

Kinderen zijn net zo snel aan nicotine verslaafd als volwassenen...

Er is voldoende bewijs dat als je als kind rookt, of het nu direct of indirect is (meeroken), dit een veel grotere invloed heeft op je gezondheid op latere leeftijd, dan wanneer je pas als jonge volwassene begint te roken. Door te gaan roken neemt iemand altijd een groot gezondheidsrisico, ongeacht het moment waarop daarmee wordt begonnen. Daarbij komt dat de helft van de rokers voortijdig zal sterven.

In Engeland rookt 1 op de 4 meisjes van 15 jaar, en 1 op de 6 jongens. Het grotere aantal meisjes wordt toegeschreven aan de (foutieve) overtuiging dat roken honger onderdrukt en ze er slanker van blijven. De cijfers zijn ten opzichte van de zeventiger en tachtiger jaren nogal gewijzigd. In die periode rookten meer jongens in het vervolgonderwijs.

Niettegenstaande de waarschijnlijkheid dat meisjes gaan roken vanwege het vooroordeel dat ze dan geen honger hebben, is de kans dat jongens als meisjes gaan roken drie keer groter wanneer hun ouders roken. Het ligt vast dat goedkeuring of afkeuring van ouders grote invloed heeft op de mogelijkheid dat kinderen met roken beginnen. Maar vooral leeftijdgenoten van het kind en eventuele oudere broers of zusters hebben grote invloed op hun keus om met roken te beginnen.

Hoewel de tabaksindustrie zelf niet vindt dat roken erdoor wordt aangemoedigd, heeft ook tabaksreclame grote invloed op kinderen die roken. Kinderen kiezen eerder voor een merk waarmee zwaar aan de weg wordt getimmerd dan voor een merk waarmee niet wordt geadverteerd. Een Engelse studie toonde aan dat kinderen rokers worden als ze belangstelling hebben voor de auto- en motorsport, waarmee nadrukkelijk aangetoond lijkt dat adverteren wel degelijk invloed heeft op de vraag of kinderen gaan roken of niet.

Roken heeft zonder enige twijfel een zeer negatief effect op de gezondheid van kinderen; het is bekend dat ze 2 tot 6 maal zoveel kans hebben om aandoeningen van de luchtwegen, zoals hoesten, slijm opgeven, duizeligheid en ademtekort op te lopen. Hierdoor blijven ze vaker thuis van school. Het is bekend dat ook niet-rokende kinderen die wel worden blootgesteld aan indirect roken, het z.g. meeroken, een groter risico lopen om bronchitis, longontsteking, astma en andere chronische ziekten van de luchtwegen op te lopen.

Baby's lijden ook aanzienlijk onder meeroken. Ze zijn doorgaans kleiner en de concentratie van gif en kankerverwekkende stoffen in sigarettenrook heviger aanslaat. Baby's, kleuters en kinderen lopen een grote kans kanker te krijgen naarmate ze meer worden blootgesteld aan indirect roken. Er is een directe proportionele correlatie tussen blootstelling en risico's, waardoor de risico's voor baby's het grootst is, gevolgd door kleuters en daarna kinderen.

De sociaal-economische achtergrond van kinderen is een belangrijke bepalende factor of er wel of niet met roken wordt begonnen, of dat er wordt meegerookt. Kinderen uit lagere welstandklassen hebben vaker rokende ouders en gaan daardoor ook zelf gemakkelijker roken. Ze lijden ook meer door meeroken omdat de kans dat hun ouders roken groter is. In feite is het een vicieuze cirkel.

Kinderen zijn net zo snel aan nicotine verslaafd als volwassenen. Het is voor kinderen een godsgeschenk dat door de hoge accijns sigaretten zo duur zijn. Met hun doorgaans beperkte financiële middelen kunnen ze het roken eenvoudig niet betalen. Het aantal kinderen en jonge volwassenen die weliswaar ooit is begonnen met roken, maar is gestopt om financiële redenen is groter dan bij oudere leeftijdsgroepen, waarbij de financiële overwegingen niet zo'n grote rol spelen als de gezondheidsproblemen.

In een recent onderzoek kwam naar voren dat eenderde van de kinderen hun eerste sigaret van de dag opsteken binnen 30 minuten na het opstaan. 12% begint 5 minuten na het opstaan al! Desgevraagd zei tweederde van hen dat ze het moeilijk zouden vinden een week zonder sigaretten te zitten en ongeveer 80% zei dat ze niet geloofden dat ze ooit met roken zouden kunnen stoppen.

Gelukkig is het indirecte roken bij kinderen aan het afnemen en is sinds de jaren '80 met de helft teruggebracht. Desondanks vind nog steeds eendere van de rokers het acceptabel om in het bijzijn van kinderen te roken. Volgens een onderzoek in Londen, worden daardoor jaarlijks zo'n 17.000 kinderen in het ziekenhuis opgenomen vanwege ziekten die met roken te maken hebben.

Roken in het bijzijn van kinderen en dan met name kleuters en baby's is een vorm van kindermishandeling. Kinderen en baby's kunnen niet aan het meeroken ontsnappen en baby's kunnen niet eens vragen om een rookvrije ruimte. Kinderen hebben het recht te worden beschermd tegen meeroken en ouders moeten zich realiseren dat passief roken de gezondheid van de kinderen in gevaar brengt en dat zij de verantwoordelijkheid hebben om dat te voorkomen. **De oplossing is eigenlijk heel simpel: rook nooit als er kinderen bij zijn.**

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!