

HARTENKREET Artsen slaan alarm over opmars vapes en schadelijke gevolgen

'Kinderen op basisschool beginnen zelfs met vapes'

Kinderen die lurken aan een knalroze vape waaruit de zoete geur van perzik of meloen damp; het komt steeds vaker voor. Actiegroep 'Artsen slaan alarm' waarschuwt ouders voor de gevaren die hun kinderen lopen. „De vape is extreem verslavend en uit veel vapes komt meer nicotine dan uit een heel pakje sigaretten”, zegt kinderlongarts Noor Rijkers.



Annemarie de Jong
a.de.jong@mediahuis.nl

Amsterdam ■ Maar liefst één op de vijf jongeren heeft in het afgelopen jaar een vape gebruikt. Dat blijkt uit onderzoek van het wetenschappelijke Trimbos-instituut.

Voor actiegroep 'Artsen slaan alarm' is de maat vol. „We maken ons grote zorgen. Er zijn zelfs al basisschoolkinderen die beginnen met vapes. Een bizar idee; zo'n kleine turf met een vape”, verafschuwt kinderlongarts Noor Rijkers, verbonden aan het Leids Universitair Medisch Centrum.

Vapes wordt door de industrie gepresenteerd als een minder schadelijk alternatief voor roken, stelt Rijkers. „Maar niets is minder waar. Veel ouders weten niet hoe schadelijk en verslavend vapes is. Het speelt zich buiten hun gezichtsveld af. De vapes worden besteld via social media en verhandeld op school.”

Het artsencollectief verspreidt vandaag via radio, tv, social media, kranten en bushokjes informatie over de gevaren van vapes. „Het gaat om vier schokkende feiten”, zegt Rijkers. „We willen als we straks een ouder bij wijze van spreken 's nachts wakker maken, dat hij of zij deze feiten kan opdreunen.”

Het eerste feit dat de artsen willen benadrukken is: uit één e-sigaret (vape) komt vaak meer nicotine dan uit een heel pakje sigaretten. Rijkers: „De tabaksindustrie wil jongeren verslaafd maken aan nicotine. Maakt niet uit via welk product. Want op het moment dat ze nicotineverslaafd zijn, zijn het klanten voor het leven.”

In de huidige vapes zit vaak nicotinezuur. „Dat is een vorm van nicotine die niet scherp is in de keel en razendsnel in de hersenen aankomt. Zo raken deze jonge tieners snel en ongemerkt verslaafd aan nicotine.”

„Nicotine is van nature een landbouwgif”, vervolgt ze. „Een nicotinevergiftiging leidt tot misselijkheid, braken, duizeligheid, hartkloppingen, hoge bloeddruk en soms zelfs een epileptische aanval. Hoe jonger gebruikers zijn; hoe sneller ze aan een schadelijke dosis zitten.”



Een op de vijf jongeren van 12 tot en met 25 jaar heeft wel eens een e-sigaret of vape gebruikt. FOTO ANP/ROB ENGELAAR

„**Veel ouders weten niet hoe schadelijk vapes is. Het speelt zich buiten hun gezichtsveld af**”

Noor Rijkers, kinderlongarts

Volgens de arts hebben kinderen niet in de gaten hoe verslavend 'dampen' is, totdat ze merken dat ze niet meer zonder kunnen. „Ze worden verleid met onschuldig ogende vapes, met leuke kleurtjes, glitters, lampjes en lekkere smaakjes. Maar er is niks schattigs en hups aan vapes. De tabaksindustrie heeft die kinderen nodig als klanten, ter vervanging van de dode rokers.”

Bekend is dat roken tot ernstige ziekten leidt. Twee op de drie rokers gaan er zelfs dood aan: in Nederland meer dan 19.000 mensen per jaar. Tegenwoordig is de tabaksindustrie bewust bezig jongeren via vapes verslaafd te maken aan nicotine, zegt

Rijkers. „Het is een doortrapte industrie met kinderen als willoze slachtoffers.” De kinderlongarts legt uit dat de tabaksindustrie vapebedrijven overneemt en zelf ook vapes ontwikkelt. „Het is gewoon één industrie.”

Leerproblemen

Het tweede feit waarover artsen alarm slaan: nicotine verstoort de ontwikkeling van de hersenen. Rijkers: „Dat is onherstelbaar en kan leiden tot leerproblemen, concentratieproblemen en minder impulscontrole; zelfbeheersing dus.”

Derde feit is dat nicotine de kans op psychische problemen vergroot.

i

Ga het gesprek aan met je kind

„Of je kind het nou wel of niet doet; ga het gesprek aan over vapes”, drukt kinderlongarts Noor Rijkers ouders op het hart. Op een open, niet veroordelende manier én op een goed moment. „Wat je vooral moet doen, is de lijnen ophouden.”

Ouders moeten wel duidelijk zijn. Bijvoorbeeld: „Ik hou van je en ik wil dat je gezond en gelukkig bent en daarom wil ik niet dat je gaat vapes. De vape lijkt misschien onschuldig, maar is door de tabaksindustrie boordevol extreem verslavende nicotine en andere schadelijke stoffen gestopt. Het is enorm slecht voor je gezondheid en je hersenontwikkeling. Ik vind het ongelooflijk dat dit product überhaupt gemaakt en verkocht mag worden. Daar wil ik jou en je vrienden heel graag tegen beschermen.”

„Denk aan depressie, angst en adhd”, zegt Rijkers. Bovendien kan nicotinegebruik leiden tot een grotere vatbaarheid voor andere verslavingen, bijvoorbeeld aan alcohol en drugs.

Het vierde feit is dat vappende jongeren drie keer zo snel sigaretten gaan roken. Een groot deel (69,1 procent) van de jongeren die vapes rookt ook tabakssigaretten. Rijkers: „'Double users' hebben het kwade van twee werelden.”

Hoe dat komt? „Jongeren staan buiten samen te vapes én roken. Daar gaat een wisselwerking vanuit. Zien vapes doet vapes, zien roken doet roken. Omdat vapes veel bij tieners voorkomt, zou het ook kunnen dat oudere jongeren op een gegeven moment gaan roken omdat ze dat stoerder vinden.” Van de jongeren heeft 27,4 procent afgelopen jaar gerookt.

Sinds 1 januari 2024 mogen winkels geen vapes met een smaakje meer verkopen. De producten mogen alleen nog naar tabak smaken. Rijkers: „Maar het lastige is dat de illegale handel op internet gewoon doorgaat. Via Ali Express bestellen ze een hele zak vol vapes, die weer worden doorverkocht.” Volgens Rijkers is handhaving door de overheid essentieel.

Artsen zien nu directe negatieve effecten van de e-sigaret op de gezondheid van jongeren, maar vrezen voor lange-termijn schade aan longen, hart, vaten en DNA (met risico op kanker). Waarom is de hartenkreet gericht op ouders? „Omdat die zo'n belangrijke rol spelen voor hun kinderen, veel belangrijker dan ze vaak zelf doorhebben. Maar ze weten te weinig over vapes. Als er thuis een vape ligt, herkennen niet alle ouders die, omdat die er vaak uitziet als een onschuldige stift.”