

## Weetje – Hoe zit dat nu met die e-sigaret, de vape?

Onlangs verscheen er een bericht op de NOS website over vapes. Maar wat (en hoe schadelijk) is dat nu precies?

### Wist jij dat?

- Gebruik van de e-sigaret “dampen” heet en dit in het Engels “vaperen” is? Vandaar de naam vapes.
- Een elektronische sigaret (e-sigaret) de look & feel heeft van een gewone sigaret, maar werkt door verhitting van een e-vloeistof in plaats van verbranding van tabak?
- De e-sigaret daardoor de giftige verbrandingsproducten van tabak mist, maar wel schadelijke stoffen als nicotine, propyleenglycol en (sporen van) kankerverwekkende stoffen uit de e-vloeistof bevat?
- Er een grote verscheidenheid aan modellen e-sigaretten is? En er ook wegwerp vapes zijn?
- Een Shisha pen ook een e-sigaret is?
- Er sterke aanwijzingen zijn dat de e-sigaret op korte termijn schade toebrengt aan de longen?
- De schadelijkheid van gebruik op lange termijn nog onvoldoende bekend is omdat de e-sigaret nog niet zo lang op de markt is? Maar er steeds meer aanwijzingen komen dat vaperen naast schade aan de longen ook zou kunnen leiden tot schade aan het hart- en vaatstelsel?
- De e-sigaret wereldwijd groeit in populariteit en gemakkelijk verkrijgbaar is via tal van verkooppunten, inclusief internet?
- De tabaksindustrie/tabaksverkopers via sociale media onder andere via video's met 'coole' vape trucjes zich vooral richten op jongeren en een positief beeld creëren van de e-sigaret?
- De smaakjes in de e-sigaretten erg aantrekkelijk zijn voor jongeren?
- In Nederland de verkoop van de e-sigaret (vapes) aan minderjarigen verboden is en bij aankoop een ID getoond moet worden? Helaas is er online heel makkelijk te bestellen en de kwaliteit van de e-sigaret is moeilijk te controleren.
- Jongeren afgeraden wordt om e-sigaretten te gebruiken omdat het hen nicotineverslaafd kan maken en een opstap kan zijn naar het roken van tabak?
- Al in 2019 uit onderzoek van het Trimbos-instituut bleek dat jongeren vaker voor e-sigaretten kiezen dan voor gewone sigaretten? Van de scholieren tussen 12 en 16 jaar in 2017 had 27,5 procent ooit een e-sigaret gebruikt; van de mbo- en hbo-studenten tussen de 16 en 18 jaar 44 procent. Het lijkt erop dat die aantallen verder zijn gestegen en dat gebruikers steeds jonger zijn.



### In gesprek met jouw kind

Wil je in gesprek met jouw kind over 'vaperen'? Misschien heb je dan iets aan de volgende tips;

- Weet jouw kind wat een vape is?
- Weet jouw kind of het schadelijker is dan een gewone sigaret?
- Ziet jouw kind anderen, zoals vrienden, op school etc. vapes gebruiken en wat vindt hij/zij daar van?
- Bekijk samen de video: ['Vapes roken op de school-wc: sommige docenten geloven dat het markeerstiften zijn'](#)