

1 Roken! Of toch maar niet?



2 Ondanks dat veel mensen weten dat roken slecht voor
3 de gezondheid is, beginnen zij er toch aan. Vroeger
4 werd roken waarschijnlijk gebruikt als geneesmiddel
5 tegen reuma, verkoudheid, koorts, slangenbeten en
6 zweren. Later werd roken ook overgenomen door
7 gezonde mensen en werd het gezien als ontspanning.
8 Tot 1900 waren vooral de sigaar en de pijp populair.
9 Daarna was de sigaret het voornaamste genotmiddel.
10 Al in 1930 werd door wetenschappelijk onderzoek in
11 Oostenrijk en Duitsland aangetoond dat longkanker een
12 mogelijk gevolg is van roken. Dit onderzoek werd
13 echter 1 in het westen van Europa. Pas
14 rond 1950 werd meer bekend over de gezondheidsrisico's die roken met zich mee brengt en
15 kwam er een beweging tegen het roken op gang.

16 Babs, 63 jaar en van jongs af aan tegen roken:

17 *"Mijn vader stierf aan nierkanker toen ik 18 jaar was. Hij rookte. Het was in die tijd heel*
18 *normaal om te roken, iedereen deed het. Een opmerking hierover maken kon beslist niet. Ik*
19 *heb echter nooit gerookt. Ik krijg prikkende en tranende ogen van de rook, ik vind het vies*
20 *en het stinkt. Mensen worden er ziek van, je krijgt al jong een rimpelig gezicht en er is kans*
21 *op hart- en vaatziekten. Daarbij vind ik het ook nog eens zonde van het geld. Naar mijn*
22 *mening spelen mensen met hun leven als ze beslissen te gaan roken. Ik ben daarom erg blij*
23 *met het rookverbod in de horeca. Hierdoor hoeven niet-rokers niet meer verplicht mee te*
24 *roken met andere mensen. Mijn advies aan de regering zou zijn om de sigaretten zo duur te*
25 *maken, dat we de financiële tekorten in de gezondheidszorg ermee op kunnen lossen."*

26 Gezondheidsrisico's die samenhangen met roken zijn: hoge bloeddruk, beschadiging en
27 vernauwing van de bloedvaten, aantasting van het denkvermogen, versnelde verslechtering
28 van het gehoor en een slechtere lichamelijke conditie. Mensen die roken hebben een
29 verhoogde kans op kanker, ziekten aan de luchtwegen, hart- en vaatziekten en bot-, spier-
30 en gewrichtsziekten. Jaarlijks sterven er in Nederland ongeveer 19.000 mensen aan ziekten
31 gerelateerd aan roken.

32 Waarom blijven mensen dan toch roken? Ingrid, 42 jaar en roker:

33 *"Ik ben begonnen met roken toen ik 16 jaar was. Ik ging roken omdat mijn vriendinnen het*
34 *ook deden. Ik rookte eerst alleen in het weekend, tijdens het stappen. Toen ik een jaar of*
35 *18 was, ging ik ook op doordeweekse dagen roken. Het was in die tijd eigenlijk heel gewoon*
36 *om te roken, dus ook mijn omgeving keek hier niet raar van op. Nu, ruim twintig jaar later,*
37 *rook ik nog steeds. Het roken helpt me ontspannen. Ik rook ongeveer 15 sigaretten per*
38 *dag, maar als er een andere roker bij me is of als we gezellig zitten, dan kunnen het er een*
39 *paar meer zijn. Het vreemde is dat ik roken eigenlijk vind stinken en het abnormaal duur*
40 *vind. Ook weet ik dat het ongezond is, maar ik vind dat iedereen zelf moet weten wat hij of*
41 *zij doet. Een paar jaar geleden zijn er waarschuwingen op de verpakkingen van sigaretten*
42 *komen te staan. Dit vind ik erg overdreven. Ik denk niet dat rokers daar nog naar kijken.*
43 *Ook nu zou ik niet weten welke tekst er op mijn pakje staat. En iedereen weet toch wel dat*
44 *het niet gezond is. Ik zou best willen stoppen met roken, maar ik ben bang om in gewicht*

aan te komen. Daarbij weet ik uit ervaring dat stoppen heel moeilijk is en daarom zou ik niemand aanraden te beginnen met roken. Beginnen is namelijk gemakkelijker dan stoppen. Zeven jaar geleden ben ik geopereerd. Daarna heb ik tien dagen niet gerookt, maar toen iemand me een sigaret aanbood en naast me ging zitten roken, was ik, jammer genoeg, zo verkocht. Ik hoop ooit nog te stoppen en denk dan aan stopondersteuning waarbij je onder hypnose wordt gebracht. Met het rookverbod in de horeca heb ik geen moeite. Ik rook niet of doe het erna. Zo erg is dat nu ook weer niet."

Vanwege de verslavende werking van nicotine kunnen veel mensen niet stoppen met roken, ook al willen ze dit graag. De overheid wil daarom voorkomen dat mensen beginnen met roken. Zij treft allerlei maatregelen om het roken te ontmoedigen. De regels die het roken moeten ontmoedigen zijn opgenomen in de Tabakswet. Een van deze regels is bijvoorbeeld dat aan jongeren onder de 16 jaar geen tabaksproducten zoals sigaretten verkocht mogen worden.

Uit onderzoek van TNS NIPO in 2011 bleek dat er nog nooit eerder zo weinig Nederlanders waren die rookten. Het aantal rokers in Nederland is toen gedaald naar 25%. Deze daling is terug te zien bij zowel mannen als vrouwen. Daarnaast blijkt dat er steeds minder mensen dagelijks roken en dat het gemiddeld aantal sigaretten dat per dag wordt gerookt ook is afgenomen.

De daling in aantal rokers en gemiddeld aantal sigaretten per dag wordt toegeschreven aan diverse initiatieven die het roken hebben ontmoedigd. Zo zijn er campagnes gevoerd, is in 2004 de rookvrije werkplek ingevoerd en in 2008 ook de rookvrije horeca. Daarbij heeft de overheid de belastingen op sigaretten (accijns) verhoogd. Sinds 2011 vergoed de zorgverzekeraar eveneens stopondersteuning voor rokers.

Wat is voor mensen een reden om te stoppen? Marta, 29 jaar en voormalig roker:

"Ik begon met roken toen ik een jaar of 13 à 14 oud was. Ik deed het vooral om stoer te doen en erbij te horen. In eerste instantie rookte ik stiekem, ongeveer een pakje per dag. Later toen mijn omgeving erachter kwam, gaven ze aan het zonde te vinden en waarschuwden ze mij voor de schadelijke gevolgen. Roken gaf me toentertijd een heerlijk, vullend gevoel. Vooral na het eten of wanneer ik me verveelde zoals bij het wachten op het openbaar vervoer. Ook vond ik roken bijzonder prettig wanneer ik alcohol dronk. Achteraf gezien had ik in die tijd veel last van hoestjes en ook was ik vaak verkouden. Een paar jaar geleden zijn er waarschuwingen op de verpakkingen van sigaretten komen te staan. Ik vond dit niet schokkend en het was voor mij zeker geen reden om te stoppen. Ik ben uiteindelijk gestopt met roken omdat ik een erge griep te pakken had. Hierdoor deed het roken me erg veel pijn tijdens het inhaleren. Na ongeveer 2 à 3 dagen niet gerookt te hebben, besloot ik om helemaal te stoppen. Daarvoor had ik nooit eerder een poging gedaan. Nu vind ik roken erg vies. Het stinkt en ik krijg het er benauwd van. Ik vind het daarom erg fijn dat er in de horeca niet meer gerookt mag worden. Het is namelijk erg prettig dat als je uit eten gaat, je volledig kunt genieten van de geuren van je maaltijd in plaats van de dampende sigaretten van de burens. Ik zou niemand aanraden om te gaan roken, allereerst omdat het schadelijk is voor je gezondheid en je een verslaving aangaat waarbij het heel lastig is om er weer vanaf te komen. Daarnaast kost het belachelijk veel geld. Tabak is erg duur, en dat is maar goed ook. Misschien helpt dat de mensen om te stoppen of om er überhaupt niet aan te beginnen."

89 De invoering van de rookvrije horeca in 2008 heeft voor veel ophef gezorgd. Het doel van
90 dit rookverbod is om werknemers in de horeca de mogelijkheid te bieden om in een
91 rookvrije ruimte te werken. Jaarlijks sterven er in Nederland namelijk enkele honderden
92 mensen aan longkanker en duizenden aan hartaandoeningen, enkel door mee-roken. De
93 overheid wil niet-rokers hier tegen beschermen en heeft daarom in de wet laten opnemen
94 dat horecagelegenheden rookvrij dienen te zijn. Politieagenten controleren op naleving van
95 de wet en delen boetes uit wanneer horecagelegenheden het rookverbod overtreden.

96 Alleen in kleine cafés zonder extra personeel mag volgens de wet nog wel gerookt worden.
97 Daar zijn de eigenaren van grotere cafés tegen in opstand gekomen; zij vinden dat
98 oneerlijke concurrentie. Veel grotere cafés houden 2 en staan het
99 roken toch toe. Zo worden de niet-rokers niet beschermd tegen de schadelijke gevolgen van
100 het roken. Anti-rokersvereniging 'Clean Air Nederland' daagt de Nederlandse staat daarom
101 voor de rechter. De organisatie wil dat het algehele rookverbod opnieuw wordt ingesteld in
102 de horeca en de uitzonderingspositie van kleine cafés daarmee dus wordt teruggedraaid.

103 Duidelijk moge zijn dat in Nederland meerdere belangen meespelen in de kwestie van het
104 roken. Niet enkel de gezondheidsrisico's van roken zijn van invloed zijn op de regelgeving.
105 Ook andere belangen, zoals de economie en het recht op gelijke behandeling, spelen een
106 rol.

Auteur: Annemieke Roeleveld

Naam:

Vragen bij oefentekst 4

1. Lees: *Ondanks dat ... toch aan.* (r. 2 en 3)
Waarop duidt het woord 'ondanks'?
 - A. Er volgt een voorbeeld.
 - B. Er volgt een oorzaak.
 - C. Er volgt een tegenstelling.
 - D. Er volgt een opsomming.
2. Lees: *Vroeger werd ... als ontspanning.* (r. 3 t/m 7)
Waar gaat dit stukje **vooral** over?
 - A. Over het gevaar van roken.
 - B. Over de onderzoeken naar roken.
 - C. Over redenen om te roken.
 - D. Over het ziektebeeld door roken.
3. Wat past het **best** op plaats 1?
 - A. enthousiast ontvangen
 - B. niet bekend
 - C. meteen bekend
 - D. verplicht
4. Waarom werd roken volgens de tekst populair bij gezonde mensen?
 - A. Men zag het als iets waardoor je je ontspande.
 - B. Men dacht dat het een geneesmiddel was.
 - C. Men dacht dat het gezond was.
 - D. Men vond het stoer staan.
5. Lees wat Babs over roken zegt. (r. 17 t/m 25)
Wat voor soort tekst is dit stukje?
 - A. een informatieve tekst
 - B. een verhalende tekst
 - C. een instructieve tekst
 - D. een betogende tekst
6. Lees: *Ik ben ... de horeca.* (r. 22 en 23)
Wat betekent het woord 'horeca'?
 - A. hotels, restaurants en cafés
 - B. scholen, kerken en moskeeën
 - C. de openbare ruimte
 - D. straten en pleinen

7. *"Ik zou dan ook niemand aanraden om te gaan roken."* Waar past deze zin het **best**?
- A. Achter: "... op gang." (r. 15)
 - B. Achter: "... beslist niet." (r. 18)
 - C. Achter: "... het geld." (r. 21)
 - D. Achter: "... de horeca." (r. 23)
8. Lees: *Gezondheidsrisico's die ... en gewrichtsziekten.* (r. 26 t/m 30)
Wat is de hoofdgedachte van dit stukje?
- A. Roken is slecht voor je conditie.
 - B. Van roken kun je kanker krijgen.
 - C. Door roken kun je allerlei ziekten krijgen.
 - D. Van roken kun je in het ergste geval doodgaan.
9. Lees wat Ingrid schrijft over roken (r. 33 t/m 51)
Welke maatregel helpt volgens Ingrid **niet** om te stoppen met roken?
- A. Alleen in het weekend roken.
 - B. Niet beginnen met roken.
 - C. Waarschuwingen op de verpakking zetten.
 - D. Stoppen onder hypnose.
10. Welke titel past het **best** boven het stukje van Ingrid? (r. 33 t/m 51)
- A. De gelukkige roker
 - B. De fanatieke roker
 - C. De problemen van een 42-jarige
 - D. De twee kanten van roken
11. Welke argumenten noemt Ingrid tegen het roken?
- A. Het stinkt en het is duur.
 - B. Roken helpt ontspannen.
 - C. Door roken blijf je slank.
 - D. Stoppen met roken is moeilijk.
12. Waarom durft Ingrid niet te stoppen met roken?
- A. Ze is bang dat ze dan dikker wordt.
 - B. Ze is bang dat anderen het gek vinden.
 - C. Ze is bang dat ze allerlei kwalen krijgt.
 - D. Ze vindt het zo ongezellig.
13. Uit welke zin kun je afleiden dat Ingrid wel wil stoppen met roken?
- A. Uit de zin: "Het roken helpt me ontspannen." (r. 37)
 - B. Uit de zin: "Het vreemde ... duur vind." (r. 39 en 40)
 - C. Uit de zin: "Daarbij weet ... met roken." (r. 45 en 46)
 - D. Uit de zin: "Ik hoop ... wordt gebracht." (r. 49 en 50)

14. Lees: *Daarna heb ... zo verkocht.* (r. 47 t/m 49)
'Ik was verkocht.' Wat betekent deze uitdrukking?
- A.** Ik heb de sigaretten verkocht.
 - B.** Ik kon de verleiding niet weerstaan.
 - C.** Ik werd verkocht omdat ik had gerookt.
 - D.** Ik heb sigaretten gekocht in het ziekenhuis.
15. Waarom is het volgens de tekst zo moeilijk om met roken te stoppen?
- A.** Omdat zoveel mensen het doen.
 - B.** Omdat nicotine verslavend is.
 - C.** Omdat het zo stoer staat.
 - D.** Omdat het zo lekker ruikt.
16. Lees: *Zij treft ... te ontmoedigen.* (r. 54). Waarnaar verwijst het woord 'zij'?
- A.** Naar een vrouw die wil stoppen met roken.
 - B.** Naar de mensen die niet kunnen stoppen met roken.
 - C.** Naar de mensen die met roken beginnen.
 - D.** Naar de overheid.
17. Wat is het tegenovergestelde van 'ontmoedigen'?
- A.** durven
 - B.** verbieden
 - C.** aanmoedigen
 - D.** toestaan
18. Lees: *De daling ... voor rokers.* (r. 63 t/m 67)
Hoe komt het volgens dit stukje dat er tegenwoordig minder mensen roken?
- A.** Door voorlichtingscampagnes en wetgeving.
 - B.** Doordat roken slecht is voor de gezondheid.
 - C.** Doordat de belastingen op sigaretten verhoogd zijn.
 - D.** Doordat de mensen verstandiger zijn geworden.
19. Lees: *Marta, 29 jaar en voormalig roker.* (r. 68)
Wat betekent 'een voormalig roker'?
- A.** een tevreden roker
 - B.** een ex-roker
 - C.** een ontevreden roker
 - D.** een fanatiek roker

20. Wanneer stopte Marta met roken?
- A. Toen haar omgeving haar waarschuwde.
 - B. Toen ze last van hoestjes kreeg.
 - C. Toen ze de waarschuwingen op het pakje las.
 - D. Toen ze een zware griep kreeg.
21. Lees: *Misschien helpt ... te beginnen.* (r. 87 en 88)
Wat betekent 'überhaupt'?
- A. helemaal
 - B. gelukkig
 - C. liever
 - D. jammer genoeg
22. Lees: *De invoering ... rookverbod overtreden.* (r. 89 t/m 95)
Wat is waar volgens de tekst?
- A. Mee-roken kan geen kwaad.
 - B. Door vaak in ruimtes te zitten waar gerookt wordt, kun je ziek worden.
 - C. Als je zelf niet rookt, loop je geen gevaar.
 - D. Bij baby's en kinderen moet je nooit roken, want dat is slecht voor hen.
23. Lees: *Daar zijn ... oneerlijke concurrentie.* (r. 97 en 98)
Waar verwijst het woord 'daar' naar?
- A. Naar: het verbod op roken.
 - B. Naar: dat er in kleine cafés zonder personeel wel gerookt mag worden.
 - C. Naar: het extra personeel van de kleine cafés.
 - D. Naar: naar de kleine cafés.
24. Wat past het **best** op plaats 2?
- A. zich daarom niet aan de wet
 - B. zich ook goed aan de regels
 - C. hun cafés gesloten voor niet-rokers
 - D. zich goed aan de wet
25. Welke bewering is waar volgens deze tekst?
- A. De schrijfster laat alleen voorstanders van roken aan het woord.
 - B. De schrijfster laat alleen tegenstanders van roken aan het woord.
 - C. De schrijfster komt op voor de grote cafés.
 - D. Geen van bovenstaande antwoorden is juist.