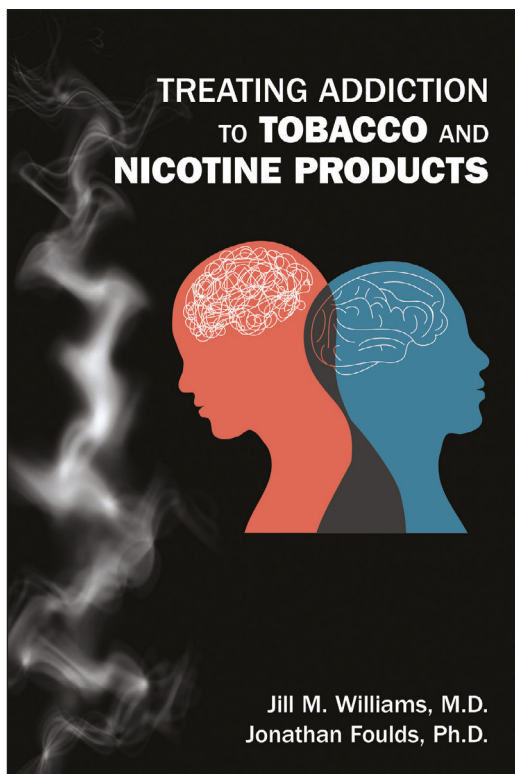


Treating addiction to tobacco and nicotine products

Jill M. Williams, Jonathan Foulds



Van Williams en Foulds verscheen dit handzame boek over roken en nicotineverslaving, vol nuttige feiten en aanbevelingen voor de drukke clinicus. Het boek opent met de afname van het aantal klassieke rokers en schenkt terecht veel aandacht aan het continuüm van risico's van allerlei nicotineproducten.

Een belangrijke les uit dit boek is: vraag naar iedere vorm van nicotinegebruik en niet alleen naar roken. Zo liet een jongere mij laatst zien dat de nicotinezakjes die hij gebruikte 30 mg nicotine per zakje bevatten en hij omgerekend een nicotine-equivalent

van bijna 4 pakjes sigaretten per dag binnenkreeg. Hierbij ervoer hij logischerwijs, maar zonder het zich te realiseren, misselijkheid en hartkloppingen.

Het credo van de auteurs is dat een product zonder tabak weliswaar niet veilig is, maar substantieel lagere gezondheidsrisico's zou hebben in vergelijking met het verbranden van tabak. Deze boodschap had wat mij betreft anders gekund. Er kleven allerlei risico's aan een verslaving aan nicotine, evenals aan de giftige bijproducten uit de alternatieve toedieningen. Daarnaast is de overstap naar nicotineproducten met tabak laagdrempelig. Volgens mij blijft het kiezen tussen twee kwaden en

moeten we verbrandingsvrije nicotine als een verslavingsproduct met duidelijke gezondheidsrisico's beschouwen. Met deze boodschap wordt nicotine hopelijk niet positiever gezien dan het is.

In het boek wordt terecht benadrukt dat rokers in kwetsbare populaties, oftewel met andere psychische kwetsbaarheden, meer aandacht verdienen en dat vertaalt zich in een apart hoofdstuk. Helaas is de geciteerde literatuur wat verouderd en ligt de focus voornamelijk op sigaretten. Het was informatiever geweest om te benoemen dat tabaksversla-

ving deels verandert naar vape- en nicotineverslaving en dat de relatie met mentale klachten nog moet worden onderzocht.

Het hoofdstuk over nicotineverslaving is nuttig want het maakt goed inzichtelijk hoe snelle en langdurige afhankelijkheid ontstaat op basis van biologische effecten. Verder is er een hoofdstuk met een verzameling van handzame instrumenten of biochemische bepalingen om afhankelijkheid te meten. In een ander hoofdstuk worden praktische adviezen gegeven over gedragsinterventies, individueel en in groepen.

Kortom, na het lezen van dit boek over roken en nicotine weet je genoeg om in de praktijk uit de voeten te kunnen. Daarnaast is het zeer gemakkelijk te gebruiken als opzoek- en naslagwerk voor iedereen die (in)direct te maken heeft met roken of nicotine. In de gezondheidszorg is dat helaas bijna iedere professional.

Jentien Vermeulen, psychiater en onderzoeker, Amsterdam



Washington, American Psychiatric Association Publishing, 2025
284 pagina's,
ISBN 978-16-153-7468-7
\$ 66,-