

# Verstaving als businessmodel

## Een interview met Danielle Cohen, longpatholoog in het Leids UMC

Nederland leek op weg naar een rookvrije generatie. Plotseling was daar de e-sigaret, oftewel 'de vape', die in korte tijd ongekend populair werd onder jongeren. Het Trimbos instituut vermeldt dat 2 op de 3 jongeren die vaped, ook gaat roken. De rookvrije generatie glipt ons door de vingers. Longpatholoog Danielle Cohen en haar collega longarts Frank Borm zetten zich in om dit terug te dringen.



### DE TABAKSINDUSTRIE

Helaas speelt de tabaksindustrie een meedogenloos spel, waarbij alles wordt ingezet om jongeren verslaafd te maken. Het is een harde realiteit, maar jongeren worden gezien als de 'vervangers' van oudere rokers die overlijden aan longkanker en andere roken-gerelateerde ziekten. Deze cyclus doorbreken is de enige juiste weg voor de toekomst. In afwachting van wetgeving die tabak en e-sigaretten voorgoed uit onze samenleving zal verbannen, hebben Danielle en Frank een lespakket ontwikkeld dat gebruikt kan worden vanaf groep acht van het basisonderwijs (zie de QR-code). "We willen dat jongeren zich bewust worden van het feit dat ze slachtoffer zijn van een dodelijke en sluwe industrie. We willen hen uitrusten met keiharde feiten over vaped, zodat ze straks sterk genoeg staan om nee te zeggen tegen vaped."

Danielle Cohen, longpatholoog, en Frank Borm, longarts, onderzoeken met hun collega's in het Leids Universitair Medisch Centrum nieuwe methoden om longkanker vast te stellen en te behandelen. Het liefst willen Danielle en Frank longkanker voorkomen. Dan zouden ze bijna werkloos zijn, want in meer dan 80% van de gevallen wordt longkanker veroorzaakt door roken. "De échte oplossing ligt niet in hightech laboratoria, dure nieuwe medicijnen of geavanceerdere screeningmethoden voor longkanker. Het antwoord is simpel: tabak en e-sigaretten (vapes) moeten de wereld uit."

*Wat wil je dat mensen van je weten?*

Ik ben dokter, maar ook ouder. Met kinderen die aan de vooravond van hun middelbare schooltijd staan. Dan wordt je rol als ouder anders. Je moet leren loslaten, maar je ziet ook wat er in de omgeving aan verleidingen is, waarvan kinderen de lange termijn consequenties niet kunnen overzien. Ik weet zeker

dat ik zelf ook als een blok was gevallen voor de vape, als ik terugdenk aan mijn 14-jarige zelf. Het is zo gemeen hoe de tabaksindustrie misbruik maakt van deze groep jongeren. Mijn motivatie om me hiervoor in te zetten komt dus zowel van de werkvloer als van mijn thuisbasis.

*Wanneer, hoe en waarom kwam je terecht op de plaats waar je nu bent?*

Ik startte op de kunstacademie in Bologna, via Delft kwam ik uiteindelijk in de geneeskunde terecht in Leiden. Ik specialiseerde me als patholoog – waarbij ik onder de microscoop naar weefsels kijk en onderzoek wat er met de cellen van patiënten aan de hand is. Bij mijn aanstelling in het LUMC kreeg ik de aandachtsgebieden 'longkanker' en 'hoofd-hals kanker' toebedeeld. Toevallig allebei velden waarbij vrijwel alle patiënten kanker krijgen door roken. Ik was genoodzaakt me tot dit feit te gaan verhouden: Wat vond ik daar eigenlijk van, dat ik dag in dag



>> uit besteedde aan mensen ‘die zichzelf’ ziek hadden gemaakt? Ik begon me meer te verdiepen en zag al snel dat ‘eigen schuld’ niet opging; immers, deze patiënten waren allemaal verslaafd – verslaafd gemaakt, meestal op zeer jonge leeftijd, door een gewetenloze industrie. Grote inspiratie kwam van vrouwen als Wanda de Kanter (longarts en activiste) en Benedicte Ficq (strafrechtadvocaat) die onverschrokken in de publieke arena traden om actie te voeren tegen de tabaksindustrie, rechtszaken aanspanden en me lieten zien dat je je als dokter kan – soms móet – uitspreken.

*Wat was het belangrijkste moment in je carrière?*

Ik ben altijd breed geïnteresseerd geweest – mijn kracht én zwakte tegelijk. In de academie wordt het vaak aangeraden om ‘focus’ aan te brengen, de diepte in te gaan, een superexpert te worden. Dat lukte mij nooit erg goed. Ook de stap richting rookpreventie werd me af en toe afgeraden: waarom zou je je hiervoor inzetten vanuit de academie? Dat is niet onze taak, schoenmaker blijf bij je leest. Preventie is niet sexy, daar kun je niet mee publiceren in ‘high impact journals’. Het ‘succes’ van ons initiatief ‘vapen#jouwkeuze’ was in die zin een keerpunt in mijn carrière, omdat het me liet zien dat het zin heeft om je onderbuikgevoel te volgen, je uit te spreken en dat je daarmee daadwerkelijk impact kan hebben. En dat het geen zin heeft om te proberen jezelf in een bepaald ‘academisch keurslijf’ te proppen als dat nu eenmaal een jas is die je niet past.

*Wat waren de grootste problemen die je op je weg bent tegengekomen?*

De onverwachte, explosieve groei van de aanvragen via de website [www.vapenjouwkeuze.nl](http://www.vapenjouwkeuze.nl). We wisten dat vapen een groot probleem was en dat docenten in Nederland worstelden met de vele verslaafde jongeren op hun scholen. Maar we hadden niet verwacht dat er zóveel vraag zou zijn, in de eerste weken hebben we dag en nacht gewerkt om de boel draaiende te houden. We werden gered door een aantal fantastische, toegewijde vrijwilligers die ongevraagd op onze deur klopten en zeiden: “Volgens mij hebben jullie het een beetje te druk. Wij komen jullie helpen.”



## Vapen

*Wat is het grote gevaar van vapen?*

Als eerste en belangrijkste: verslaving. Vapen is extreem verslavend door de nicotine en vooral de nicotinezouten die niet prikken in de keel. Het roken van een vape voelt daarom héél onschuldig. Tel daarbij op het imago, design en de smaakjes van vapes en je hebt een duivels product. Een tiener kan heel snel verslaafd raken – sneller dan een volwassene. Dit komt onder andere door het tienerbrein, dat sterk reageert op de prikkel die nicotine geeft aan het beloningssysteem, maar waarbij de gedeelten van de hersenen die lange termijn consequenties kunnen overzien nog volop in ontwikkeling zijn. Voor een kind van 13, 14 jaar kan één vape oproken genoeg zijn om verslaafd te raken.

*Wat zijn de gevolgen van vapen – op de korte termijn en op de lange termijn?*

Op de korte termijn heb je te maken met

verslaving en verstoring van de hersenontwikkeling bij jongeren. Zeven seconden na de eerste trek is de invloed van nicotine op de hersenen al merkbaar. Andere gevolgen zijn: meer stress, slapeloosheid, concentratieproblemen, angst en depressie. Serieuze gevolgen waarbij vaak niet de link wordt gelegd met het vapen. Verder verergert vapen alle longklachten, zoals astma, bij jongeren én volwassenen. Over de langetermijneffecten is nog veel onbekend. Belangrijk is dat vapen DNA-schade veroorzaakt in de cellen in de longen. DNA-schade is de basis van kanker. We vrezen dat langdurig vapen ook kanker zal veroorzaken.

*Hoe belastend is het vapen voor de omgeving?*

Jongeren gebruiken vooral wegwerp-vapes. Die zijn enorm belastend voor het milieu. Daarnaast worden veel toxische stoffen gebruikt bij de productie van vapes.



De rookvrije generatie glipt ons door de vingers

*Wat ademt een vaper uit?*

Wat je in- en uitademt is verdampte olieachtige vloeistof, met daarin onder andere nicotine én allerlei schadelijke chemicaliën, waaronder smaakstoffen.

*Is er een veilig alternatief?*

Nee. Er is ook niet zoiets als onschuldig experimenteren. Alle nicotinehoudende producten zijn verslavend en slecht voor de gezondheid. Alle alternatieven, zoals bijvoorbeeld snus – dat zijn zakjes met nicotine die je in je mondhoek stopt – zijn gebaseerd op een businessmodel van verslaving.

*En wat moet je doen om iemand van het vaperen af te krijgen?*

Ouders en opvoeders kunnen hier een cruciale rol spelen. Ook al ziet de tiener het

niet altijd zo, hulp van ouders wordt meer gewaardeerd dan we denken. Ten eerste is voldoende vertrouwen nodig voor een gesprek. Op de website [www.artsenslaanalarm.nl](http://www.artsenslaanalarm.nl) staan hiervoor heel goede tips. Belangrijk is dat ouders het gesprek aangaan vanuit zorg en bereidheid te helpen – niet om het kind te straffen. En dan zijn er stappen, bijvoorbeeld:

- Kies een stopdatum en houd je eraan.
- Vertel je vrienden en familie dat je gaat stoppen, zodat ze je kunnen steunen als je het moeilijk hebt.
- Stop zo mogelijk samen met vrienden en/of familie.

Maak een plan voor wat je kunt doen met het uitgespaarde geld dat je niet meer kwijt bent aan vaperen of roken.

*Is er ook een stepping stone effect van vaperen naar andere drugs?*

Er is in elk geval hard bewijs dat vaperen een opstap is naar roken. Of dit ook het geval is voor andere verslavende drugs is nog niet goed bekend.

*Er is toch een minimum leeftijd om elektronische sigaretten te kopen? Helpt dat niet?*

De minimum verkoopleeftijd is 18 jaar, en sinds 1 januari 2024 zijn smaakjes verboden. Deze wetten zouden effectief kunnen zijn, maar handhaving blijft een probleem. Veel tieners kopen hun vapes online, op snapschat en via schooldealers. De handhaving op dit gebied schiet tekort.

*Wat kunnen onderwijsgevendenden doen om het vaperen tegen te gaan?*

Onderwijsgevendenden zien dit als geen ander gebeuren. Met ons initiatief hebben we als artsen de handen ineen geslagen met onderwijsgevendenden, om samen in actie te komen tegen de vape-epidemie. Iedere school en iedere docent kan bij ons het gratis lespakket over vaperen én een ‘arts in de klas’ bestellen. We bieden tegenwoordig ook lesmateriaal voor ouderavonden. Echter – effectieve preventie is meer dan alleen ons lespakket. Ook

het beleid op school rondom rookpreventie is belangrijk. Je kunt wel een arts in de klas bestellen die hierover komt vertellen, maar als roken en vaperen gedoogd wordt op het schoolplein zal het uiteindelijke effect waarschijnlijk beperkt zijn. Het Trimbos Instituut biedt een prachtig, integraal programma voor middelbare scholen: ‘Helder Op School’. Dat is ook zeker een aanrader.

**Tot slot**

*Wat is je grootste wens voor de toekomst als het gaat om je werk?*

Dat er een rookvrije generatie komt – en wij ons niet meer bezig houden met kanker veroorzaakt door roken.

*Wat verwacht je van de toekomst?*

Moeilijke vraag. Ik zal eerlijk zijn: ons lespakket is niet de eindoplossing. De lobby van de tabaksindustrie is sterk en meedogenloos en altijd op zoek naar replacement smokers om hun industrie draaiende te houden. We zien dat iedere kabinetswissel wordt gebruikt om beleid opnieuw ter discussie te stellen en aan te vechten. Steeds worden er nieuwe mazen in de wet gevonden. Ik vrees dat het met het aanstaande kabinet niet anders zal gaan. Wij zullen ons daarom blijven inzetten om de jeugd te beschermen, net zo lang tot nicotine houdende producten van de straat zijn.

Laatste vraag: *Wat zou jij jezelf gevraagd hebben als je mij was?*

‘Als je in het onderwijs zou werken, wat voor docent zou je dan zijn?’ En mijn antwoord? Ik zou dolgraag biologie of tekenen geven op een middelbare school, maar ik zou het ook echt geweldig vinden om in de bovenbouw van de basisschool te werken. Als de rookvrije generatie een feit is en ik word werkloos, maak ik de overstap! ●



**BRONNEN**

- [www.artsenslaanalarm.nl](http://www.artsenslaanalarm.nl)
- [www.ikstopnu.nl](http://www.ikstopnu.nl)
- <https://www.trimbos.nl/aanbod/programmas/helder-op-school/>
- [www.vapenjouwkeuze.nl](http://www.vapenjouwkeuze.nl)