

Help!

de dokter rookt

Tabaksgebruik wordt steeds minder geaccepteerd. Zeker onder artsen. De cynische grappen zijn dan ook niet van de lucht. ‘Zo zo, jij hebt veel vertrouwen in je eigen chemokuur.’

door Anton van Tuyl, illustraties Matthias Giesen

De arme roker wordt steeds verder teruggedrongen op eigen terrein, met het rookverbod in de horeca per 1 juli als voorlopig hoogtepunt. Roken mag bijna nergens meer, en zeker niet in de vaderlandse ziekenhuizen, waar de rokende medemens juist moet worden opgelapt. Toch is ook hier een groep volhouders, een soort geheim genootschap van artsen die de verleiding niet kunnen weerstaan en stug blijven doorroken.

Hoeveel artsen al dan niet stiekem roken, is onbekend. Het percentage ligt ongetwijfeld lager dan het landelijke gemiddelde van 28 procent rokers. Artsen weten immers als geen ander wat de schadelijke gevolgen kunnen zijn. Aan de andere kant: het percentage rokende artsen moet boven de vijf procent liggen, zo vermoedt de stichting Stivoro, die het roken verder wil terugdringen. Want in Groot-Brittannië ligt het percentage rokende artsen op vijf procent, en daar is het antirookbeleid nog stringenter dan hier.

Nederland telt tienduizenden werkzame artsen, wat betekent dat er minstens duizend rokende artsen rondlopen. En is het voor gewone stervelingen tegenwoordig al lastig om uit te leggen waarom ze nog roken, voor rokende artsen moet dat helemaal razend lastig zijn. We gingen de afgelopen weken op zoek naar rokende artsen die hun verhaal wilden vertellen, maar dat viel nog niet mee. De wereld van rokende artsen is letterlijk en figuurlijk mistig. Bijna niemand wilde meewerken.

Zo achterhalen we naam en adres van een rokende longarts – jawel, die zijn er – uit een Brabants ziekenhuis. Maar die laat in een tweeregelig e-mailbericht weten dat hij ‘nooit meedoet aan

enquêtes en interviews’. Een rokende huisarts laat in een nóg korter mailtje weten ‘niet mee te doen’. En weer een andere arts die het roken niet laten kan, is ‘te druk, vanwege de naderende vakantie’.

Ook belangenorganisaties staan niet te popelen om mee te werken. De voorlichter van de Landelijke Huisartsen Vereniging (LHV) ‘kent geen rokende huisartsen die mogelijkwerwijs een toelichting kunnen geven’. De voorlichter van de Koninklijke Nederlandsche Maatschappij tot bevordering der Geneeskunst (KNMG) kent zelfs helemaal geen rokende artsen. Enzovoort. Na tientallen telefoontjes en mailtjes lijkt het aantal rokende artsen ineens veel lager dan vijf procent.

Na heel veel bellen vinden we een 83-jarige huisarts uit Noord-Brabant die bereid is zijn verhaal te doen. Beroepsmatig heeft Carel Schröder niets meer te verliezen, want hij is in 1990 al gestopt als huisarts. Zijn relaas weerspiegelt een tijdsbeeld. In september 1944 zat hij met een aantal mensen in een schuilkelder in Oisterwijk; ze hoorden hoe Duitsers en Canadezen elkaar beschooten. Even later bood de Canadese soldaat die hen uit de kelder haalde iedereen sigaretten aan. Schröder: “Het was het merk Player, ik weet het nog precies. We namen allemaal een sigaret aan. Ik rookte ter plekke mijn eerste sigaret en ben eigenlijk nooit meer gestopt.”

Vanaf 1954 werkte Schröder als huisarts; na zijn pensionering gaf hij nog een aantal jaren les bij een opleiding verpleegkunde. Al die jaren is hij blijven roken, tot op de dag van vandaag. “Gemid- ▶

► deld rook ik een pakje sigaretten per dag. Ik zou wel willen stoppen, maar het lukt me gewoon niet. Het gekke is dat ik het niet eens echt lekker vind. Ik inhaleer de rook ook niet, eigenlijk doe ik het vooral om rustig te worden.”

Hij heeft sinds 1960 drie serieuze stoppogingen ondernomen. “Maar daar hadden mijn humeur en omgeving onder te lijden, dus na een dag of vier gaf ik het dan weer op.” Tijdens het spreekuur heeft Schröder nooit gerookt, maar in de koffiepauzes wel. In de jaren vijftig en zestig stond er nog een asbakje op Schröders bureau, zodat rokende patiënten zich niet bezwaard voelden om toe te geven aan hun verslaving.

Schröder: “Ik ontken de schadelijke effecten niet, maar ik vind dat ze nogal worden overdreven. Het eet- en werkpatroon van Nederlanders is ook niet al te gezond als je het vergelijkt met dat van bijvoorbeeld Japanners, maar daar hoor je weinig over. Je moet niet te veel ongezonde dingen tegelijk doen. En niet inhaleren, dat scheelt natuurlijk ook...”

Toch heeft hij zijn patiënten beslist geadviseerd te stoppen met roken of – beter nog – er niet aan te beginnen. “Natuurlijk is het beter om niet te roken. Maar als het niet lukt, bijvoorbeeld omdat mensen daar te gestresst van raken, kan ik er ook begrip voor opbrengen. In zo'n situatie vertelde ik gewoon dat het mij ook niet lukte.”

Na nog meer telefoontjes komen we terecht bij Gooike van Slooten (63), die al jaren werkt aan de hartlongmachine in een ziekenhuis in de Randstad. Officieel is hij freelance klinisch perfusionist MSci; zelf noemt hij zich voor het gemak ook wel pomp-

bediende. Hij rookt gemiddeld een pakje shag per week. Van Slooten: “Ik spreek niet met patiënten, omdat ze eigenlijk altijd onder narcose zijn als ik ze in de operatiekamer zie. Maar tijdens operaties zie ik natuurlijk wel de gevolgen van roken. Dat is best confronterend.” Hij wil dit niet verder toelichten. “Het is confronterend, daar wil ik het graag bij laten.”

Van Slooten vertelt dat hij ‘eeuwig spijt’ heeft dat hij ooit met roken is begonnen. “Ik heb diverse stopmethodes geprobeerd. Nicotinepleisters werken bij mij niet, daar krijg ik vervelende rode plekken van op mijn huid. Als ik ooit nog ga stoppen, zal het zonder speciale hulpmiddelen zijn.” Ooit is hij drie jaar rookvrij geweest, maar na een auto-ongeluk is hij weer begonnen.

In zijn ziekenhuis, waarvan hij de naam liever niet vermeld ziet, mag absoluut niet worden gerookt. Zit hij weleens stiekem met een peuk op het toilet? “Nee, dat kan echt niet! Er hangen overal rookmelders, dus dan hebben we meteen de brandweer voor de deur.” Als collega's ontdekken dat hij in zijn vrije tijd rookt, krijgt hij regelmatig de wind van voren. Van Slooten: “Dan zeggen ze bijvoorbeeld: ‘Je bent gek.’ Of: ‘Dát had ik niet van jou verwacht.’ Tja, dat is natuurlijk niet leuk om te horen.”

Het Ruwaard van Putten Ziekenhuis in Spijkenisse zorgde in juni voor commotie in de media, door per 1 juli een algeheel rookverbod op het ziekenhuisterrein af te kondigen. Zelfs in auto's op het parkeerterrein mogen patiënten, bezoekers en medewerkers dus niet meer roken. Het woord ‘betutteling’ viel herhaaldelijk. “Het is vooral een signaal naar onze medewerkers. Roken doe je op ons terrein vanaf nu niet meer, óók niet in je eigen auto,” vertelt Lettie van Atteveld, bestuursvoorzitter van het ziekenhuis.

Tot nu toe had het Ruwaard van Putten Ziekenhuis een afgesloten rookruimte voor patiënten. Voor het personeel was er net buiten het ziekenhuis een rook-abri. Maar volgens Van Atteveld kwamen er steeds vaker klachten van bezoekers die door een rookgordijn van medewerkers moesten lopen om in het ziekenhuis te komen.

Patiënten klagen soms ook dat de dokter die hen adviseert te stoppen met roken zelf naar rook ruikt. Van Atteveld: “Daar willen we helemaal vanaf.” Ze vervolgt: “Wij erkennen de keuzevrijheid van ieder mens. Iedereen moet zelf weten of hij rookt, maar een ander mag daar op ons ziekenhuisterrein geen last van hebben.”

Van Atteveld kent nog een enkele rokende arts, maar noemt geen namen. Halverwege de zoektocht naar openhartige rokende artsen rijst de vraag of ziekenhuisbestuurders hun medewerkers wellicht een spreekverbod opleggen. “Absoluut niet,” zegt Van Atteveld. “Als een van onze artsen thuis weleens een sigaretje opsteekt en daar genuanceerd over vertelt, respecteer ik dat. Maar met een rokende arts die zichzelf presenteert als een zwaar verslaafde, ben ik minder blij. Ik toets natuurlijk wel of het imago van het ziekenhuis wordt beschadigd.”

Ton Wurtz rookt enkele sigaren per dag. Hij is voorzitter van de Stichting Rokersbelangen en zit nooit om een stellige uitspraak verlegen. “De antirooklobby van de overheid heeft absurde vormen aangenomen,” zegt Wurtz. “Ook artsen moeten gewoon kun-

nen genieten van een sigaretje. Een tandarts zal toch ook weleens een snoepje eten?”

Wurtz zegt dat hij er begrip voor heeft als een arts hem attendeert op de gezondheidsrisico's van roken, maar alleen als hij op het spreekuur komt voor longklachten of andere aandoeningen die aan roken zijn gerelateerd. “Als ik voor zweetvoeten kom, wil ik niks over roken horen.” Trouwens, een arts die rookt, kan ook een voordeel zijn, zo betoogt Wurtz. Want het stoppen-met-roken-advies van een rokende arts is geloofwaardiger dan dat van een niet-rokende arts. “Lotgenoten begrijpen elkaar beter.”

Misschien dat Wurtz dan ook wel rokende artsen kent, die willen vertellen over hun ervaringen? “Nou, euh... eigenlijk niet. Probeer het eens bij het Sigarengeenootschap Rust & Bedachtzaamheid.” Maar ook dat spoor loopt dood. Een telefoontje naar Sigaerengeenootschap ‘Bernardo’ levert evenmin iets op. Niemand schijnt nog rokende artsen te kennen. Althans, rokende artsen die openhartig over hun ervaringen en worstelingen willen vertellen.

En zo komen we terecht bij longarts (!) Wanda de Kanter (49), die niet helemaal aan ons profiel voldoet, omdat ze inmiddels met roken is gestopt. Dat stoppen heeft alles te maken met een gebeurtenis van twee jaar geleden, toen ze 's nachts in de woonkamer werd betrappt door haar dochter terwijl ze zat te roken. De Kanter: “‘Wat doe jij nou?’ riep mijn dochter. Ze was enorm in mij teleurgesteld. Dat was het laatste zetje dat ik nodig had. Ik ben meteen gestopt.”

Tijdens haar medicijnenstudie rookte De Kanter liefst een pakje per dag. Later stopte ze een paar keer, vanwege zwangerschappen en borstvoeding. “Daarna begon ik ineens weer. Als ik vrienden van vroeger zag die nog wel rookten, rookte ik weer een sporadische sigaret. Ik kon het gewoon niet laten, de rookgewoonte is zéér verslavend. En zien roken, doet roken.”

Toch groeide de worsteling van De Kanter. Als longarts adviseerde ze honderden mensen om te stoppen met roken, maar het lukte haar niet haar eigen advies volledig op te volgen. Ze ging stiekem roken, steeds meer in de privésfeer. “Het werd een beetje gênant. Je merkte ook dat het taboe op roken groeide, zeker onder artsen. Als patiënten mij op de man af vroegen of ik zelf rookte, heb ik er nooit om gelogen. Maar ik ben erg blij dat ik sinds een paar jaar volledig ben gestopt.”

De Kanter vindt dat een rokende arts net zo goed een stopadvies moet geven aan zijn patiënten als een niet-rokende arts. “De boodschap blijft in principe hetzelfde, maar het maakt voor je geloofwaardigheid natuurlijk wél uit of je als arts sporadisch rookt of duidelijk zwaar verslaafd bent. Je ziet trouwens vaak dat artsen die zelf roken wat meer aarzelen om hun patiënten een stopadvies te geven.”

Rokende artsen maken zich volgens De Kanter vaak schuldig aan cognitieve dissonantie. Oftewel: ze proberen recht te praten wat krom is. De Kanter: “De schadelijke effecten vallen wel mee,” is zo'n gedachtekronkel. Intussen overlijden in Nederland jaarlijks zo'n 23.000 mensen aan de gevolgen van roken. Of: ‘Ik kan mezelf goed beheersen, dus ik beperk het tot twee sigaretjes per dag.’ Nog een: ‘Ik ben zoveel creatiever en spiritueler als ik rook!’ Je staat er versteld van hoeveel goed geïnformeerde artsen hier in trappen. Ik was er zelf een van, haha. Het gekke is: je gelooft het op dat

‘Natuurlijk is het beter om niet te roken. Maar als het mijn patiënten niet lukt, kan ik er ook begrip voor opbrengen.’

‘Rokende artsen zijn de beste reclame voor de tabaksindustrie, daar zijn we ons allemaal goed van bewust.’

moment allemaal écht. Nicotine doet rare dingen met mensen.”

Inmiddels is Wanda de Kanter samen met collega-longarts Pauline Dekker (ook ex-roker) een fervent voorvechter van een gezonde leefstijl. Begin juni verscheen hun boek *Nederland stopt! Met roken*. Beginnen zij hun rokende collega's al op de zenuwen te werken met hun kruistocht? De Kanter: “Dat valt erg mee. We gaan niet moralistisch te werk, we benadrukken vooral de voordelen van het niet-roken. Je voelt je fitter, leeft langer et cetera.”

In haar eigen Rode Kruis Ziekenhuis in Beverwijk mag inmiddels nergens meer worden gerookt, maar buiten is nog wel een rook-abri. De Kanter: “Daar zie ik geen artsen staan, maar verpleegkundigen zie ik nog weleens wegduiken in dieabri. Je merkt dat ze zich schamen.” Met die enkele rokende arts die ze nog kent, worden soms wat cynische grapjes uitgewisseld: “Zo zo, jij hebt veel vertrouwen in je eigen chemokuur.”

Artsen zijn net gewone mensen. De Kanter vertelt dat preventie bij de jeugd essentieel is, omdat de meeste rokers – onder wie ook artsen – vóór hun achttiende zijn begonnen en er gewoon moeilijk van afkomen. “Het taboe om er als arts in het openbaar over te praten, wordt inderdaad steeds groter. Rokende artsen zijn de beste reclame voor de tabaksindustrie, daar zijn we ons allemaal goed van bewust. Het raakt je integriteit.”

En dan vertelt ze achteloos dat ze zelfs een ziekenhuisdirecteur kent die nog steeds tijdens het werk op de gang rookt. Interessant natuurlijk. Toch even proberen of die ziekenhuisdirecteur misschien iets wil vertellen. De directiesecretaresse meldt aan de telefoon opgewekt dat ze haar directeur zal vragen binnen een dag een korte telefonische reactie te geven. En toen bleef het stil. |