

Presentatie 'Roken in Wassenaar'

GGD Haaglanden

Annette de Boer

Directeur Publieke Gezondheid

Roken in cijfers

Roken is de belangrijkste oorzaak van ziekte en sterfte.

Meer dan 50% van de rokers sterft aan de gevolgen ervan: elk jaar zo'n 20.000 Nederlanders.

Jaarlijks sterven ook enkele duizenden mensen door meeroken.

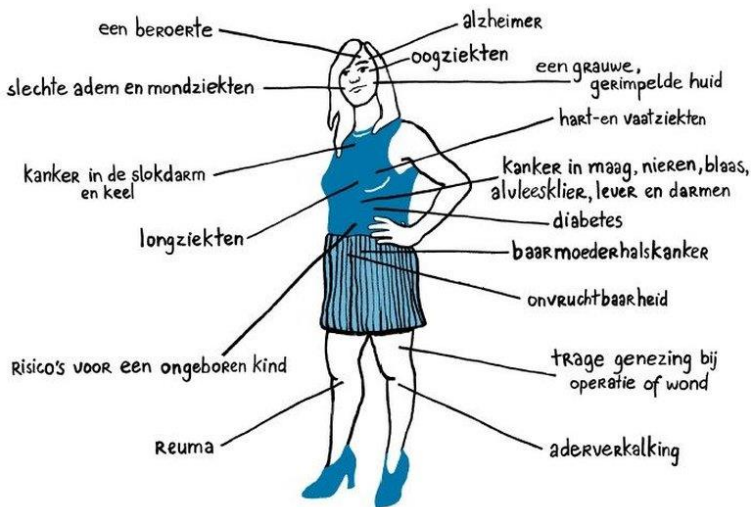
83% van de sterfgevallen aan longkanker, 77% van de sterfgevallen van COPD en 14% van de sterfgevallen aan coronaire hartziekten zijn te wijten aan roken.

Van de totale ziektelast in Nederland wordt 9,4% veroorzaakt door roken.

Roken zorgt voor een verlies van gezondheid: 4,1 levensjaren en 4,6 gezonde levensjaren.

Iedere week raken honderden kinderen in Nederland verslaafd aan roken.

Effecten van roken



Roken en coronavirus

Er is steeds meer bewijs dat rokers met het coronavirus een grotere kans hebben op een ernstig verloop van de ziekte.



- Rokers hebben een minder goede afweer in hun longen.
- Daardoor zijn rokers gevoeliger voor virusinfecties zoals het coronavirus.
- Eenmaal besmet lopen rokers een groter risico om ernstig ziek te worden.
- Rokers hebben meer kans om de ziekte verder te verspreiden omdat ze meer hoesten.

Stoppen met roken tijdens de corona pandemie

Waarom NU stoppen?



Corona-infectie is
heavier bij rokers



Infectiekans mogelijk groter
Vingers vaak in contact
met mond



Stoppen loont!
Snelle verbetering van longen

Aandachtspunten voor stoppers



Maak een stappenplan
Kijk voor tips op
ikstopnu.nl/stappenplan



Zoek steun
via sociale media



Zorg voor voldoende
beweging binnen de
regels van het RIVM



Zorg voor positieve,
persoonlijke motivatie



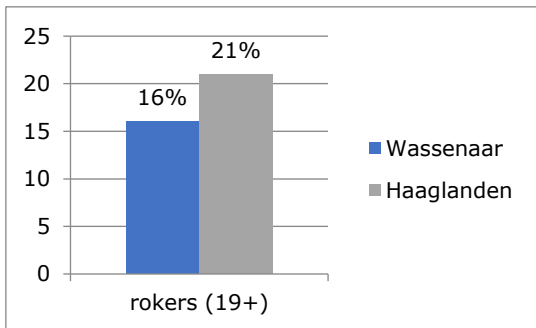
Mogelijk wel meer hoesten
Kriebelhoest is normaal
bij stoppen met roken

Stoppen met roken? Ga voor betrouwbare informatie naar ikstopnu.nl

Cijfers roken in Wassenaar

In Wassenaar:

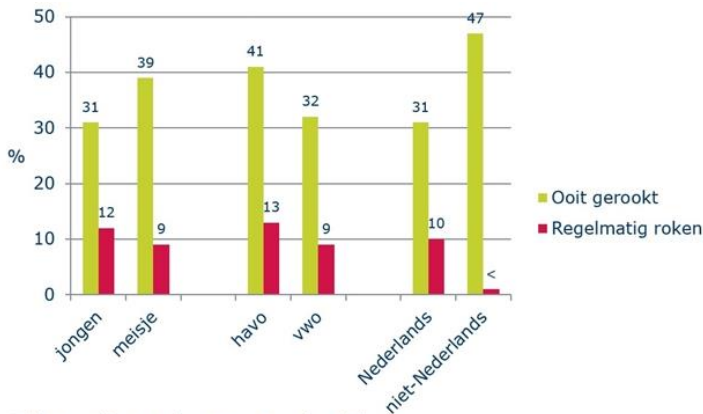
- Rookt 16% van de inwoners van 19 jaar en ouder.



- Rookt 2% van de inwoners van 19 jaar en ouder (wel eens) een e-sigaret.
- Heeft 10% van de inwoners van 19 jaar en ouder wel eens waterpijp gerookt.
- Is bij 6% van de inwoners van 19 jaar en ouder in het afgelopen jaar dagelijks in huis gerookt.

Cijfers roken in Wassenaar

- Van de Wassenaarse jongeren¹ heeft 35% ooit gerookt. In regio Haaglanden is dit slechts 16%.
- Van de Wassenaarse jongeren rookt 10% regelmatig. In regio Haaglanden is dit slechts 4%
- Van de Wassenaarse jongeren heeft 24% ooit waterpijp gerookt. In regio Haaglanden is dit slechts 15%.



< Te kleine aantallen om resultaat te presenteren (aantal < 7)

¹ Onderzoek onder jongeren uit 4havo/4vwo

Stoppen met roken



Aan de slag met niet roken



De campagne Stoptober

- Jaarlijks terugkerende campagne;
- Persoonlijke ervaring.

De beweging Rookvrije Generatie

- Groeiende beweging;
- Kinderen rookvrij opgroeien, spelen, leren en sporten.

Stoptober

- Landelijke campagne met het doel dat mensen in de maand oktober 28 dagen niet roken.
- De campagne gaat uit van de positieve bekrachtiging. Het gaat om een uitdaging aangaan en vieren als dat gelukt is.
- Rokers die mee willen doen kunnen zich vanaf 6 september aanmelden via www.stoptober.nl.
- Vanaf 1 oktober begint de 28-dagen-niet-roken-reis. Deelnemers worden elke dag gesteund en aangemoedigd om het vol te houden.
- Doel GGD Haaglanden: in regio Haaglanden doen minimaal 3500 inwoners mee.



Stoptober Wassenaar

In 2019 deden 33 mensen uit Wassenaar mee aan Stoptober.

Aftrap van de lokale campagne Stoptober 2020 op 12 september. De doelgroep van de campagne in Wassenaar is 18+.

GGD Haaglanden richt zich in de lokale campagne op het enthousiasmeren van ketenpartners, de intermediairs.

Lokale sportakkoord Wassenaar en Uitvoeringsprogramma Lokaal Gezondheidsbeleid aanknopingspunt om in te zetten op Stoptober en de Rookvrije Generatie in Wassenaar.



Rookvrije Generatie

Landelijke beweging om plekken zoals kinderopvang, speeltuinen, sportverenigingen, schoolterreinen en gemeenten rookvrij te maken.

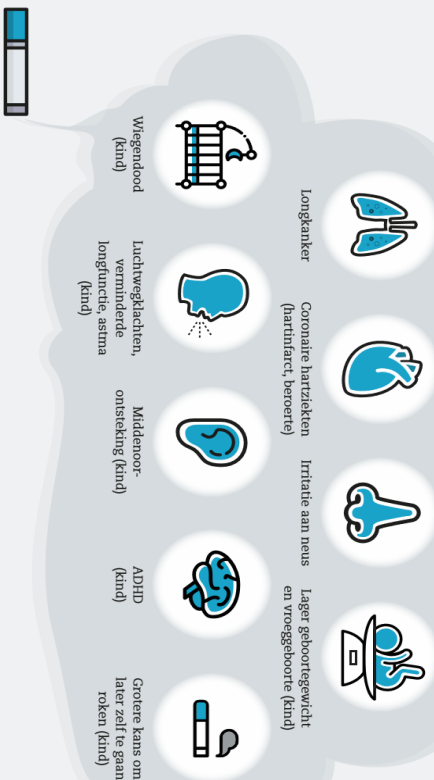


Doel: kinderen geheel rookvrij laten opgroeien.

Want:

- Kinderen beschermen tegen verleiding om te gaan roken: "Zien roken, doet roken."
- Kinderen beschermen tegen de schadelijke gevolgen van (mee)roken.

Wat zijn de gevolgen van meer roken?



Rookvrije Generatie in Wassenaar

Lokale sportakkoord Wassenaar en
Uitvoeringsprogramma Lokaal
Gezondheidsbeleid aanknopingspunt om in te
zetten op Stoptober en de Rookvrije Generatie
in Wassenaar.

Voorbeeld: voetbalvereniging Blauw-Zwart
heeft stappen gezet op weg naar een rookvrij
sportterrein.

