

## De stelling van Danielle Cohen

# “Een nicotineverbod voor jongeren is de meest winstgevende gezondheidsinterventie ooit”

Ze is veelvuldig in het nieuws door haar strijd tegen vapes. Met het landelijke platform ‘Vapen #jouwkeuze’ waarschuwt longpatholoog Danielle Cohen voor de risico’s van vaperen en de ziekmakende verleidingen van de tabaksindustrie. Cohen pleit voor een systeemaanpak waarbij de overheid strenge regels stelt en handhaaft. Door nu al een permanent verbod op nicotineproducten naar leeftijd aan te kondigen – een generationeel nicotineverbod – kan er straks een volledig rookvrije samenleving zijn. “Ik spreek me uit als arts, maar ook als moeder en bezorgde burger.”


**Tekst** Robert van der Broek

**Beeld** Rogier Chang

“Mijn strijd tegen vaperen begon op de werkvloer. Als patholoog in het LUMC houd ik me bezig met moleculaire diagnostiek bij longkanker: ‘onder de motorkap kijken’ naar mutaties in tumorcellen. Hightech precisiewerk. De afgelopen tien jaar is de behandeling van longkanker daardoor verbeterd, met soms indrukwekkende resultaten dankzij immunotherapie en doelgerichte therapie. Maar meer dan 85 procent van de longkankergevallen wordt veroorzaakt door roken. Een vermijdbare ziekte dus. Nederland kent 20.000 tabaksdoden per jaar en 700.000 chronisch zieken. Terwijl ik dag in dag uit zag hoe nieuwe behandelingen levens verlengen, zag ik tegelijkertijd een nieuwe generatie als een blok vallen voor de vape. Ik dacht: dit kan niet waar zijn. Niet nog een generatie die als tiener verslaafd raakt en straks opnieuw in het medische circuit belandt. Dat kon ik niet verkroppen. In 2023 richtte ik samen met Frank Borm, longarts in het AVL-NKI, het platform ‘Vapen #jouwkeuze’ op. Een platform dat artsen koppelt aan scholen die voorlichting hebben aangevraagd. Artsen geven die voorlichting gratis, want nicotineverslaving is de grootste oorzaak van de gezondheidskloof en die mag onder geen beding groter worden. Inmiddels zijn vijftienhonderd collega’s ingeschreven. Van oogartsen tot kinderartsen, van huisartsen tot pathologen, van coassistenten tot gepensioneerden. De bereidheid van artsen om in actie te komen is enorm. En dat zegt iets: heel veel artsen zijn gefrustreerd omdat we nog altijd zo veel ziekte door roken behandelen en er tegelijkertijd elke dag nieuwe nicotineverslaafden bij komen.”

### Dealers op het schoolplein

“We komen uit een tijd waarin het de goede kant op ging. Er kwamen steeds minder tabakswinkels. Er kwam een rookverbod in de horeca. De prijs van een pakje sigaretten steeg gestaag. >



“Nicotine in zo’n jong brein leidt tot snelle, diepe verslaving. Uiteindelijk is ziekte door roken en vaperen alleen te voorkomen als de jeugd niet meer kan beginnen. Elke wet of maatregel die dat doel nastreeft, is effectief”

## “Zo gemakkelijk als tieners aan nicotine komen, zo moeilijk komen ze er ook weer van af”

Het aantal rokers daalde jaar na jaar. Maar in de jaren 2000 veranderde de wereld razendsnel. Sociale media rukten op en met de opkomst van de vape in verleidelijke smaakjes, zag de industrie haar kans schoon om de jeugd opnieuw te veroveren. Snapchat bleek een virtuele marktplaats. Via dat platform komen zelfs de jongste tieners van elf, twaalf jaar gemakkelijk aan vapes. Dealers pushen berichten: ‘Deel mijn prijslijst op jouw tijdlijn en krijg korting op je volgende vape’. De verslaving die jongeren door vaperen ontwikkelen is van een andere orde. Veel jongeren raken zo verslaafd dat ze ’s nachts wakker worden, smachtend naar een trekje. Samen met Stichting Rookpreventie Jeugd en met steun van het LUMC en het AVL-NKI, ondernamen we juridische stappen tegen Snapchat. Hun reactie was defensief: ‘We doen al heel veel. We kunnen nu eenmaal niet elk risico wegnemen.’ Omdat Snapchat weigerde data met ons te delen, richtten we een jongerenpanel op. Jongeren turfden zelf hoeveel vapedealers ze konden vinden via *slang* en straattaal. De uitkomst was onthutsend: ruim vijftig dealers per persoon. Na een lange brief van Snapchat over ‘nieuwe maatregelen’ vroegen we hun nog eens te turven. Er was in de praktijk niets veranderd. Inmiddels is onze zaak opgenomen in een groter onderzoek van de Europese Commissie naar Snapchat, met de mogelijkheid tot boetes van 6 procent van de jaaromzet. Blijkbaar is dat de enige taal die ze spreken. Een moreel appèl leggen ze naast zich neer, zelfs als het over kinderen gaat.”

### De eerlijke feiten

“Tijdens de gastlessen op school vertellen we over de risico's van vaperen, over nicotineverslaving, maar ook over de gevolgen van vaperen voor je huid, je tanden, je conditie, je schoolprestaties, je portemonnee. En we vertellen ze over de praktijken van de tabaksindustrie. Dat zij uit zijn op zo jong mogelijke klanten, niets meer en niets minder. Juist dat laatste slaat aan. Onrecht, misleiding, daar houden tieners niet van. Veel kinderen vertellen ons dat ze regelmatig proberen te stoppen: ‘Dit was mijn laatste trekje. Morgen stop ik echt.’ Maar het mislukt steeds, zeker als je vrienden gewoon doorgaan. Als we hun vragen wat ze zouden zeggen tegen een brugklasser, of tegen hun jongere broertje of zusje, is het antwoord stevast hetzelfde: ‘Nooit aan beginnen.’ Hoe goed onze lessen ook zijn, voorlichting is van alle beschikbare maatregelen een van de minst effectieve. Maar het is het enige wat wij als artsen zelf kunnen doen

en we doen het uit noodzaak. Het is geen duurzame oplossing. Wij willen terug naar onze spreekkamers, in de wetenschap dat we deze generatie jongeren niet over twintig jaar terugzien als onze longkanker- en COPD-patiënten. Dat kan alleen als er enig zicht is op een einde aan de vape-epidemie. Op dit moment is dat nog niet aan de orde. De overheid heeft maatregelen genomen, maar het zijn steeds kleine stapjes. Tot nu toe is het straatbeeld onveranderd gebleven. Niet zo gek, als je bedenkt dat er bij de toezichthouder slechts zestien mensen bezig zijn met handhaving op tabak, vapes en snus. Dat is vechten tegen de bierkaai.”

### Een nieuw rookgordijn

“Vaperen werd aanvankelijk gepositioneerd als een gezonder alternatief voor roken. Alle pogingen om het uitsluitend als rookstopmedicijn op recept toe te laten mislukten, onder zware druk van de tabakslobby. Eenmaal vrij op de markt was de geest uit de fles. Inmiddels vaperen wereldwijd meer minderjarigen dan er volwassenen zijn die vaperen om te stoppen met roken. Uit onderzoek blijkt dat jongeren die beginnen met vaperen in 70 procent van de gevallen doorstromen naar gewone sigaretten. Het doel van de nicotine-industrie — nieuwe rokers kweken — is ruimschoots bereikt. Intussen creëert de tabaksindustrie alweer een nieuw rookgordijn. Verhitte tabak: een elektronisch apparaat waarmee een staafje tabak wordt verhit in plaats van verbrand. *Heat-not-burn* zou minder schadelijk zijn voor de gezondheid. Waar hebben we dat eerder gehoord?”

### Een klant voor het leven

“Dat vrijwel alle langdurige rokers zijn begonnen als tiener vind ik nog altijd een schokkend feit. Het lukt ons al decennia niet om de Nederlandse jeugd te beschermen. Zo zonde, want wie nicotinevrij de volwassenheid bereikt, heeft een heel grote kans nicotinevrij te blijven. En wie nicotineverslaafd raakt als tiener, wordt niet zelden een klant voor het leven. Dat komt door het brein van tieners: het beloningssysteem, het gaspedaal, is goed ontwikkeld en reageert sterk op prikkels zoals nicotine. Maar de rem, de voorhoofdkwab, is nog *work in progress*. Nicotine in zo'n jong brein leidt tot snelle, diepe verslaving. Het cynische is dat de makers van nicotineproducten dat weten. Daarom blijven de marketingpijlen stevast gericht op de jeugd. Uiteindelijk is ziekte door roken en vaperen alleen te voorkomen als de jeugd niet meer kan beginnen. Elke wet of maatregel die dat doel nastreeft, is effectief. Daarom ben ik ook enthousiast over de plannen van de overheid om de minimumverkoopleeftijd op te hogen naar 21 jaar. Maar maak daar een tussenstap van. Zet door en voer een generationeel nicotineverbod in: houd nicotineproducten permanent buiten bereik van iedereen die geboren is na 2012. Zo'n wet, die oudere rokers met rust laat maar een nieuwe generatie de kans biedt nicotinevrij



Danielle Cohen (42) is patholoog in het Leids Universitair Medisch Centrum. Haar aandachtsgebieden zijn hoofd-hals-, long- en mammapathologie. In 2023 begon zij samen met collega Frank Borm het platform 'Vapen #jouwkeuze'. In 2024 kreeg Cohen de prof. dr. G.J. Tammeling-prijs voor beste docent van het jaar. De prijs werd uitgereikt door studenten van de medische faculteit van het LUMC.

**“Veel artsen zijn gefrustreerd omdat we nog altijd zo veel ziekte door roken behandelen en er tegelijkertijd dagelijks nieuwe nicotineverslaafden bij komen”**

op te groeien, is ook een signaal aan de tabaksindustrie: hier valt niks meer te halen, wij kiezen radicaal voor gezondheid en bescherming van onze Nederlandse jeugd. Aan het draagvlak onder de bevolking zal het niet liggen. Al jaren steunt een ruime meerderheid van de Nederlanders het idee van een rookvrije generatie.”

**Draai de kraan dicht**

“Preventie lijkt soms een losstaand eiland, maar niets is minder waar. Het Zorginstituut staat aan de sluis van

nieuwe medicatie en ziet de groeiende uitgaven aan dure kankermedicatie, waaronder immunotherapie. Die is bij uitstek effectief bij rookgerelateerde kankersoorten zoals blaaskanker, longkanker en hoofd-halskanker. Vermijdbare ziekten en dus vermijdbare zorgkosten. We besteden onevenredig veel meer geld en tijd aan de behandeling van rookgerelateerde kanker dan aan de preventie ervan. Het Zorginstituut is bij uitstek in staat dit verband te leggen. Iedere kankerpatiënt verdient de best mogelijke zorg, ongeacht of hij of zij gerookt heeft. Maar voorkomen en genezen moeten in balans zijn, anders blijft de kraan openstaan. Ik zou graag zien dat het Zorginstituut het ministerie adviseert werk te maken van een nicotinevrije generatie. De gezondheidswinst van structurele nicotine-ontmoediging is ongekend: geen verloren levens- en arbeidsjaren, geen dure behandelingen die drukken op ieders zorgbudget. Een generationeel nicotineverbod is daarmee waarschijnlijk de meest kosteneffectieve gezondheidsinterventie die er bestaat.” |