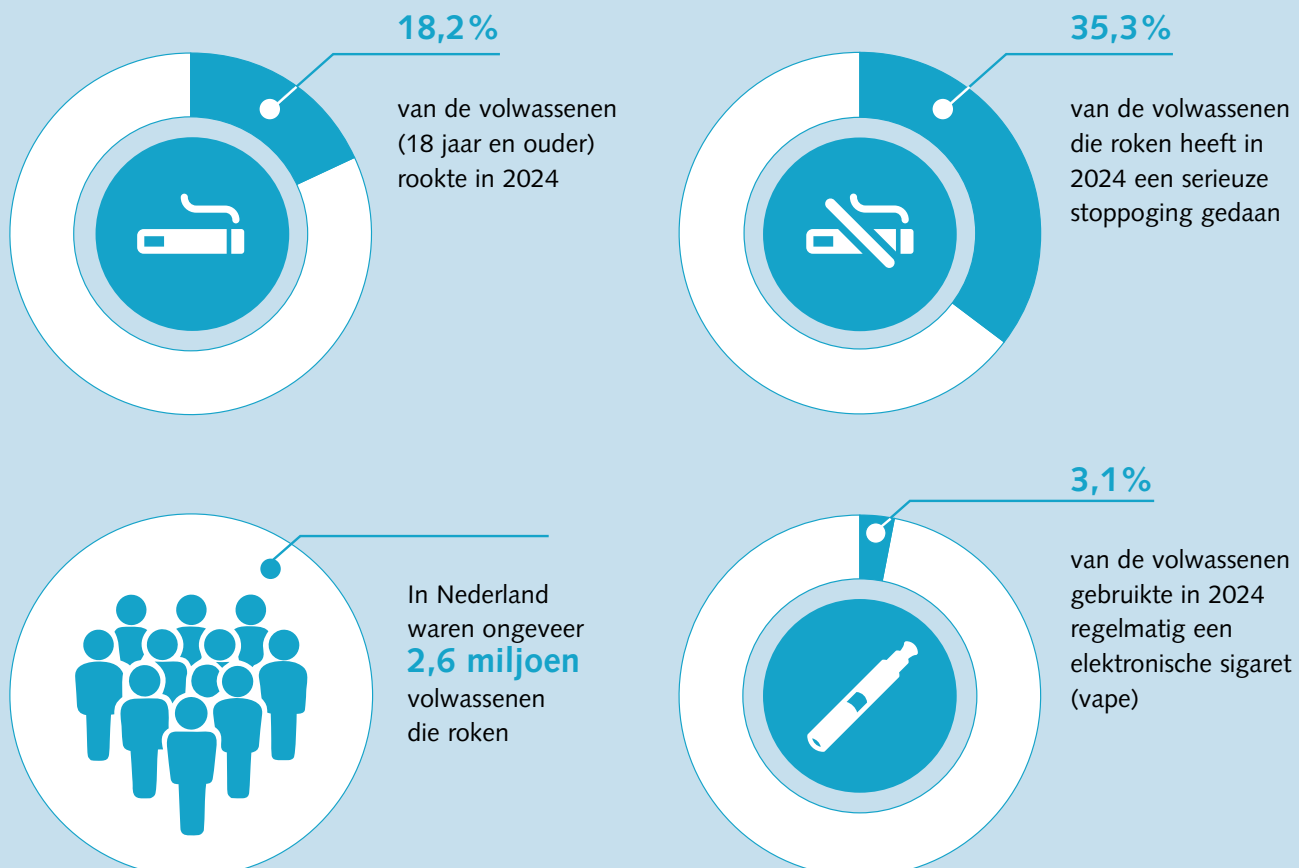


KERNCIJFERS ROKEN 2024

Cijfers over roken, stoppen met roken en het gebruik van elektronische sigaretten (vapes)

Roken in Nederland





In deze factsheet staan de kerncijfers uit 2024 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 zij 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 Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu. Het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport en het Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS) financieren 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 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 2024 hebben 7.820 volwassen Nederlanders de Gezondheidsenquête ingevuld.

Elk jaar verstuurt het CBS brieven aan Nederlanders met een uitnodiging om de vragenlijst online in te vullen. Deze mensen worden per toeval geselecteerd. 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](#).

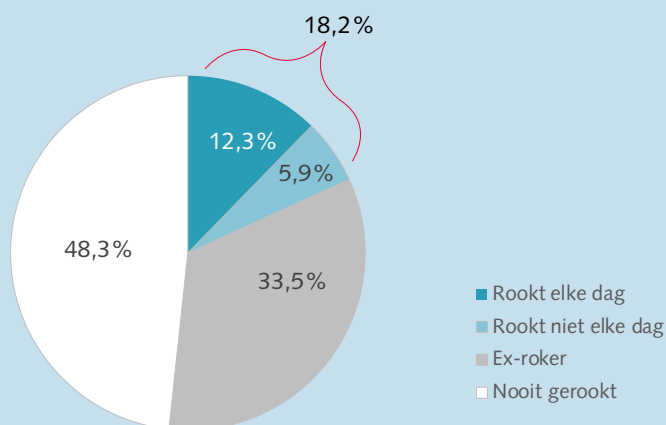
In deze factsheet hebben we het vaak over 'rokers'. We hebben het dan over alle volwassenen van 18 jaar en ouder die weleens roken. Dat zijn dus zowel de mensen die elke dag roken (dagelijkse roker) als de mensen die niet dagelijks roken. Alle cijfers gaan over volwassenen van 18 jaar en ouder en hebben betrekking op het jaar 2024. We vergelijken de cijfers van 2024 met die van het jaar daarvoor (2023) en het jaar dat het CBS voor het eerst deze gegevens verzamelde voor de Leefstijlmonitor (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 *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 2024 met die uit 2014 en 2023. 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 2024.



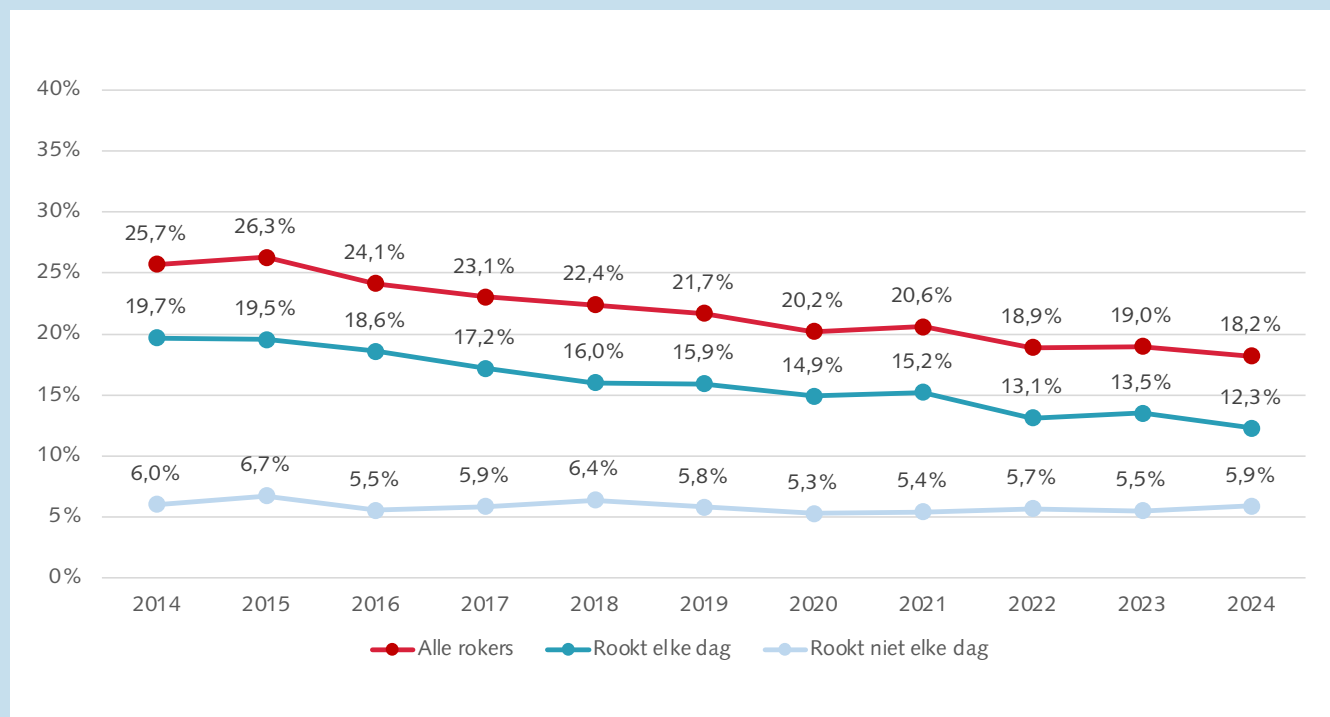
Uitleg: In 2024 rookte 18,2% van de volwassen Nederlanders. Het gaat hier om alle tabaksproducten (dus ook pijp, sigaren, etc). 12,3% rookte elke dag en 5,9% rookte weleens, maar niet elke dag. Dat betekent dat 67,5% van de rokers elke dag rookte.

Tabel 1. Geschat aantal rokers in 2024.

	Schatting	Ondergrens	Bovengrens
Alle rokers	2.556.000	2.422.000	2.689.000
Basisonderwijs, vmbo, mbo1	674.000	601.000	747.000
Havo, vwo, mbo2-4	1.080.000	988.000	1.171.000
Hbo, wo	803.000	723.000	882.000
Dagelijkse rokers	1.719.000	1.606.000	1.833.000
Basisonderwijs, vmbo, mbo1	581.000	512.000	649.000
Havo, vwo, mbo2-4	792.000	712.000	871.000
Hbo, wo	347.000	294.000	400.000
Niet-dagelijkse rokers	837.000	768.000	905.000
Basisonderwijs, vmbo, mbo1	93.000	66.000	120.000
Havo, vwo, mbo2-4	288.000	243.000	333.000
Hbo, wo	456.000	400.000	511.000

Uitleg: In 2024 rookten er ongeveer 2,6 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 soms anders dan de schattingen van de opleidingsgroepen samen.

Figuur 2. Percentage rokers per jaar onder volwassenen.



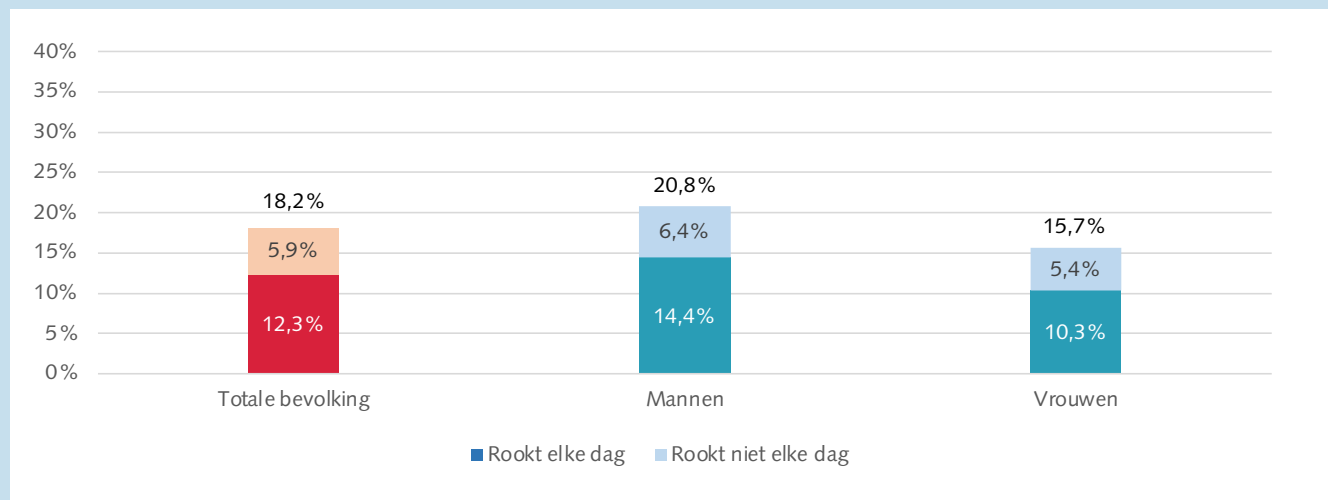
Uitleg: Tussen 2023 en 2024 veranderde het totale percentage rokers niet. Het percentage dagelijkse rokers daalde tussen 2023 en 2024 wel significant. * Het totale percentage rokers en het percentage dagelijks rokers daalde significant tussen 2014 en 2024. Het percentage niet-dagelijkse rokers is niet veranderd tussen 2014 en 2024.



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

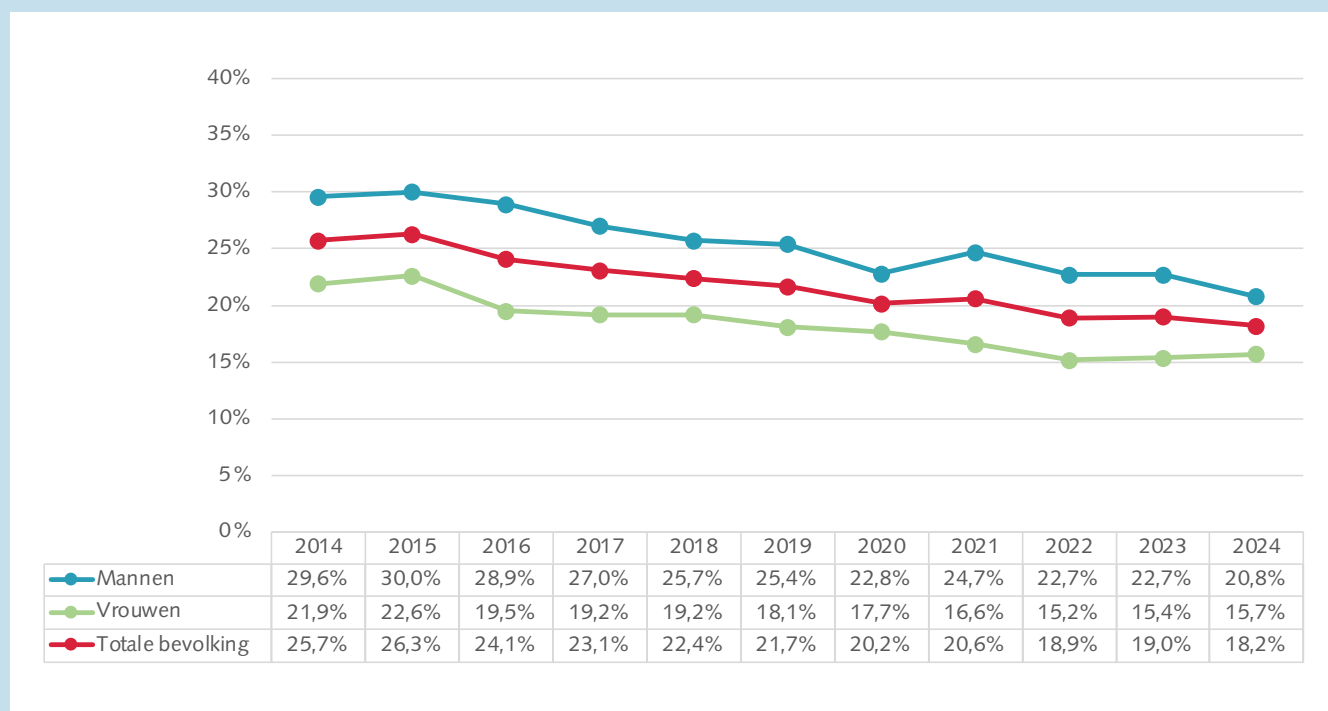


Figuur 3. Percentage rokers in 2024 onder mannen en vrouwen.

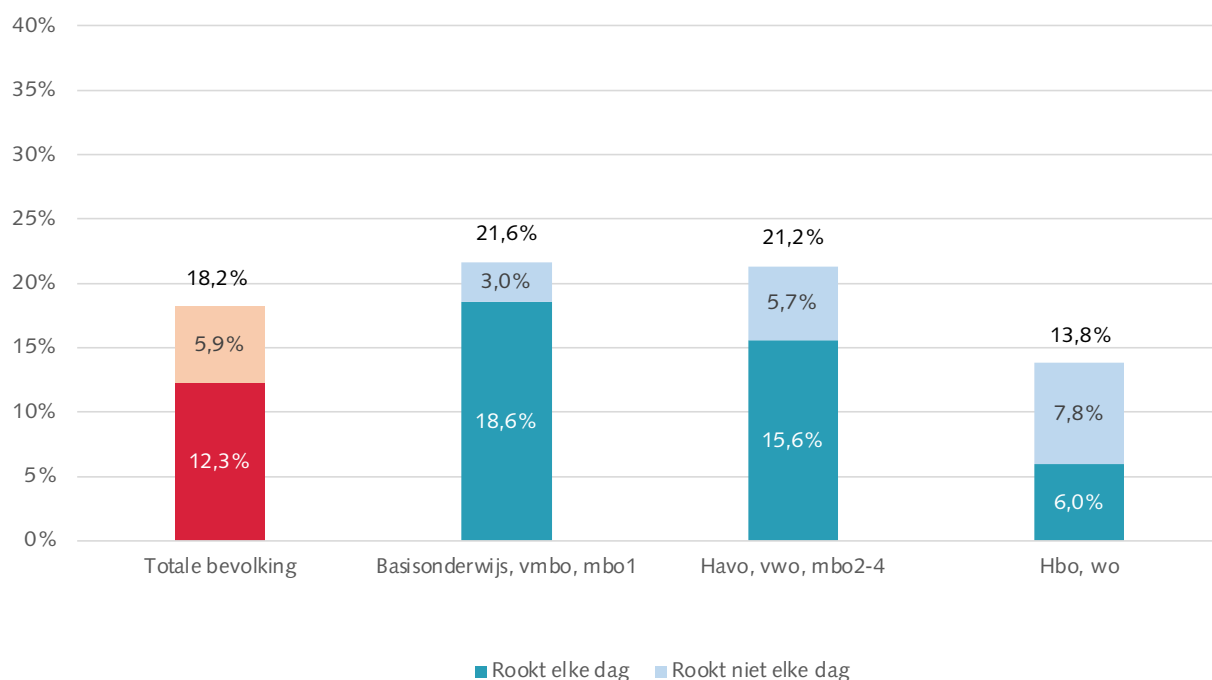


Uitleg: Onder mannen rookte een significant groter deel dan onder vrouwen. Ook rookte onder mannen een groter deel elke dag. Ter vergelijking staan in deze figuur de percentages van de totale bevolking (in rood).

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



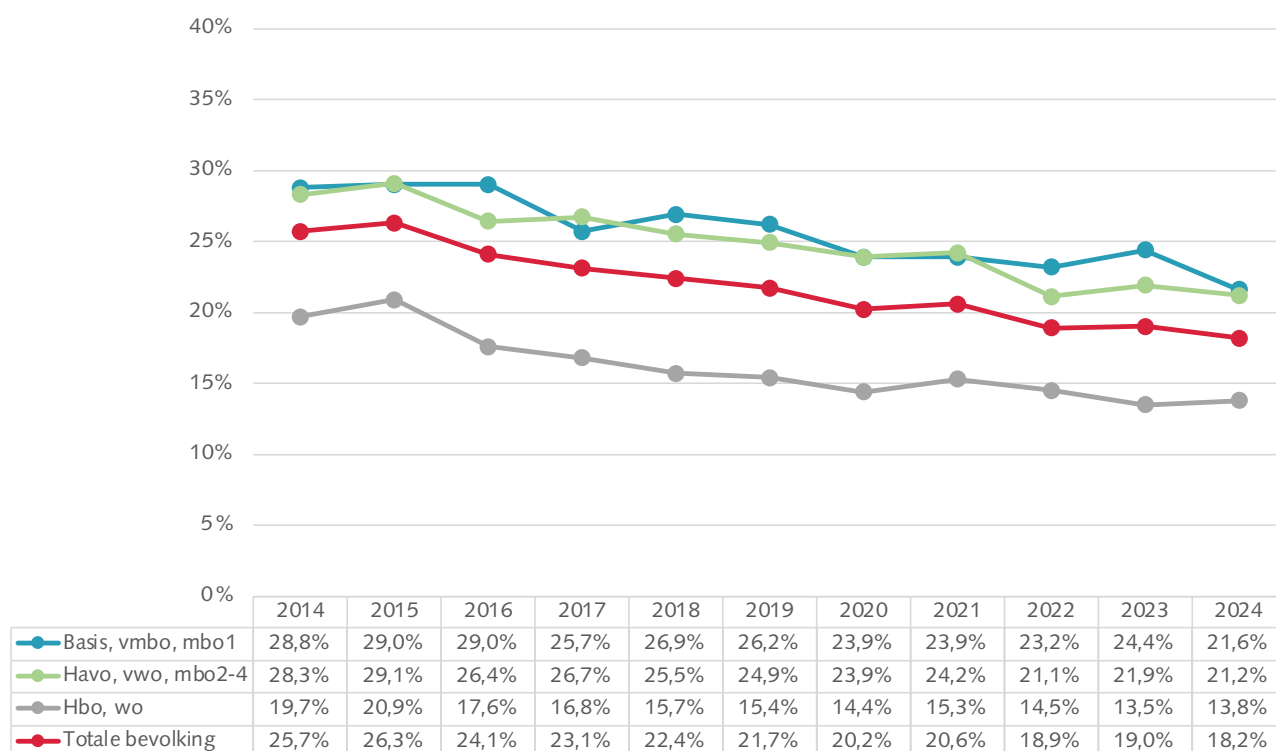
Uitleg: Onder zowel mannen als vrouwen veranderde tussen 2023 en 2024 het percentage rokers niet significant. In 2024 rookte een significant kleiner deel van zowel de mannen als de vrouwen dan in 2014.

**Figuur 5.** Percentage rokers in 2024 naar opleiding.

Uitleg: Onder mensen met basisonderwijs, vmbo of mbo1-opleiding en mensen met havo, vwo of mbo2-4 opleiding rookte een significant groter deel dan onder mensen met een hbo- of wo-opleiding. De drie opleidingsgroepen verschilden alle drie significant van elkaar in het percentage rokers dat elke dag rookt. Omdat we in Nederland relatief meer mensen met een hbo- of wo-opleiding hebben dan mensen met basisonderwijs, vmbo of mbo1-opleiding, is het absolute aantal rokers met een hbo- of wo-opleiding groter dan het aantal rokers met basisonderwijs, vmbo of mbo1-opleiding. Deze cijfers staan in Tabel 1. Ter vergelijking staan in deze figuur de percentages van de totale bevolking (in rood). Het totale percentage rokers wijkt soms iets af van de dagelijkse en niet-dagelijkse rokers bij elkaar opgeteld. Dit verschil komt door afronding van de cijfers.



Figuur 6. Percentage rokers per jaar, naar opleiding.



Uitleg: Onder alle opleidingsgroepen was er geen significant verschil tussen het percentage rokers in 2023 en 2024. Tussen 2014 en 2024 werd er in alle opleidingsgroepen significant minder gerookt.

Opleidingsniveau

In deze rapportage vergelijken we in analyses steeds de onderstaande drie groepen:

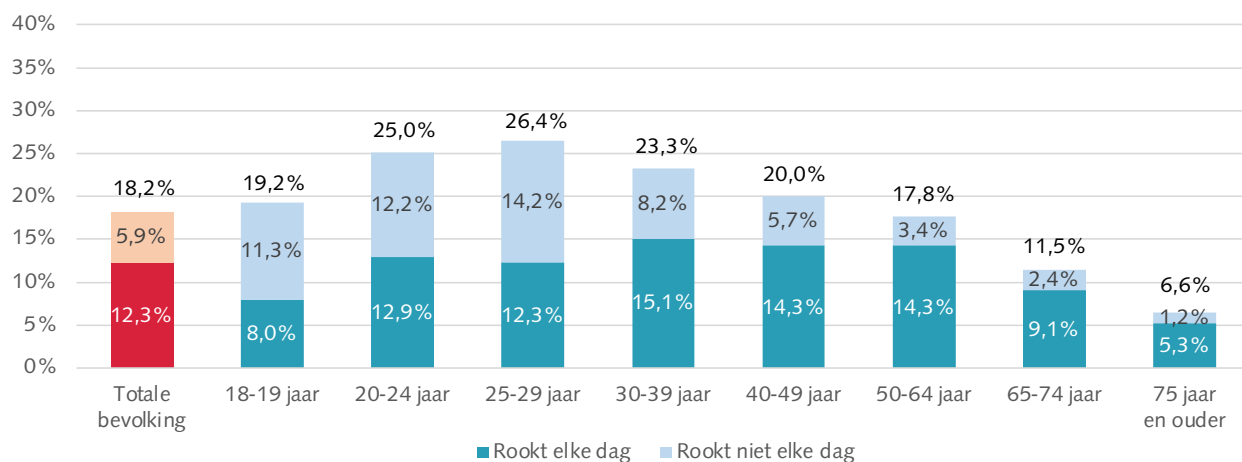
- Basisonderwijs, LBO, MAVO, VMBO of MBO niveau 1
- MBO niveau 2-4, HAVO of VWO
- HBO of universiteit

In de tekst hebben we het over 'mensen met basisonderwijs, vmbo of mbo1-opleiding' (de eerste groep), 'mensen met havo, vwo of mbo2-4 opleiding' (de tweede groep) en over 'mensen met een hbo- of wo-opleiding' (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 alleen maar 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.

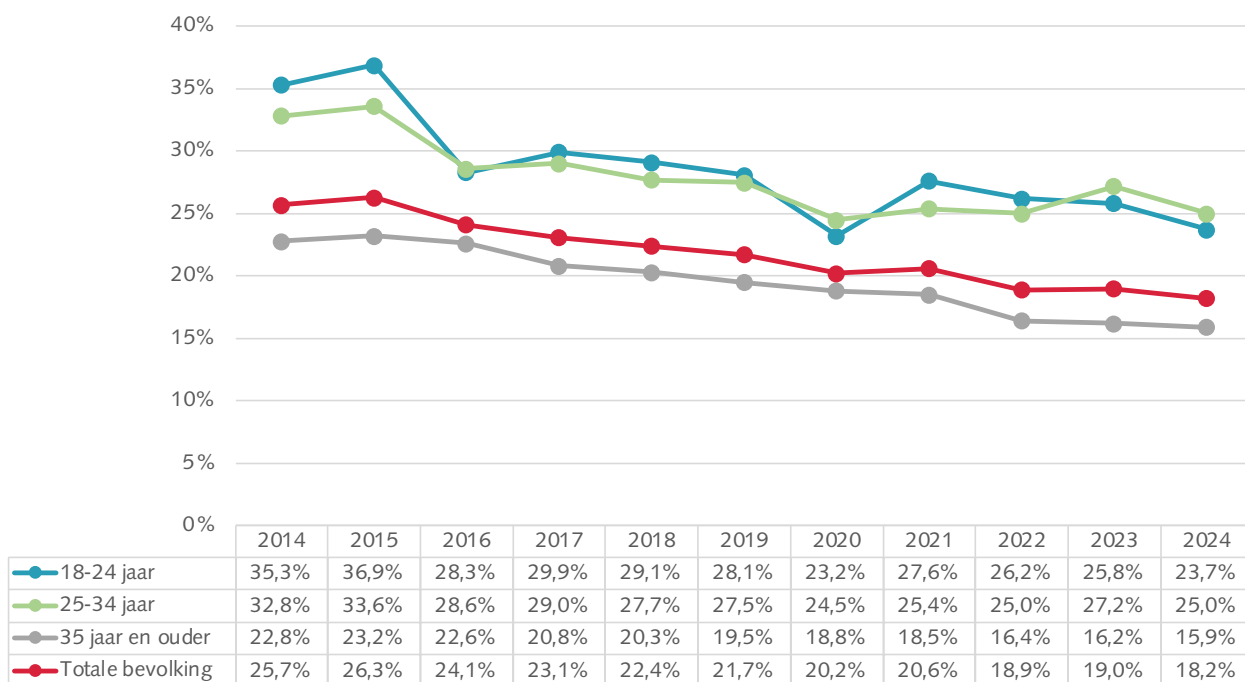


Figuur 7. Percentage rokers in 2024 naar leeftijd.



Uitleg: Het percentage rokers is het hoogst onder 25-29 jarigen. 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). Het totale percentage rokers wijkt soms iets af van de dagelijkse en niet-dagelijkse rokers bij elkaar opgeteld. Dit verschil komt door afronding van de cijfers.

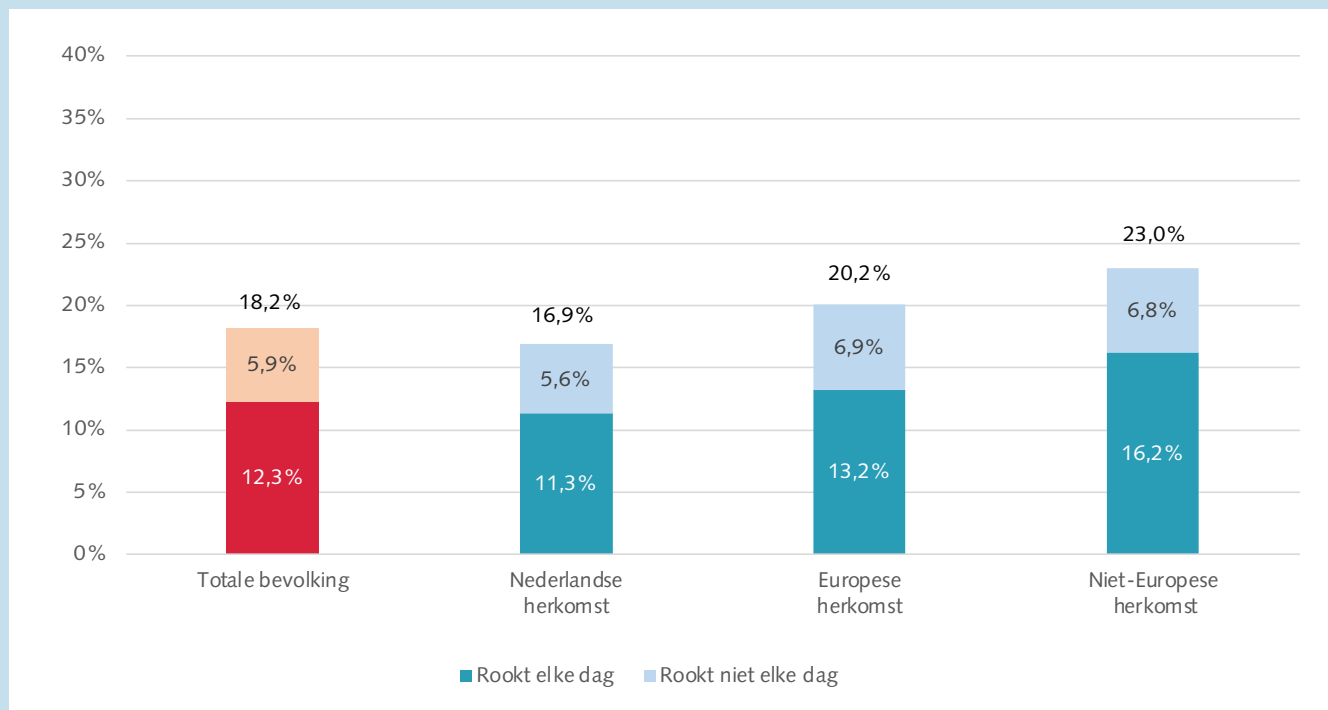
Figuur 8. Percentage rokers per jaar, naar leeftijd.



Uitleg: Het percentage rokers verschilde in 2024 voor geen van de leeftijdsgroepen significant van het percentage in 2023. Alle leeftijdsgroepen rookten in 2024 significant minder dan in 2014.



Figuur 9. Percentage rokers in 2024 naar herkomst.



Uitleg: Onder mensen met een Nederlandse herkomst rookte een significant kleiner deel dan onder mensen met een niet-Nederlandse herkomst. Er is tussen de twee groepen met een niet-Nederlandse herkomst geen verschil in het percentage mensen dat rookt. Onder mensen met een Nederlandse herkomst rookte een significant kleiner deel *elke dag* dan onder mensen met een herkomst buiten Europa, maar ze verschilden niet van mensen met een herkomst binnen Europa. Er was geen verschil tussen mensen met een Europese herkomst en een niet-Europese herkomst. Ter vergelijking staan in deze figuur de percentages van de totale bevolking (in rood). Het totale percentage rokers wijkt soms iets af van de dagelijkse en niet-dagelijkse rokers bij elkaar opgeteld. Dit verschil komt door afronding van de cijfers.

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.

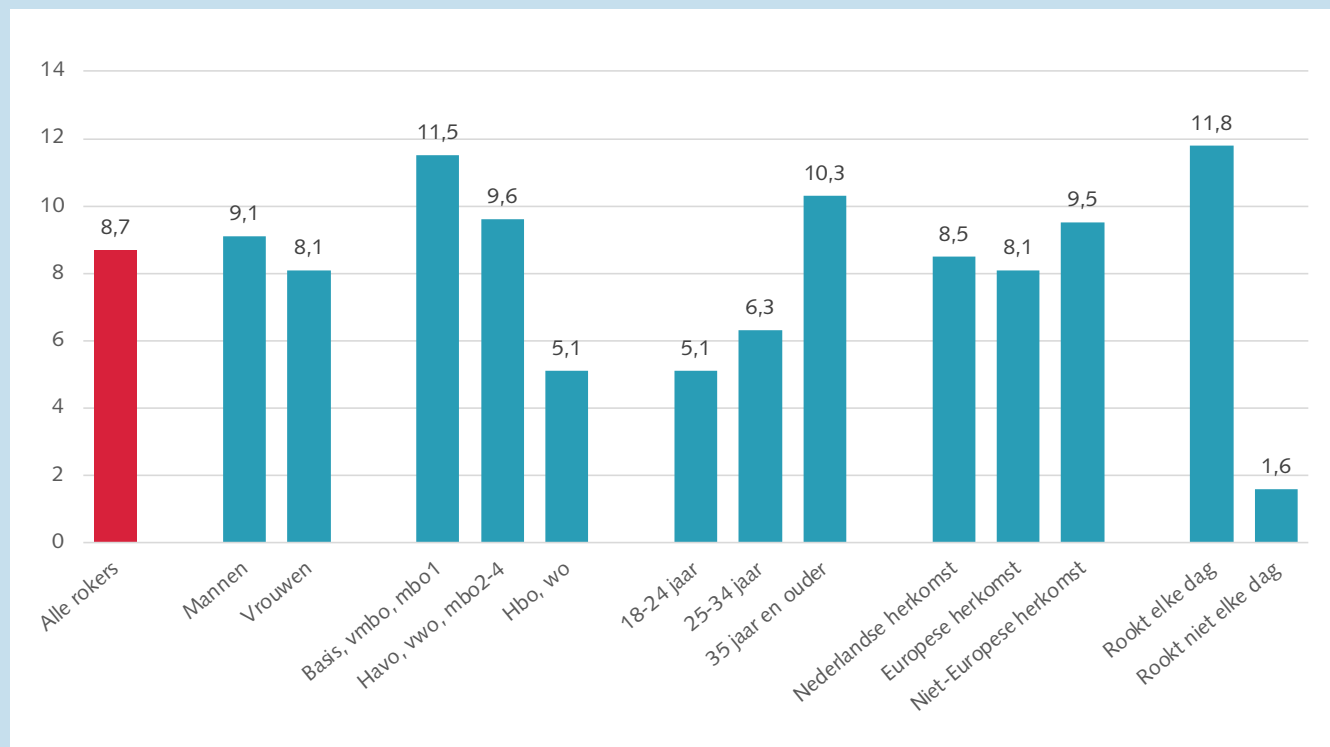
Is iemand in Nederland geboren, maar is één ouder buiten Nederland geboren? Dan is het geboorteland van die ouder het herkomstland. Als beide ouders in het buitenland geboren zijn, wordt gekeken naar het geboorteland van de moeder. De indeling van de landen (in Europa of buiten Europa) is gebaseerd op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

Het CBS beschrijft de herkomst op een andere manier dan eerst. Tot 2023 werd gekeken naar een Westerse en niet-Westerse migratieachtergrond. Vanaf 2023 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](#).



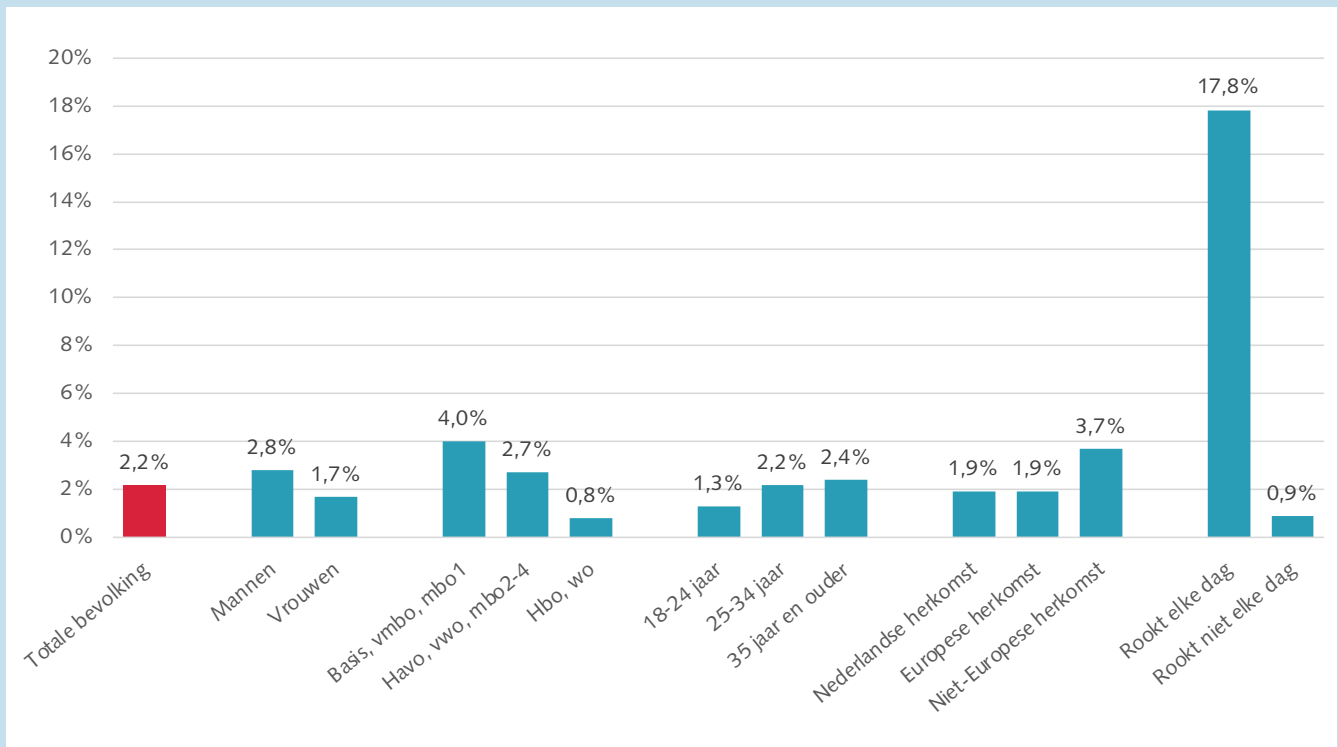
Figuur 10. Het gemiddeld aantal sigaretten per dag dat sigaret- en shagrokers rookten in 2024.



Uitleg: Deze grafiek gaat alleen over sigaretten- en shagrokers. Mensen die bijvoorbeeld alleen maar pijp of sigaren roken, zijn niet meegenomen in deze figuur. We kijken naar het aantal sigaretten of shagjes dat zij per dag roken. Het meeste werd gerookt door mannen, mensen met basisonderwijs, vmbo of mbo1-opleiding, mensen van 35 jaar of ouder en mensen die elke dag roken. Er is geen significant verschil naar herkomst.



Figuur 11. Percentage volwassenen dat zwaar rookte in 2024.



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, vmbo of mbo1-opleiding en rokers die elke dag roken. Er zijn geen significante verschillen naar leeftijd. Mensen met een niet-Europese herkomst roken vaker zwaar dan mensen met een Nederlandse of Europese herkomst.

Wat is 'zwaar' roken?

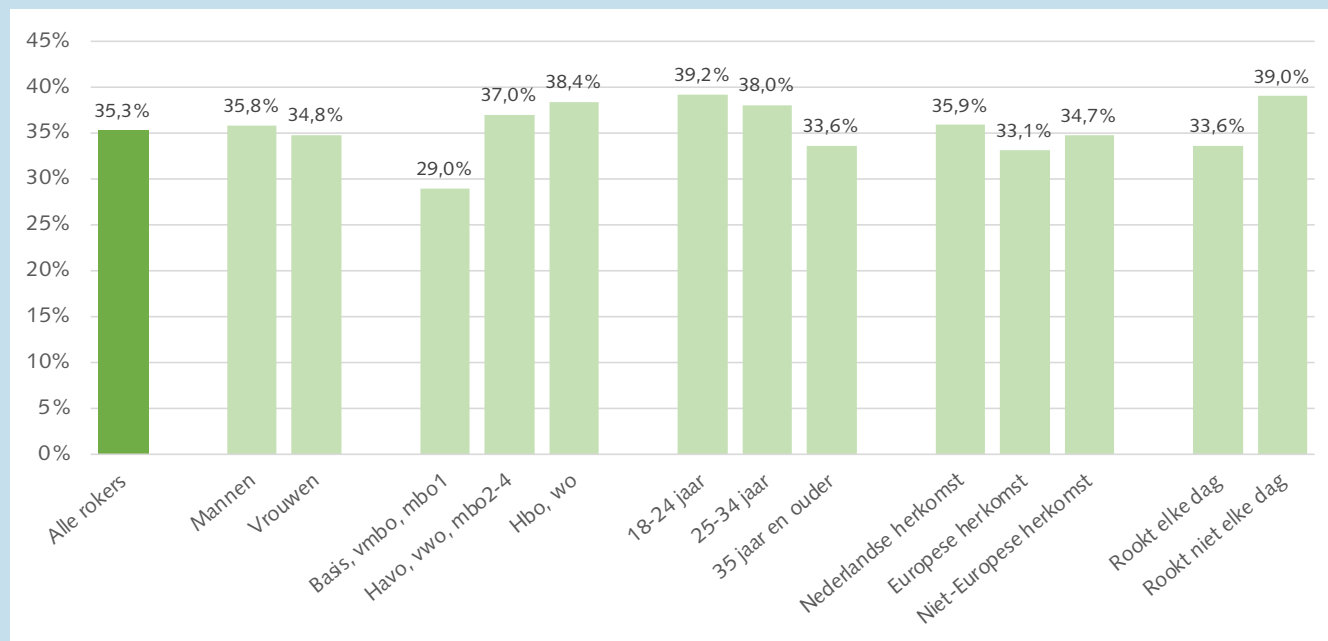
Als iemand gemiddeld 20 sigaretten of meer per dag rookt, noemen we hem of haar een 'zware roker'.

De term 'zware roker' is een vertaling van het Engelse *heavy smoker*. Het is belangrijk om te weten hoeveel rokers zware roker zijn. 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.³

Meer weten? Lees het [uitgebreide wetenschappelijke artikel](#)³ over dit onderwerp.

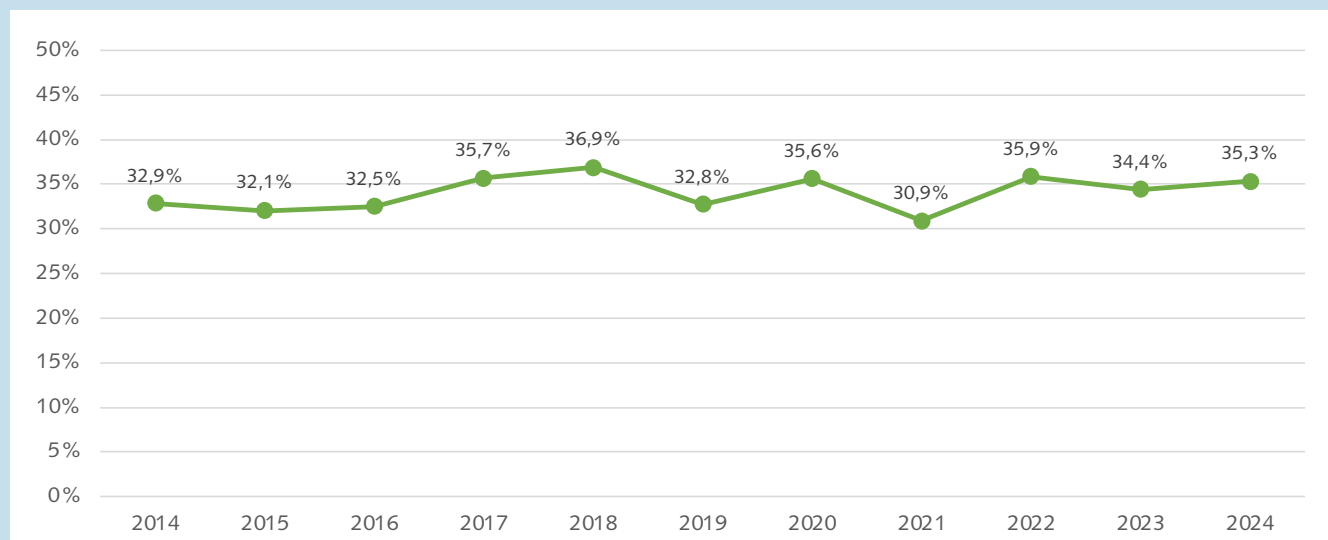


Figuur 12. Percentage rokers dat in 2024 in het afgelopen jaar een serieuze stoppoging deed.



Uitleg: Ruim 1 op de 3 rokers heeft in 2024 één 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, vmbo of mbo1-opleiding deden het minst vaak een stoppoging. Er was geen verschil naar geslacht, leeftijd, herkomst en dagelijks roken.

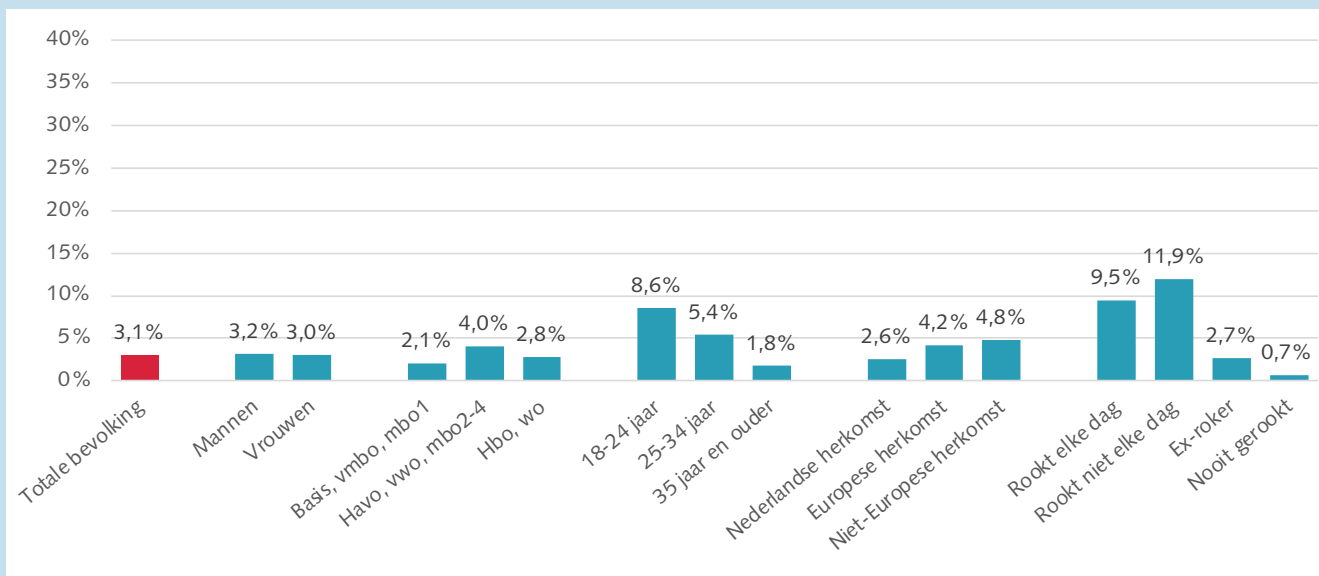
Figuur 13. Percentage rokers dat een serieuze stoppoging deed, per jaar.



Uitleg: Het percentage rokers dat in 2024 een serieuze stoppoging deed verschilde niet significant van het percentage dat in 2023 een stoppoging deed. De stijging tussen 2014 en 2024 is ook niet significant.



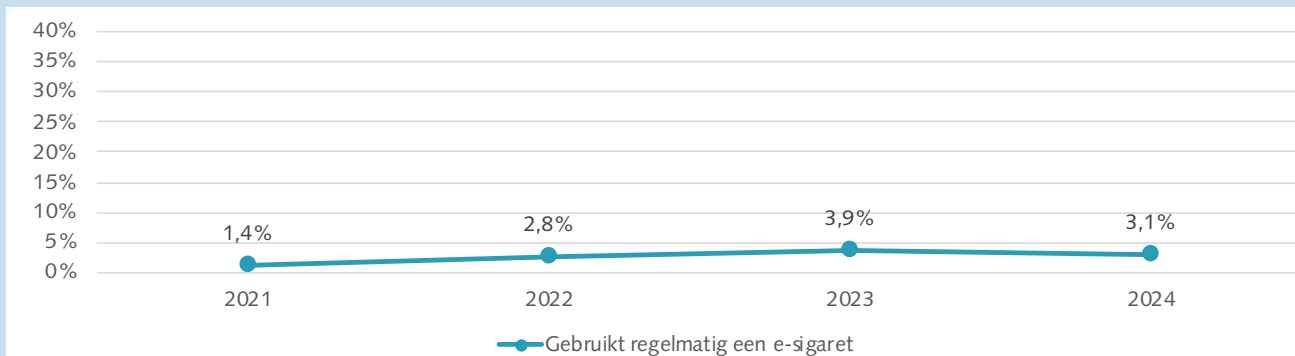
Figuur 14. Percentage volwassenen dat in 2024 *regelmatig* een elektronische sigaret (vape) heeft gebruikt.



Uitleg: In deze grafiek kijken we naar alle volwassenen (rokers en niet-rokers). Ongeveer 3,1% van de volwassenen heeft in 2024 regelmatig een elektronische sigaret (vape) gebruikt. Het meeste wordt deze gebruikt onder mensen met een havo, vwo of mbo2-4-opleiding en mensen tussen de 18-24 jaar. Mensen met een Nederlandse herkomst gebruiken het minst vaak een e-sigaret. Er was geen verschil naar geslacht of dagelijks roken.

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 (0,6%).

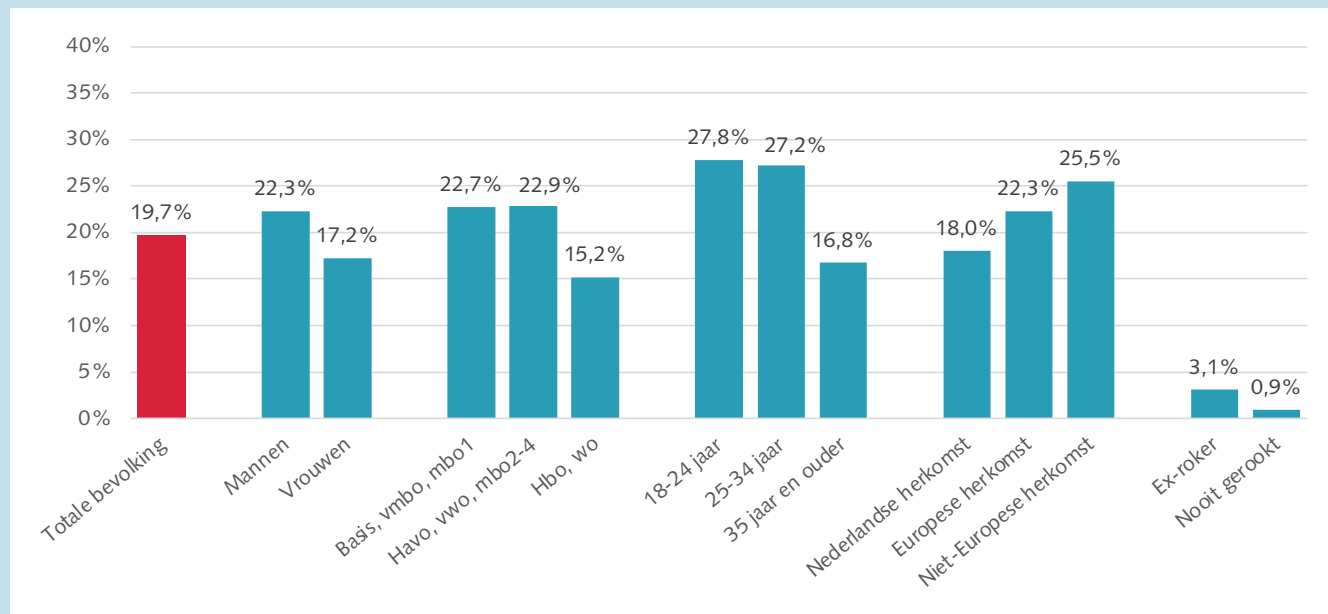
Figuur 15. Percentage volwassenen dat een elektronische sigaret (vape) gebruikt.



Uitleg: In deze figuur kijken we naar alle volwassenen (rokers en niet-rokers). Van alle volwassenen had 3,1% in 2024 regelmatig een elektronische sigaret (vape) gebruikt. Het percentage volwassenen dat regelmatig een elektronische sigaret gebruikt, is tussen 2023 en 2024 significant gedaald. Tussen 2021 en 2024 is het percentage volwassenen dat regelmatig een elektronische sigaret gebruikt gestegen. De vraag over e-sigaretgebruik wordt sinds 2021 op dezelfde manier gesteld. Elektronische sigaretten zijn sinds 2007 verkrijgbaar in Nederland.

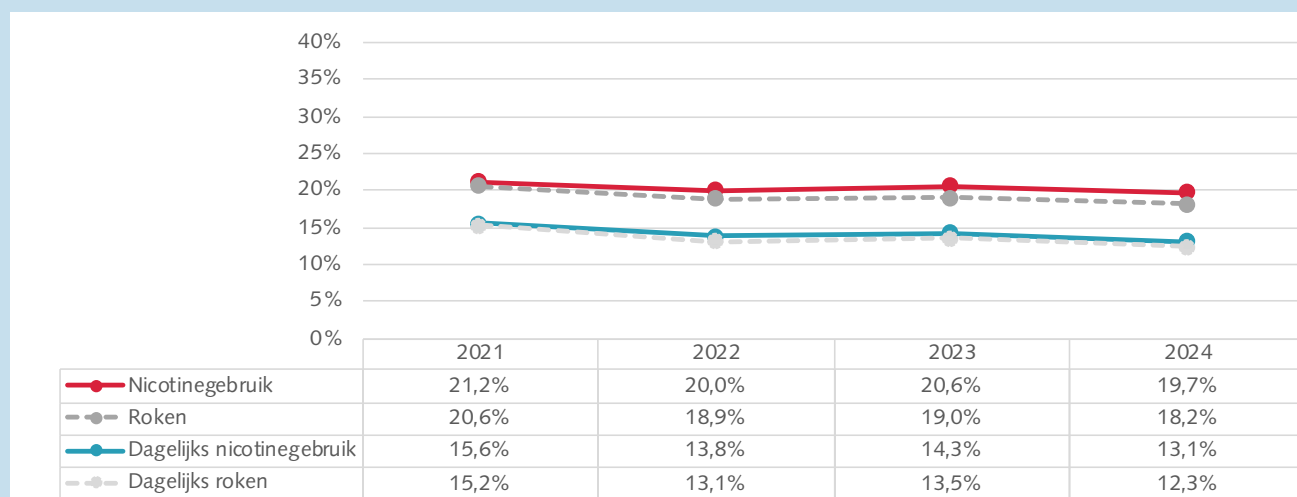
Van de 3,1% regelmatige gebruikers van elektronische sigaretten, rookte 1,9% weleens tabak en 1,3% niet. Dat betekent dat 59,8% van de mensen die regelmatig een elektronische sigaret gebruikte ook wel eens rookte.

Figuur 16. Percentage volwassenen dat in 2024 regelmatig een nicotineproduct heeft gebruikt



Uitleg: Deze grafiek gaat over het gebruik van één of meer nicotineproducten. Het gaat hier om tabaksproducten ('rookt u weleens?'), e-sigaretten en verhitte tabaksproducten. Nicotineproducten worden het vaakst gebruikt door mannen en het minst vaak door mensen met een hbo- of wo-opleiding, mensen van 35 jaar of ouder en door mensen met een Nederlandse herkomst.

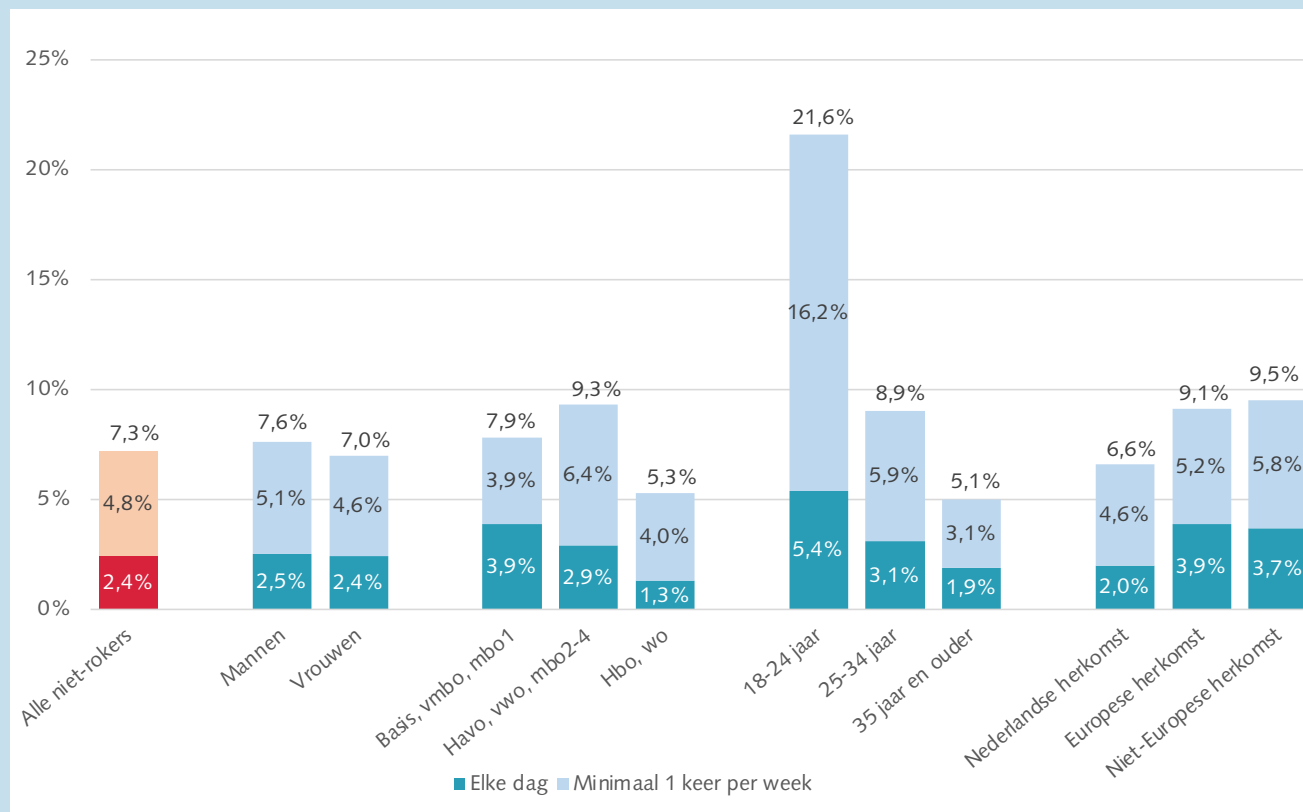
Figuur 17. Percentage volwassenen dat een nicotineproduct gebruikt.



Uitleg: Met dagelijks nicotinegebruik bedoelen we dat iemand tenminste één nicotineproduct dagelijks gebruikt. Het percentage volwassenen dat regelmatig een nicotineproduct gebruikt is tussen 2023 en 2024 gelijk gebleven. Tussen 2021 en 2024 is het percentage volwassenen dat regelmatig een nicotineproduct gebruikt gedaald. De vraag over e-sigaretgebruik wordt sinds 2021 op dezelfde manier gesteld, daarom kunnen we de trends voor nicotinegebruik ook pas vanaf 2021 bekijken.



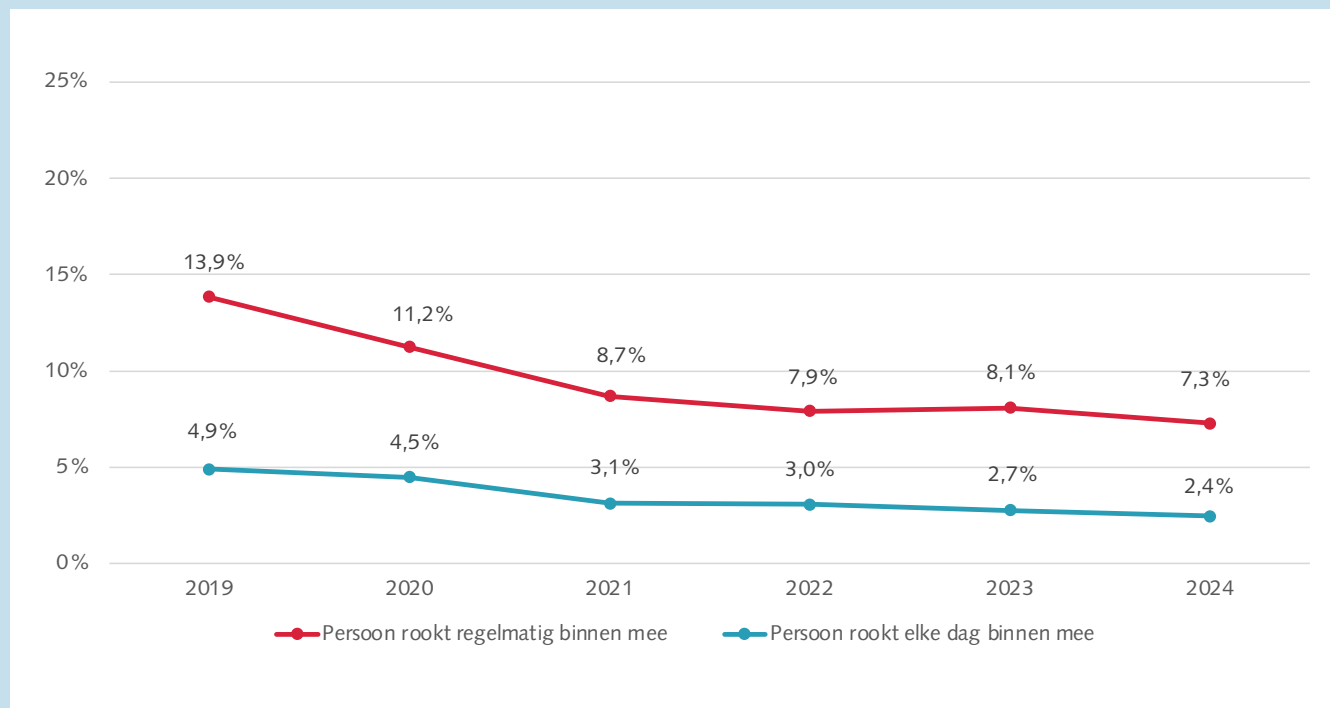
Figuur 18. Percentage niet-rokers dat in 2024 in binnenruimten werd blootgesteld aan tabaksrook.



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 meerooken genoemd. In deze grafiek kijken we naar mensen die elke dag binnen meerooken (donkerblauw) en naar mensen die minder vaak, maar wel minimaal 1 keer per week binnen meerooken (lichtblauw). Mensen met een hbo- of wo-opleiding roken significant minder vaak minimaal 1 keer per week mee dan de andere twee opleidingsgroepen. Het percentage meerookers verschilt significant tussen alle leeftijdsgroepen, waarbij de groep van 18-24 jaar het meest meeroookt. Mensen met een Nederlandse herkomst roken minder vaak mee dan mensen met een herkomst buiten Nederland. De groepen met een Europese en niet-Europese herkomst verschillen niet van elkaar. Er is geen verschil tussen mannen en vrouwen. Het totale percentage niet-rokers dat meeroookt wijkt iets af van de de percentages voor elke dag en minimaal 1 keer per week bij elkaar opgeteld. Dit verschil komt door afronding van de cijfers.



Figuur 19. 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 2023 en 2024 niet significant gedaald. Het percentage niet-rokers dat regelmatig of elke dag binnen meerookt is wel significant afgenomen tussen 2019 en 2024.

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 oorontstekingen.

Meer weten? Lees de factsheet over [meeroken](#)⁴ of de infographic over [derdehands rook](#).⁵



1. Gezondheidsenquête/Leefstijlmonitor, CBS i.s.m. RIVM en Trimbos-instituut, 2024.
2. De Hollander E, Hupkens C, Van Dorsselaar S, et al. De Leefstijlmonitor: Cijfers voor gezondheidsbeleid. *TSG - Tijdschr voor gezondheidswetenschappen*. Published online May 13, 2024. 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. Koster L, Geuke G, Willemse E, Schaap J, Kramer I en Croes E. *Factsheet Meeroken: update 2024*. AF1356. Trimbos-instituut; 2024.
5. Geuke G, Van den Eeden N, Willemse E, Bommelé J. *Infographic Derdehands Rook*. INF118 ed. Trimbos-instituut; 2024.



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](#)
- [HBSC 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 onder volwassenen staan op: trimbos.nl/kennis/cijfers/

Meer weten over hoeveel jongeren roken? [Bekijk dan de cijferpagina middelengebruik scholieren.](#)

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

Colofon

Trimbos-instituut

Postbus 725
3500 AS Utrecht
T: 030 - 297 11 00

Auteurs

Marieke van Aerde, Jeroen Bommelé en Marc Willemsen

Financiering

Ministerie van VWS

Vormgeving

The Creative Hub | Canon

Beeld

Gettyimages.nl

Bestelinformatie

Deze uitgave is als download beschikbaar of te bestellen via www.trimbos.nl/webwinkel met artikelnummer TRI-64-032

© 2025, Trimbos-instituut, Utrecht

Copyrights Trimbos-instituut

Alle rechten voorbehouden. Het overnemen van teksten is toegestaan, mits met de juiste bronvermelding.