

Stigma rond roken en longkanker gevaarlijk

LONGEN "Als je rookt krijg je longkanker. Eigen schuld, dikke bult", denken veel mensen dan. Marlene de Regt, directeur van Longkanker Nederland waarschuwt voor de risico's van zo'n stigma.



Marlene de Regt

Directeur patiëntorganisatie Longkanker Nederland

Longkanker wordt vaak pas in een laat stadium ontdekt en heeft mede daardoor een slechte prognose. Marlene de Regt legt uit dat door het stigma rond roken en longkanker, niet-rokers zich onterecht veilig wanen en daardoor te laat hulp zoeken. "Doordat longkanker één op één aan roken wordt gekoppeld, denken niet-rokers dat het aan hun deur voorbijgaat.

Terwijl longkanker ook veroorzaakt kan worden door luchtvervuiling of beroepsgerelateerde blootstelling aan bepaalde stoffen.

Kortom, iedereen die longen heeft kan longkanker krijgen. Vanuit het oogpunt van volksgezondheid is het belangrijk dat dit tussen de oren van mensen doordringt."

Zelfstigma

Een ander gevaar dat aan het stigma kleeft, is dat ook mensen die wel roken of hebben gerookt laat hulp zoeken. Doordat zij een soort zelfstigma hebben ontwikkeld, durven zij de signalen niet onder ogen te zien.

"De meeste rokers zijn zich zeer bewust van de risico's. Ze schamen zich ervoor dat het toch niet gelukt is om te stoppen. Vervolgens gaan ze de confrontatie met de gevolgen ervan uit de weg", aldus de Regt.

Sick of Smoking

Roken is een zeer hardnekkige verslaving en stoppen is zeker niet eenvoudig. Er komt ook steeds meer duidelijkheid over de dubieuze rol van de tabaksindustrie.

De Regt legt uit dat dit inzicht enorm bijdraagt aan het verminderen van het stigma. "Het doel van de tabaksindustrie is om zoveel mogelijk mensen aan het roken te helpen en te houden.

Zij hebben daarom stoffen aan sigaretten toegevoegd om deze nog aantrekkelijker en verslavender te maken. Zeer kwalijk natuurlijk. Daarom zijn wij als patiëntenorganisatie ook zo blij met de beweging 'Sick of Smoking', die de krachten bundelt om gezamenlijk de strijd met de tabaksindustrie aan te gaan."

"Het doel van de tabaksindustrie is om zoveel mogelijk mensen aan het roken te helpen en te houden"

De meeste mensen die nu longkanker krijgen zijn ouder dan vijftig jaar. Zij zijn ooit begonnen met roken toen nog niet zo bekend was hoe slecht het voor je is.

De Regt kan zich nog goed herinneren hoe dat ging. "De huisarts stak gewoon in de spreekkamer een sigaret op en docenten rookten voor de klas.

Dat was heel normaal. En ja, dan raak je verslaafd en lukt het je niet om te stoppen. Deze mensen met de vinger nawijzen heeft geen zin. We moeten er juist voor ze zijn en ze ondersteunen om alsnog van die verslaving af te komen."

Stigma bestrijden door kennis

Naarmate mensen meer kennis krijgen over roken en verslaving wordt ook het stigma kleiner. "Wij hebben weleens een onderzoekje gedaan op een landelijke voorlichtingsdag.

Voordat bezoekers de zaal binnengingen kregen ze de vraag of ze vonden dat als een roker longkanker krijgt, dit zijn eigen schuld was.

Meer dan vijftig procent gaf aan het hiermee eens te zijn. Nadat ze meer informatie hadden gekregen over rookverslaving en andere oorzaken van longkanker daalde dit aantal tot minder dan dertig procent", aldus de Regt.

Sterfbed

Dat het 'eigen schuld-stigma' rond roken en longkanker ver gaat, blijkt wel uit het zelfstigma dat longkankerpatiënten soms zelfs op hun sterfbed nog hebben.

"Het is pijnlijk als je ziet dat de schaamte, het schuldgevoel en de verwijtende houding van de buitenwereld een goed afscheid in de weg zitten", aldus de Regt.

"Een deel van de patiënten wordt depressief of trekt zich volledig terug"

Een deel van de patiënten wordt depressief of trekt zich volledig terug. "Om hier iets aan te doen hebben wij de lesmodule 'Schuld en Schaamte bij Longkanker' laten ontwikkelen.

Hiermee bieden wij verpleegkundigen de vaardigheden om het onderwerp op een neutrale manier bespreekbaar te maken, om zo wat verlichting te brengen."

Dan had je maar moeten stoppen

Uiteraard realiseert de Regt zich dat roken de grootste veroorzaker van longkanker is. 85 procent van de mensen met longkanker rookt of heeft gerookt.

Voor een groot deel van deze groep is het ontstaan van de ziekte daarmee geassocieerd. "Roken is gewoon heel slecht voor je.

We moeten daarom echt alles op alles zetten om te voorkomen dat jongeren gaan roken. Waar het mij daarnaast om gaat is het nuanceren van de beperkte gedachtegang dat alleen rokers longkanker krijgen, en dat het je eigen schuld is als je als roker longkanker krijgt, want dan had je maar moeten stoppen. Dit vooroordeel moeten we doorbreken."

Elk jaar krijgen in Nederland ruim 12.000 mensen de diagnose longkanker. Van alle mensen die aan kanker overlijden, sterven de meeste mensen aan de gevolgen van longkanker. Longkanker Nederland is de patiëntenorganisatie voor iedereen die bij longkanker betrokken is. Voorlichting, belangenbehartiging en lotgenotencontact zijn onze kernactiviteiten. www.longkankernederland.nl algemeen nummer 06 1185 6382

Feiten en cijfers over longkanker



12.500 mensen per jaar krijgen longkanker. Waarvan **7000 mannen** en **5500 vrouwen**.

Ongeveer

5%

van alle patiënten met longkanker heeft een zeldzame vorm van longkanker die behandeld kan worden met nieuwe medicijnen.



Deze zeldzame vormen zijn o.a. **EGFR** en **ALK**. Bij **375 mensen** per jaar wordt **EGFR** geconstateerd en bij **95 mensen** wordt **ALK** geconstateerd.

EGFR: Epidermale Groei Factor Receptor | ALK: Anaplastic Lymphoma Kinase

05-2017 SUSAN CLOESMEYER, nl.redactie@mediaplanet.com

Campagne Lucht & Longen mei 2017. Uitgave verspreid via Telegraaf en op www.mijn-lichaam.com.