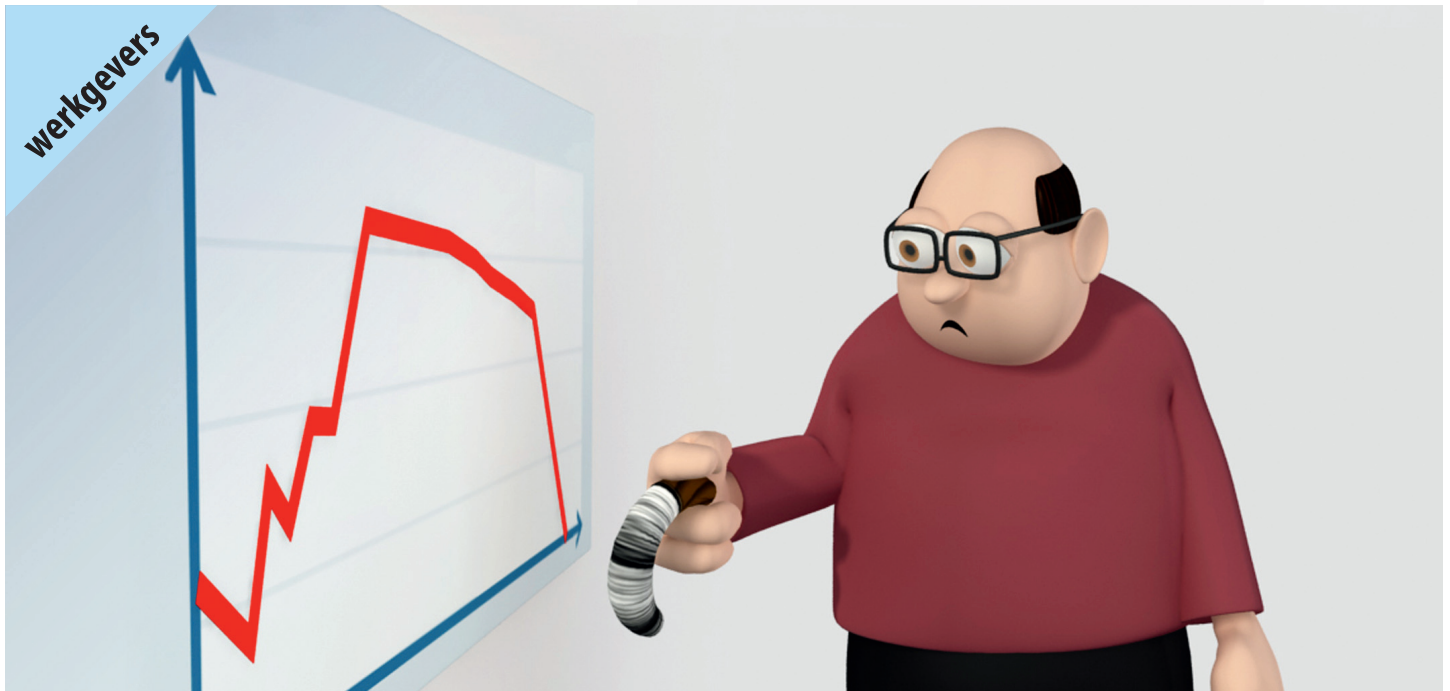




Effecten van blootstelling aan tabaksrook op de gezondheid

Om niet-rokers op het werk te beschermen en om rokers aan te moedigen om te stoppen met roken, heeft Europa recent adviezen opgesteld om rookvrije ruimten op het werk te promoten. Rookverboden op het werk zijn al in gevoerd in verschillende Europese landen, maar desondanks worden werknemers soms toch nog blootgesteld aan omgevingsrook. Bovendien zijn er grote verschillen tussen Europese landen omtrent dit onderwerp, zoals blijkt uit een onderzoek van 2009 door de Europese Commissie. In Griekenland gaf 60 procent uit de respondenten aan te worden blootgesteld aan omgevingsrook op hun werk. De laagste aantallen respondenten in dezelfde situatie werden opgetekend in het Verenigd Koninkrijk, Finland en Zweden met ongeveer 10 procent die dit probleem aangaf.

Blootstelling aan omgevingsrook, ook bekend als tweedehandsook, is een belangrijke oorzaak van ziekte, handicap en sterfte in de EU. Blootstelling aan omgevingsrook op het werk verwijst naar blootstelling aan tabaksrook op het werk.

Wist u dat ...?

- roken het risico op longkanker met 20 tot 30 procent verhoogt als men blootgesteld wordt aan omgevingsrook?
- mensen die al problemen hebben zoals astma of chronische longziekten, een groter risico hebben op het ontwikkelen van verdere problemen door blootstelling aan omgevingsrook?
- (onvrijwillig) passief roken het risico op hartaanvallen met 25 tot 35 procent verhoogt? De cardiovasculaire effecten van korte perioden (minuten tot uren) passief roken kunnen even groot zijn (80 tot 90 procent) als van zelf roken.

- vrouwen die worden blootgesteld aan omgevingsrook tijdens hun zwangerschap een verhoogd risico lopen op baby's met een lager geboortegewicht, aangeboren afwijkingen en verminderde longfunctie? Blootstelling aan omgevingsrook verhoogt de kans dat het kind astma ontwikkelt.



Economische aspecten van roken op het werk

- Roken is kostintensief. Het is becijferd dat rokers vaker ziekte dagen opnemen, voor kortere of langere perioden, dan niet-rokers en ex-rokers. Rokers zijn minder productief op het werk als ze rookpauzes nemen. Brandschade veroorzaakt door rookproducten en de bijbehorende schoonmaak- en onderhoudskosten dragen ook bij tot de kosten van roken op het werk.
- De gezondheidseffecten die omgevingsrook heeft op niet-rokers zijn ook belangrijk en leiden tot meer kosten die worden gedragen door bedrijven, veroorzaakt door roken.
- Het beheer van ruimten waar roken is toegelaten brengt risico's met zich mee. De kosten voor de brandverzekering zijn hoger. Werknemers kunnen een schadeclaim indienen als ze schadelijke gezondheidseffecten lijden.

Roken op het werk: wat algemeen wordt aangenomen

- Technici zijn het erover eens: in tegenstelling tot wat algemeen wordt aangenomen bestaat er geen ventilatiesysteem dat rook helemaal kan wegnemen. Dit betekent dat binnen roken altijd de lucht in niet-rokerruimten zal vervuilen.
- Het ter beschikking stellen van rookgebieden rond doorgangen, ramen of ventilatieroosters van gebouwen leidt ook tot blootstelling aan omgevingsrook, veroorzaakt door tocht.
- Rookruimten voorkomen de blootstelling van andere werknemers aan omgevingsrook niet. Schoonmaakpersoneel moet in deze ruimten werken en moet de vervuilde lucht inademen.
- Ondanks wat algemeen wordt aangenomen heeft antirookwetgeving geen negatieve invloed op de horeca-industrie. Verschillende vergelijkende studies over de situatie voor en na het rookverbod in de EU en de VS hebben vastgesteld dat de verkoop zelfs zou kunnen toenemen.

Een rookvrije werkomgeving creëren

De beste manier voor werkgevers om hun werknemers te steunen en te beschermen is een holistisch rookvrij beleid voeren, een rookstopprogramma en een volledig rookverbod op de bedrijfsterreinen.

Stap 1: moedig rokers aan en steun hen om te stoppen

- Benadruk de schade die roken veroorzaakt en motiveer rokers om te stoppen door de voordelen van een leven zonder sigaretten te benadrukken.
- Een reeks van verschillende rookstopprogramma's wordt mogelijk betaald door verzekeringsmakelaars. Het kan helpen rokers te vragen een klein bedrag bij te dragen zodat ze meer bij de sessies betrokken zijn. Het zou nuttig kunnen zijn werknemers toe te laten deel te nemen aan zulke sessies tijdens hun werkuren om hen zo meer te motiveren.



Stap 2: voer een volledig rookverbod in

Als bepaalde adviezen gevolgd worden, wordt een rookverbod meestal goed nageleefd, zowel door rokers als door niet-rokers.

Verschillende sleutelprincipes die helpen bij het eenvoudig en succesvol invoeren van zulke maatregelen:

- Benadruk de schadelijke impact van blootstelling aan omgevingsrook op de gezondheid en het individuele recht van iedereen om te werken in een rookvrije omgeving.

- Stel een comité samen om alle maatregelen te overzien en een eenvoudige invoer ervan te verzekeren door:
 - werknemers bij het proces te betrekken en de steun van werknemersvertegenwoordigers te hebben;
 - de volledige medewerking van het hoger management te krijgen door hun participatie in het comité.
- Formuleer schriftelijke richtlijnen die de nieuwe regels bevestigen en verspreid ze. Deze moeten duidelijke aanwijzingen bevatten over het doel van het beleid.
- Stel een tijdschema op met alle stappen die genomen moeten worden, de gevolgen van het niet naleven ervan en de contactpersonen voor het beantwoorden van vragen over het beleid.
- Bied rookstopprogramma's en regelmatige consultatiemogelijkheden aan om succesvolle pogingen tot stoppen te stimuleren.
- Stel training en achtergrondinformatie ter beschikking van managers, supervisors en werknemersvertegenwoordigers.
- Maak geen uitzonderingen binnen de bedrijfsterreinen wanneer het verbod is ingevoerd.
- Wees op uw hoede voor de mogelijke negatieve gevolgen van een rookverbod, bijvoorbeeld een verhoogd risico op brand door pogingen om in het geheim te roken.

Plannen op lange termijn en informatie over het invoeren van een rookverbod zijn nodig om alle werknemers te laten te wennen aan de nieuwe situatie. Trek meerdere maanden uit voor de voorbereiding ervan.

Meer informatie:

Het Europees Agentschap voor Veiligheid en Gezondheid op het Werk, Preventie van het negatieve effect van tabaksrook op de werkplek:

http://osha.europa.eu/nl/topics/whp/index_html

Napo-film over tabaksrook:

<http://osha.europa.eu/en/topics/whp/smoke-at-work>

Lees ook de brochures *Advies voor rokers* en *Advies voor niet-rokers*.



Belangrijk om te weten:

Het directoraat-generaal Gezondheid en consumentenbescherming van de Europese Commissie is in 2011 een nieuwe anti-tabakscampagne gestart onder de naam "Ex-rokers zijn niet te stoppen". Deze 3 jaar durende campagne is voorzien van een uiterst effectief hulpmiddel om rokers te helpen met stoppen. iCoach is een gratis digitaal ondersteuningsplatform, dat beschikbaar is in 23 officiële EU-talen. In tegenstelling tot andere digitale hulpmiddelen richt iCoach zich ook op mensen die niet willen stoppen of een hoge kans hebben op een terugval. Tot dusverre zijn de resultaten verbazingwekkend. Meer dan 30% van de mensen die met het programma beginnen stopt met roken. Voor meer informatie: www.exsmokers.eu