

Factsheet vaperen

Een vape is een elektronisch sigaret waarmee een vaper nicotinehoudende damp inhaleert.

Het aantal vappende jongeren is de laatste jaren toegenomen.

Jongeren die soms vaperen zien zichzelf niet als roker.

Er zijn ook cannabisvapes met THC en smartvapes waarmee je kan bellen, appen en gamen.

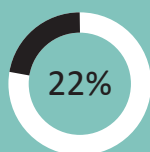


In een vape zitten **schadelijke stoffen zoals propyleenglycol, glycerol en nicotinezouten**. Deze vorm van nicotine is minder prikkelend in de keel waardoor het makkelijker in grote hoeveelheden wordt geïnhaleerd en opgenomen in de hersenen.

Gevolg: een snel verslavende werking

Momenteel vindt onderzoek plaats naar de langetermijneffecten op de gezondheid.

CIJFERS | JONGEREN 12-25



Bijna **22%** van deze jongeren heeft in het afgelopen jaar een **vape gebruikt**.



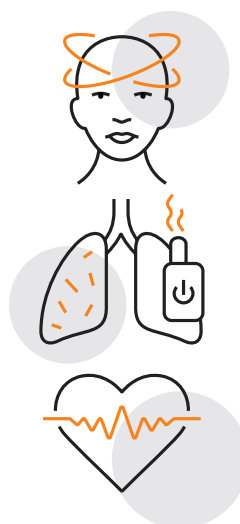
Jongeren die vaperen hebben een 3x hogere kans om over te stappen op roken. **Bijna 70% van de vapers rookt ook sigaretten**.



Per dag **starten rond de 70 jongeren met vaperen of roken**.

RISICO'S

- Concentratieproblemen
- Stress, angst & paniek
- Opgejaagd gevoel
- Hartkloppingen
- Slapeloosheid
- Schade aan luchtwegen
- Kans op overstap naar gewone sigaretten is groot



NAAST MENS OOK SCHADELIJK VOOR MILIEU

Onder andere het plastic en het lithium in de vapes zijn slecht voor het milieu.

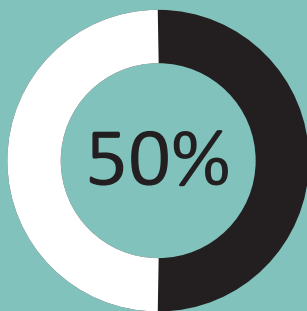


WAAROM JONGEREN VAPEN

- Vapes zijn **goedkoper** dan gewone sigaretten
- Vapen als een manier om te **stoppen met gewoon roken**.
Helaas is vaperen juist vaak een opstap naar sigaretten.
- Vapen als een vorm van **ontspanning**.
- Vapen om sommige **sociale relaties** te behouden of versterken

WETGEVING

- Een vape mag alleen verkocht worden aan personen van 18 jaar of ouder.
- **Er mogen geen vapes met smaken verkocht worden**
- De tweede kamer heeft ingestemd met een motie om wegwerp e-sigaretten te verbieden.
- **Vanaf 2025 mogen vapes alleen nog maar in tabakzaken verkocht worden.**
- Vapes mogen niet gebruikt worden in de horeca, openbare gebouwen, bij sportclubs of stations.



50% van de vappende jongeren wil stoppen

Dus... ga in gesprek!

Vragen die je kunt stellen

Wat is voor jou de belangrijkste reden om te vaperen?

Wat kan er gebeuren als je niet stopt met vaperen?

Wie of wat kan jou helpen bij het stoppen met vaperen?

Wat zou het stoppen met vaperen je opleveren?

Vraag een preventief gesprek aan.
Scan de QR code voor meer informatie.

