

Uit onderzoek van het Verenigd Koninkrijk (1) blijkt dat het regelmatige gebruik van een e-sigaret onder de jeugd laag blijft. Binnen dit onderzoek is er een onderscheid gemaakt tussen experimenteel gebruik en regelmatig gebruik. Echter in het onderzoek van het Trimbos is hierin geen onderscheid gemaakt. Hierbij een citaat van Trimbos (2) "Het huidige onderzoek heeft een cross-sectioneel karakter. Hierdoor is onduidelijk of jongeren het e-sigaretgebruik continueren of dat jongeren het enkel houden bij het experimenteren met e-sigaretten." Omdat er dus geen onderscheid wordt gemaakt in het karakter van het gebruik van e-sigaretten mogen er mijns inziens geen conclusies getrokken worden dat het gebruik van e-sigaretten populair is onder jongeren. Aannemelijker is dat het experimenteelgedrag van jongeren in Nederland overeenkomt met dat van Britse jongeren. Op basis hiervan kan men aannemen dat het gebruik van e-sigaretten onder jongeren juist gering is.

Voor mij als ex-roker is het gebruik van e-sigaret een goed alternatief voor het veel schadelijkere roken. Ik vind het vervelend als het gebruik van e-sigaretten in een kwaad daglicht komt te staan door gebrekkige informatie.

Het dampen of het gebruik van een e-sigaret is een effectief middel om te stoppen met tabak, Uit onderzoek blijkt dat het twee keer zo effectief als het gebruik van farmaceutische nicotine als stopmiddel (3)(4).

De conclusie van het onderzoek van JAMA luidt als volgt: "Adults who began vaping non-tobacco flavored e-cigarettes were more likely to quit smoking than those who vaped tobacco flavors." (5)

Ook werd duidelijk uit dezelfde studie dat het gebruik van smaakjes geen verband houdt met toename van jeugd die begint met roken: "Relative to vaping tobacco flavors, vaping non tobacco-flavored e-cigarettes was not associated with increased youth smoking initiation but was associated with an increase in the odds of adult smoking cessation." (5) Bovendien zijn de smaakjes in e-liquids noodzakelijk om rokers aan te trekken tot e-sigaretten volgens de verslavingsarts Dr. Garrett McGovern.

Onderzoek door het RIVM (6) benadrukt dat smaakjes in e-sigaretten bijdragen tot het volledig overstappen op e-sigaretten door rokers en er wordt het volgende aangeraden: "Ideally, regulation should allow marketing of e-liquid flavors that stimulate smokers and dual users to keep or start using e-cigarettes."

Het verbieden van deze smaakjes zal een negatief effect hebben op het stoppen met roken. Andere smaken dan tabaksmaken zullen de rokers helpen om afstand te nemen van de smaak van tabak en maken de kans om terug te vallen op roken kleiner.

Het gevaar van het verbieden van smaakjes is dat consumenten gedwongen worden om naar de zwarte markt te gaan. Wat al in andere landen heeft plaatsgevonden, zoals Estland (7) en Amerika (8). Het verbieden van smaakjes zal niet zorgen dat het product verdwijnt.

Een studie (9) in Californië laat zien dat het verbieden van smaakjes niet zal leiden tot een minder aantal rokers, juist het tegendeel; jongeren tussen de leeftijd van 18 en 24 gingen meer tabak roken (een toename van 27,4% naar 37,1%).

Uit het onderzoek "Jongeren en riskant gedrag" (10) van Trimbos blijkt dat in Nederland de jeugd die rookt laag is en blijft dalen van 2,1% in 2017 tot 1,8% in 2019. Dit onderzoek laat ook zien dat het gebruik van e-sigaretten onder de jeugd aan het afnemen is: "*Between 2015 and 2019 there was a decrease in the percentage of young people aged 12 to 16 who have ever used an e-cigarette; from 34% in 2015 to 25% in 2019.*" (p. 81)

Verbazingwekkend is mijns inziens het advies in het verslag van Trimbos waarin voor volwassenen wordt afgeraden om de e-sigaret te gebruiken. Het gebruik van een e-sigaret is veel minder riskant dan roken volgens het UK Royal college of Physicians. In het rapport van 2016 “Nicotine without smoke” wordt aangegeven dat: “The available data suggest that they are unlikely to exceed 5% of those associated with smoked tobacco products, and may well be substantially lower than this figure”, sectie 5.5 pagina 87.

Het gebruik van e-sigaretten zojuist aangemoedigd moeten worden voor volwassenen die niet kunnen stoppen met roken, dit kan een grote winst opleveren voor de algemene gezondheid van de bevolking. In Engeland is dit al het geval.

<https://www.youtube.com/watch?v=IYaQsq7rOxl>

- (1) <https://www.gov.uk/government/news/regular-e-cigarette-use-remains-low-among-young-people-in-britain>
- (2) Pagina 41 van R. Buisman M. Blankers M. Van Laar Kennis, opvattingen en gebruik van e-sigaretten onder jongeren Een verkennend onderzoek 2014
- (3) <https://www.nejm.org/doi/10.1056/NEJMoa1808779>
- (4) <https://www.cochranelibrary.com/cdsr/doi/10.1002/14651858.CD010216.pub4/full>
- (5) Friedman AS, Xu SQ. Associations of Flavored e-Cigarette Uptake With Subsequent Smoking Initiation and Cessation. JAMA Netw open. 2020 Jun 1;3(6):e203826
- (6) <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6926905/>
- (7) [https://www.baltictimes.com/estonian\\_finmin\\_looking\\_into\\_prospect\\_of\\_lowering\\_excise\\_duty\\_for\\_e-cigarettes/](https://www.baltictimes.com/estonian_finmin_looking_into_prospect_of_lowering_excise_duty_for_e-cigarettes/)
- (8) <https://filtermag.org/vape-bans-illicit-market/>
- (9) <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7186365/>
- (10) <https://www.trimbos.nl/kennis/cijfers/alcohol-drugs-roken-scholieren>