

Dood door sigaretten...

Het is allang bekend dat er een causaal verband bestaat tussen roken en longkanker. Na de ontdekking van deze relatie, is veel aandacht gegaan naar de verhoogde kans op andere soorten kanker als gevolg van het roken. Er volgt nu een overzicht van gegevens uit de overlijdensstatistieken van Engeland over 2002. Waar de statistische gegevens vergelijkbaar, zijn ook de cijfers uit Nederland vermeld. Die betreffen het jaar 2004 en zijn afkomstig van het RIVM.

In Engeland rookt 26% van de bevolking. (In NL 28%) Je mag dus veronderstellen dat wanneer er sprake is van kanker in de groep die niet bij die 26% behoort, deze een andere oorzaak heeft.

In eerste instantie nemen we de sterfgevallen onder de loep, die zijn gestorven aan kanker. Laten we dus beginnen met de 33.600 doden (in NL 9.323) door longkanker. 84% (in NL 86%) van dat aantal zijn rokers. Dit betekent dat gemiddeld 26% van de rokende bevolking meer dan driemaal bijdraagt aan de sterftcijfers.

Door slokdarmkanker stierven bijna 5000 mensen (in NL 949). 66% daarvan waren rokers (in NL 79%). Een duidelijke aanwijzing dat roken en slokdarmkanker met elkaar zijn verbonden.

De volgende, blaaskanker, eist per jaar meer dan 1800 levens, waarvan 37% die van rokers. De vrouwen waren maar voor 19% vertegenwoordigd, de mannen voor 47%. Je kunt dus redelijkerwijs aannemen dat er bij blaaskanker bij vrouwen andere factoren een grotere rol spelen dan roken, maar dat dat bij mannen wel het geval is.

Maagkanker eiste in 2002 1650 levens, waarvan 35% mannen en slechts 11% vrouwen. Het is daarom logisch om hier dezelfde conclusie te trekken over de oorzaken bij mannen en vrouwen als bij blaaskanker.

Kanker aan de alvleesklier is nog z'n kankersoort die minder voorkomt bij rokers dan bij het algemene publiek. In 2002 stierf 20% van de rokende mannen en 26% van de rokende vrouwen, wat bij vrouwen wijst op overeenkomst met de algemene statistiek terwijl bij de mannen een afwijking kan worden geconstateerd. Verondersteld mag worden dat bij mannen andere oorzaken een rol spelen.

Dood door kanker aan de luchtwegen werd in 66% van de rokers aangetroffen, bijna drie keer het percentage van rokers. Omdat vrouwen minder dan 50% in deze groep vertegenwoordigd zijn, in vergelijking tot 75% van de mannen, lijkt het aannemelijk dat deze ziekte bij mannen meer voorkomt dan bij vrouwen.

Ook bij nierkanker worden in de sterftcijfers minder rokers aangetroffen dan niet-rokers.

De volgende ziekte die we onder de loep nemen is geen kanker, maar een chronische obstructieve aandoening van de luchtwegen, COPD. De ziekte manifesteert zich in twee vormen: longemfyseem en chronische bronchitis.

Emfyseem vernietigt de long wat leidt tot verlies aan longvolume, beschadiging van de luchtzakjes en een sterke afname van elasticiteit. Chronische bronchitis blijkt uit opgezwollen bronchiën en de overproductie van slijm in de longen. Het wordt gekarakteriseerd doordat de patiënt de hele dag slijm loopt op te hoesten. Maar zowel longemfyseem als bronchitis leiden tot een langzame, slopende en pijnlijke dood voor de slachtoffers.

In Engeland overleden in 2002 28.500 mensen (in NL 3410) aan COPD, waarvan 84% (in NL 84%) rookte. Er is dus een duidelijke link tussen het inhaleren van tabakrook en de ziekten.

Sommige bronnen suggereren dat longontsteking rokers fataal kan zijn, maar slechts 17% van de 36.000 dodelijke gevallen van longontsteking rookte. Dit wijst erop dat de veronderstelling foutief is.

Hartfalen is de belangrijkste doodsoorzaak in Engeland met meer dan een kwart miljoen slachtoffers per jaar (in NL 23.000) ten gevolge van diverse hartaandoeningen. Van alle veelvoorkomende vormen van hartziekten, zoals de ischemische hartziekte, cerebrovasculaire ziekten, aneurysma van de aorta, degeneratie van het hartspierweefsel en atherosclerose, is het percentage van rokers die lijden aan aneurysme van de aorta nog geen 60%. Dit geeft aan dat roken misschien niet de belangrijkste factor is, maar het heeft in elk geval wel invloed.

In totaal zijn er 114.500 (in NL 19.415) mensen voortijdig gestorven door het roken van tabak, vaak aan kanker, maar ook aan hartziekten en aandoeningen aan de luchtwegen. De beste manier om de kans op een langer leven te verbeteren en niet ten prooi te vallen aan een van de bovengenoemde ziekten is voor eens en voor altijd te stoppen met roken.

De voordelen zijn duidelijk in kaart gebracht en hoe sneller rokers stoppen, hoe beter hun levensverwachting wordt. Rokers die voor hun dertigste stoppen komen statistisch gezien alle nadelige gevolgen van het roken te boven en kunnen in het algemeen verwachten net zo lang te zullen leven als een niet-roker.

Vriendelijke groeten,

Aytac Delen

<http://www.StopNuMetRoken.com>

Heb je de 34 pagina's tellende Stoppen Met Roken gids al geheel GRATIS aangevraagd? Ga naar <http://www.StopNuMetRoken.com> en vraag het nu aan!