

Tabakverslaving in de verslavingszorg: mythes en misverstanden

1 Tabaksverslaving is lang zo erg niet

Een ruime meerderheid van de mensen die behandeld wordt in de verslavingszorg rookt en sterft 10 tot ruim 20 jaar vroegtijdig met als hoofdoorzaak het roken van tabak.

2 Mensen die in de verslavingszorg in behandeling zijn, willen niet stoppen met roken

Cliënten vinden het belangrijker dan behandelaren dat er aandacht is voor het stoppen met roken. Een grote groep cliënten heeft de wens te stoppen met roken. Iedereen die rookt wordt bovendien geadviseerd te stoppen. (bron: Zorgstandaard Tabaksverslaving 2019)

3 Mensen die verslaafd zijn aan alcohol en/of andere drugs zijn niet in staat om te stoppen met roken

De meerderheid van de studies toont aan dat tabaksverslaving effectief behandeld kan worden binnen deze doelgroep. Dit levert een aanzienlijke gezondheidswinst op.

4 Stoppen met roken heeft een nadelig effect op de behandeling van een alcohol- en/of andere drugsverslaving

Het meenemen van de tabakverslaving in de behandeling vergroot de kans op abstinentie van alcohol en/of drugs op de lange termijn. Er blijkt een samenhang te zijn tussen roken en het gebruik van alcohol en/of drugs: in periodes waarin geen tabak gerookt wordt, worden ook andere middelen minder gebruikt.

5 Psychische klachten nemen toe als mensen stoppen met roken

Stoppen met roken zorgt voor minder depressieve-, angst- en stressklachten en verbetert de kwaliteit van leven, ook bij cliënten met psychische stoornissen. Er is geen wetenschappelijke ondersteuning voor de zelfmedicatie hypothese.



Stoppen met roken helpt cliënten er zowel lichamelijk als psychisch op vooruit te gaan.