



Rook niet bij mij!

Kinderen die van jongs af aan “meeroken” met hun ouders, familie, bezoek,... hebben gemiddeld veel meer gezondheidsproblemen dan “rookvrije” kinderen. Helaas is dit in realiteit één van de belangrijkste binnenmilieuproblemen in Vlaanderen, waar eigenlijk heel eenvoudige maatregelen tegen bestaan. De West-Vlaamse Medisch Milieukundigen werken omwille van de specifieke situatie in hun provincie keihard mee aan het project “Rook niet bij mij”.

Dieter Vanparys

Medisch Milieukundige bij Logo Brugge en Logo Meetjesland

(Mee)roken: een probleem in West-Vlaanderen

Uit een studie van Kind en Gezin (Kind en Gezin, 2000) blijkt dat er in West-Vlaanderen meer rokende gezinnen zijn dan in andere provincies en er meer 25-34 jarigen roken, terwijl net op deze leeftijd de meeste zwangerschappen voorkomen. Ook is het aantal vrouwen dat blijft roken tijdens de zwangerschap aanzienlijk hoger.

Roken tijdens de zwangerschap zorgt voor een verhoogde kans op problemen voor moeder en foetus en is oorzaak van bloedingen, miskraam, lager geboortegewicht, perinatale sterfte, wiegendood,...

Passief roken (=meeroken) door jonge kindjes verhoogt de kans op het ontwikkelen van luchtwegproblemen, astma, middenoorinfecties, wiegendood en kanker.

Er zijn dus twee vormen van passief roken:

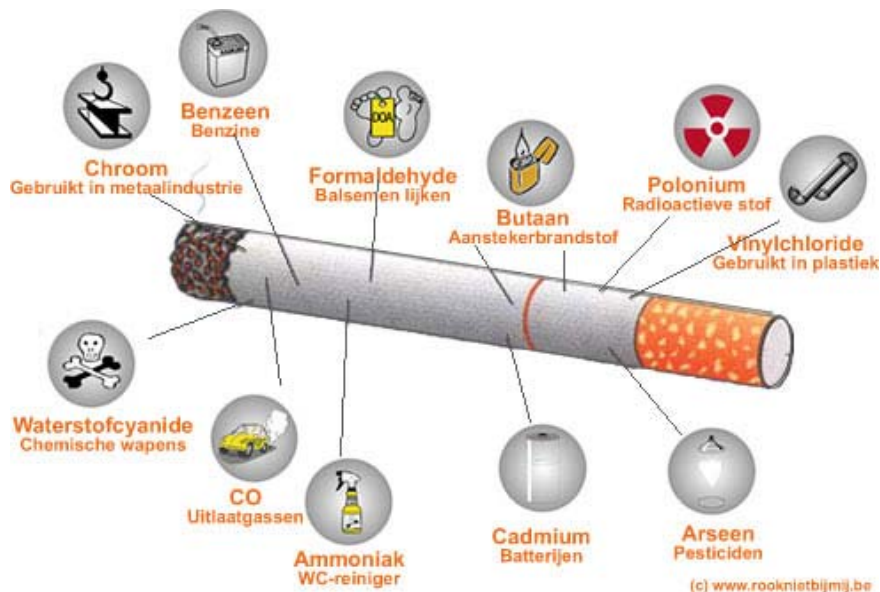
- Meeroken via de lucht: men inhaleert de tabaksrook aanwezig in de omgeving
- Meeroken via de rokende moeder: tijdens de zwangerschap worden de schadelijke stoffen doorgegeven aan de baby; ook via de borstvoeding worden die schadelijke stoffen doorgegeven.

Ouders of aanstaande ouders zijn er zich vaak niet genoeg van bewust dat roken zowel tijdens als na de zwangerschap schadelijke gevolgen kan hebben voor het (ongeboren) kind.

Meeroken en het binnenmilieu

In woningen waar gerookt wordt, is tabak bijna altijd de grootste vervuiler, met de zwaarste gevolgen voor de gezondheid. Al in 2001 werd tabaksrook door de Vlaamse Gezondheidsraad in de categorie “zeer belangrijke agentia” bij de binnenhuispolluenten geklasseerd, vooral inzake kanker en ontstekingen van de luchtwegen. Bij deze klassering van de agentia werd rekening gehouden met onder andere het aantal gevallen van een aandoening door deze stof, de ernst van de aandoening en het verlies aan kwaliteit van het leven. Daarom werd werking rond “passief roken” als prioritaire activiteit bestempeld (Vlaamse Gezondheidsraad, 2002).

Ook Toezicht Volksgezondheid geeft aan dat tabaksrook één van de belangrijkste elementen is die de luchtkwaliteit in onze woningen bepaalt (Tilborghs et al., 2009). Verder beveelt het Steunpunt Milieu&Gezondheid in het rapport van de opvolgstudie “Astma en allergie” maatregelen aan voor het vermijden van blootstelling aan passief roken zowel tijdens de zwangerschap als in het latere leven ter preventie van astma en allergie’ (zie Desager et al., 2008).



Meer dan genoeg redenen dus voor de Medisch Milieukundigen bij de West-Vlaamse Logo's om actie te ondernemen. Zij hebben immers een informerende taak aangaande het binnenmilieu (Binnenmilieubesluit B.S. 19.10.2004)!

“Rook niet bij mij”



Om zowel ongeboren als jonge kinderen meer kansen op een goede gezondheid te geven, is er nu “Rook niet bij mij”, een tweedelige campagne van de West-Vlaamse Logo's, Medisch Milieukundigen en de Provincie West-Vlaanderen. Hierbij wordt de expertise van de Medisch Milieukundigen inzake binnenmilieu en de expertise van de LOGO's inzake rookstop gecombineerd om zo een wederzijds versterkende campagne te voeren. Dit project is gebaseerd op het uitvoeren van de effectieve strategie ‘Rookstop advies aan zwangere vrouwen en hun partners en rookvrije thuisomgeving voor zuigelingen’ (Vlaams Platform Tabakspreventie, 2004).

Het eerste deel “**Sommige dingen deel je beter niet**” tracht via lokale actoren en een affichecampagne zwangere vrouwen en hun partner aan te sporen om tijdens en na de zwangerschap te stoppen met roken. Uit onderzoek blijkt immers dat zwangere ouders sneller stoppen met roken indien een vertrouwenspersoon (bv. arts) hen aanspreekt. Als naast een gesprek ook bijkomend materiaal wordt aangeboden, zouden er nog meer zwangere ouders effectief stoppen met roken. Verschillende professionelen (o.a. huisartsen, vroedvrouwen, kinesisten, ...) kunnen hiervoor bij de West-Vlaamse LOGO's een aantal ondersteunende materialen verkrijgen die hulp bieden om het onderwerp “stoppen met roken” beter bespreekbaar te maken, zoals verwijzkaartjes, affiches,... maar ook een vorming motiverende gesprekstechnieken. Hiernaast proberen we ook het rookstopaanbod in West-Vlaanderen te optimaliseren.



Het tweede deel “**Maak van je peuter geen peukje**” tracht te sensibiliseren om een rookvrije omgeving te creëren in de ruimte waar jonge kinderen aanwezig zijn, vooral de eigen woning. Hiervoor is de beste oplossing natuurlijk te stoppen met roken, maar er worden ook een aantal alternatieven aangeboden, omdat stoppen helaas niet meteen haalbaar is. Hiervoor zijn ook een aantal materialen beschikbaar voor hulpverleners en lokale actoren om het probleem beter bespreekbaar te maken, zoals affiches, de vorming motiverende gesprekstechnieken,...

Via de gemeente bieden we de kersverse ouders ook een slabbetje en een leuke deurhanger aan bij de geboorte van het kindje. Zo worden de ouders, de familie en bezoek op een ludieke manier uitgenodigd om huisregels op te stellen over het niet roken in het bijzijn van hun jonge spruit.

Debatavond: “Rookverbod in huis, voor en tegen”

Om het project te lanceren werd op 11 mei een symposium georganiseerd. Hierop werd een maatschappelijk debat gevoerd rond het thema “Rookverbod in huis, voor en tegen” naar aanleiding van het wetsvoorstel van Patrik Vankrunkelsven en de eerdere stelling van de Vlaamse Liga tegen Kanker. Op dit debat discussieerden onder andere senator Patrik Vankrunkelsven, Ulla Werbrouck, dokter Geert Vileyn en vroedvrouw Virginie Rassalle over de problematiek en de nood en de moeilijkheden om het probleem in de praktijk aan te pakken. Conclusie was onder andere dat sensibiliseren van de bevolking rond de gevolgen van meeroken essentieel is.

Meer info over het project en het bestellen van de projectmaterialen kan je vinden op www.rooknietbijmij.be.

Referenties:

- Desager K, Nelen V, Vael C, Koppen G. Opvolgstudie: Astma en allergie samenvatting. 2008
- Kind en Gezin. Analyse slaapsituatie van het jonge kind anno 2000. 2000
- Tilborghs G, Wildemeersch D, De Schrijver K. Wonen en gezondheid, 4de editie. 2009
- Vlaams platform tabakspreventie. Plan van aanpak om het tabaksgebruik in Vlaanderen te verminderen. 2004
- Vlaamse Gezondheidsraad. Jaarverslag 2001. 2002

Nieuwsbrief

- [Inhoud](#)
- [Gezondheidskosten](#)
- [Lokaal overleg Genk-Zuid](#)
- [Hitte en Ozon](#)
- [Zwemmen is gezond, maar...](#)
- [De Blauwe Vlag](#)
- [Rook niet bij mij](#)

- [Nieuwsbrief](#)
- [Archief](#)
- [De Sneeuwbal](#)
- [Inschrijven](#)
- [Auteursrichtlijnen](#)
- [Redactie](#)

© Copyright 2009 Steunpunt Milieu en Gezondheid