

Waarom rookvrije zorg?



In het Nationaal Preventieakkoord is vastgelegd dat in 2030 de gehele zorg rookvrij is. Maar waarom wordt de zorg rookvrij? Laat je inspireren door de voordelen van een rookvrije zorg.

Rookvrije zorg draagt bij aan:

- **Minder ziekten:** Roken veroorzaakt en verergert veel ziekten en belast daarmee een groot deel van de zorg. Door het rookvrij maken van zorgorganisaties worden ziekten voorkomen en neemt de zorgvraag af. [\[bron\]](#)



- **Betere werking medicatie:** Roken verstoort de werking van bepaalde medicatie, waardoor er soms meer van het medicijn nodig is. Dat zorgt voor een grotere kans op bijwerkingen. Rookvrije zorg draagt bij aan minder rokers. En dat zorgt weer voor een betere werking van medicatie. [\[bron\]](#)

- **Minder stress:** Mensen die roken denken dat ze rustiger worden van een sigaret. Maar roken helpt niet tegen stress, het zorgt juist voor onrust en een gevoel van stress. Iemand die een tijdje niet rookt heeft namelijk een laag nicotinepeil. Dat geeft ontwenningsverschijnselen. Die verdwijnen bij het roken van een nieuwe sigaret. [\[bron\]](#)



- **Minder meerookschade:** 'Meeroken' is het inademen van tabaksrook uit de omgeving. Mensen die meeroken hebben een grotere kans op longkanker en hart- en vaatziekten. Rookvrije omgevingen, zoals een rookvrije zorg, voorkomen meerookdoden. [\[bron\]](#)

- **Minder derdehandsrook:** Derdehandsrook zijn de rookdeeltjes die achterblijven op kleding, haren en huid. Derdehandsrook kan je inademen, inslikken of aanraken. Derdehandsrook is schadelijk voor de gezondheid van mensen en dieren. En extra schadelijk voor kleine kinderen. Een rookvrije omgeving voorkomt derdehandsrook. [\[bron\]](#)



- **Meer vrijheid:** Roken is geen keuze, maar een hardnekkige verslaving. Als mensen stoppen ervaren ze meer vrijheid over hun keuzes. [\[bron\]](#)

- **Minder zorgkosten:** Roken is verantwoordelijk voor 2,4 miljard euro zorgkosten. In 2015 werd in Nederland 2,4 miljard euro besteed aan zorg aan ziektegevallen die door roken zijn veroorzaakt. [\[bron\]](#)



- **Gezonde toekomst voor cliënten:** Veel mensen die roken willen eigenlijk stoppen, maar vinden dit moeilijk. De zorg is een logische plek om cliënten en patiënten de beste gezondheid te willen geven. Rookvrije zorg gunt iedereen een gezondere toekomst met meer lucht en leven. [\[bron\]](#)

- **Gezondheidswinst medewerkers:** Stoppen met roken onder medewerkers levert hen gezondheidswinst op. Ook worden medewerkers dan productiever, omdat ze fitter zijn en concentratieverlies (als gevolg van trek in een sigaret) afneemt. Rookvrije zorg verhoogt duurzame inzetbaarheid van medewerkers en bespaart kosten. [\[bron\]](#)



- **Minder verzuimkosten:** 28% van de totale ziektelast bij bedrijven is het gevolg van roken. Een gemiddelde rokende medewerkers is per jaar ongeveer 20 dagen kwijt aan roken. Een rokende medewerker kost gemiddeld €5.000 per jaar. Rookvrije zorg vermindert deze kosten. [\[bron\]](#)

- **Goed werkgeverschap:** Werknemers waarderen de mogelijkheid om ondersteuning te krijgen van hun werkgever als zij willen stoppen met roken. Dit kan werknemers ook net dat duwtje in de rug geven om te stoppen. Een werkgever laat daarmee ook zien de gezondheid van medewerkers belangrijk te vinden. [\[bron\]](#)



- **Gezonde werkplek:** Zorgmedewerkers hebben recht op een gezonde werkplek, maar zij werken nog regelmatig in een doorrookte omgeving. De publieke steun om rookvrij te kunnen werken bij cliënten thuis is hoog. [\[bron\]](#)

- **Gezond houden:** Ook cliënten hebben een rol in het gezond houden van medewerkers. Als medewerkers gezond blijven, kunnen zij met meer plezier bij cliënten thuis werken. [\[bron\]](#)



- **Nicotinevrije generatie:** Jongeren zijn de werknemers van de toekomst. Roken van tabakssigaretten en vaperen van een e-sigaret gaan vaak hand in hand. Het is belangrijk om een rook- én dampvrij beleid te hebben in de zorg. [\[bron\]](#)