelmatig een elektronische sigaret (vape) heeft gebruikt.**



**Uitleg:** In deze grafiek kijken we naar alle volwassenen (rokers en niet-rokers). Ongeveer 3,9% van de volwassenen heeft in 2023 regelmatig een elektronische sigaret (vape) gebruikt. Het meeste wordt deze gebruikt onder mensen met een havo, vwo of mbo-diploma en mensen tussen de 18-24 jaar. Mensen met een Europese herkomst gebruiken vaker een e-sigaret dan mensen met een Nederlandse herkomst, maar verschillen niet van mensen met een herkomst van buiten Europa. Mensen die niet elke dag (tabaksproducten) roken gebruiken vaker een e-sigaret dan mensen die elke dag roken. Er was geen verschil op geslacht.

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

**Figuur 15. Percentage volwassenen dat een elektronische sigaret (vape) gebruikt.**

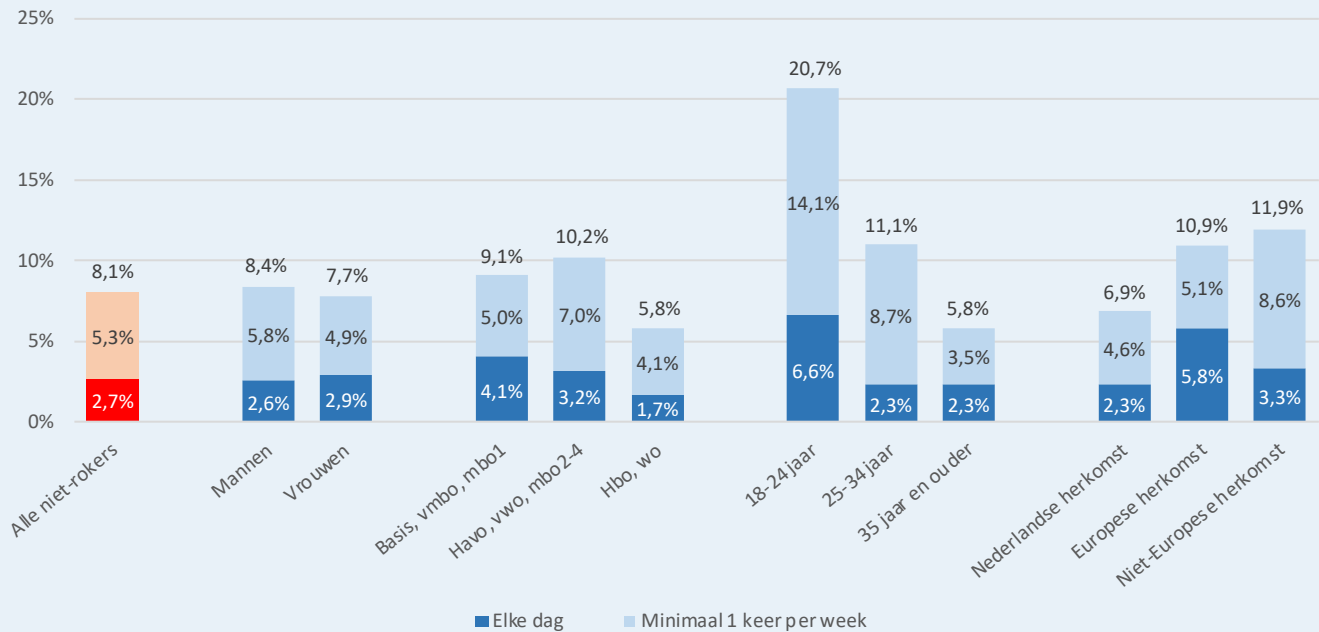


**Uitleg:** In deze figuur kijken we naar alle volwassenen (rokers en niet-rokers). Van alle volwassenen had 3,9% in 2023 regelmatig een elektronische sigaret (vape) gebruikt. Het percentage volwassenen dat regelmatig een elektronische sigaret gebruikt is elk jaar significant gestegen. De vraag over e-sigaretgebruik wordt sinds 2021 op dezelfde manier gesteld. Elektronische sigaretten zijn sinds 2007 verkrijgbaar in Nederland.

Van de 3,9% regelmatige gebruikers van elektronische sigaretten, rookte 2,4% wel eens tabak en 1,5% niet. Dat betekent dat 61,5% van de mensen die regelmatig een elektronische sigaret gebruikte ook wel eens rookte.

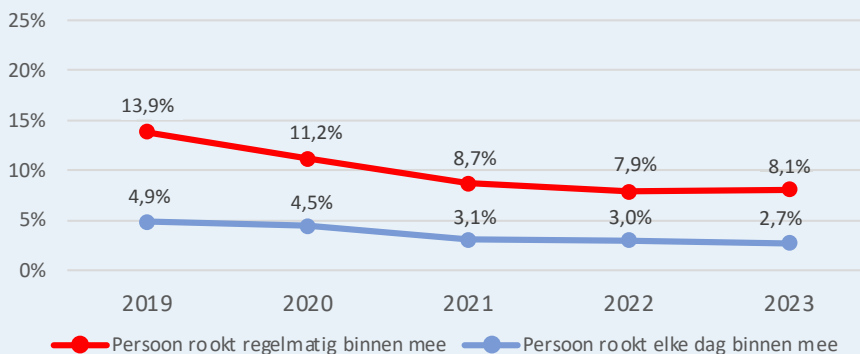


**Figuur 16. Percentage niet-rokers dat in 2023 in binnenruimten werd blootgesteld aan tabaksrook.**



**Uitleg:** Deze grafiek gaat alleen over mensen die zelf niet roken. We kijken hoeveel niet-rokers aangaven dat ze binnen (in een gebouw of huis) regelmatig werden 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). Mensen met een afgeronde bachelor- of masteropleiding roken significant minder vaak mee dan de andere twee opleidingsgroepen. Het percentage meerokers verschilt significant tussen alle leeftijdsgroepen, waarbij de groep van 18-24 jaar het meest meerookt. Mensen met een Nederlandse herkomst roken minder vaak mee dan mensen met een (Niet-) Europese herkomst. Er is geen verschil op geslacht.

**Figuur 17. Percentage niet-rokers dat binnen wordt blootgesteld aan tabaksrook, per jaar.**



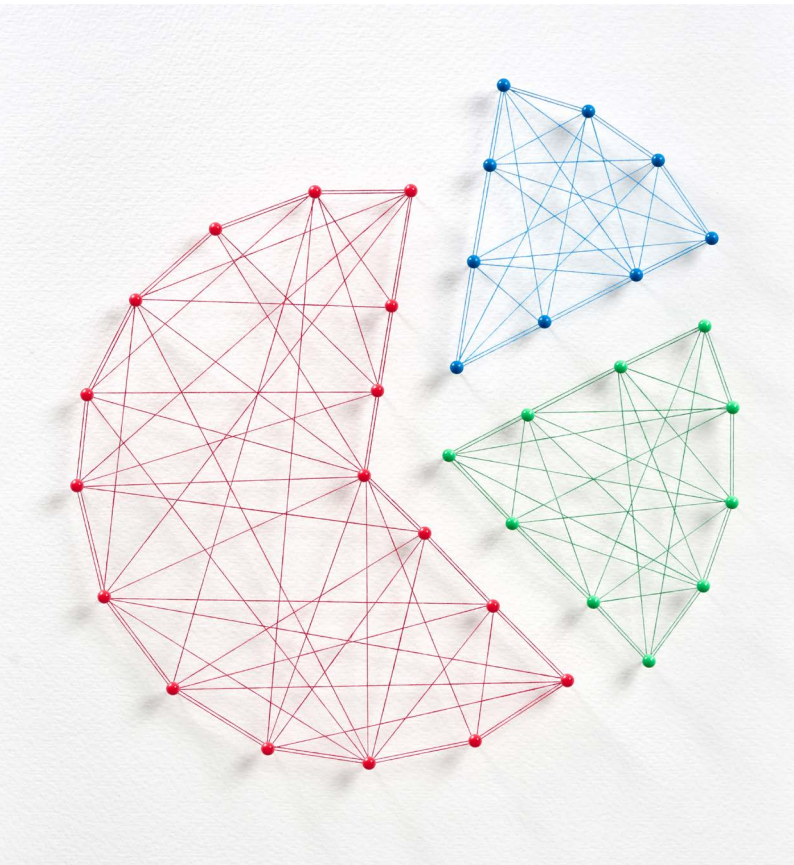
**Uitleg:** De vraag over meeroken wordt sinds 2019 op dezelfde manier gesteld. Daarom kunnen we pas vanaf 2019 naar de verandering over tijd kijken. Het percentage niet-rokers dat regelmatig en dagelijks meerookt is tussen 2022 en 2023 hetzelfde gebleven. Het percentage niet-rokers dat regelmatig of elke dag binnen meerookt is significant afgenomen tussen 2019 en 2023.

**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 als zelf roken. De risico's daarop zijn wel veel kleiner. Vooral voor kleine kinderen is meeroken ongezond. Zij krijgen sneller longproblemen of oortontstekingen.

Meer weten? Lees de infographics over [meeroken](#)<sup>4</sup> of [derdehands rook](#)<sup>5</sup>.



## EN NU VERDER..

Meer weten over dit thema? Lees dan ook onderstaande publicaties:

- [Rookprevalentie in Europa: een vergelijking tussen 8 landen](#)
- [Monitor Middelengebruik en Zwangerschap 2023](#)
- [HBCS 2022: Gezondheid en welzijn van jongeren in Nederland](#)

## 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/](https://trimbos.nl/kennis/cijfers/)

Vragen over deze factsheet? Neem dan contact op met Marieke van Aerde ([maerde@trimbos.nl](mailto:maerde@trimbos.nl)).

## VERWIJZINGEN

1. Gezondheidsenquête/Leefstijlmonitor, CBS i.s.m. RIVM en Trimbos-instituut, 2023.
2. De Hollander E, Hupkens C, Van Dorsselaar S, et al. De Leefstijlmonitor: Cijfers voor gezondheidsbeleid. TSG - Tijdschr voor gezondheidswetenschappen. Published online May 13, 2023. doi:10.1007/s12508-022-00349-8
3. Reep-van den Bergh CMM, Harteloh PPM, Croes E. Doodsoorzaak nr. 1 bij jonge Nederlanders: de sigaret. Ntvg. 2017;161(D1991).
4. Van den Eeden N, Van Westen-lagerweij N, Bommelé J. Infographic Meerroken Door Kinderen: Feiten En Cijfers 2020. INF119 ed. Trimbos-instituut; 2023.
5. Geuke G, Van den Eeden N, Willemse E, Bommelé J. Infographic Derdehands Rook. INF118 ed. Trimbos-instituut; 2023.

**ROKEN**  
Infolijn  
**0900-1995**

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

## Colofon

### Auteurs

Marieke van Aerde  
Jeroen Bommelé  
Marc Willemsen

### Ontwerp & productie

Canon Nederland N.V.

### Beeld

[www.istockphoto.com](https://www.istockphoto.com)

Productnummer TRI64-010.

© 2024, Trimbos-instituut, Utrecht

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

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