

# Roken aan banden in verslavingskliniek

Een verslavingskliniek waar je niet mag roken. Het klinkt zo logisch, maar Bolsterburen in Heerenveen loopt landelijk voorop. De rest volgt spoedig.



GOOS BIES

**O**p de ruit van kliniek Bolsterburen staat het duidelijk aangegeven: Rookvrij. 'U bevindt zich hier in een rookvrije zone. Roken is hier niet toegestaan'. „Eigenlijk is het raar dat wij als verslavingsklinieken er lang niet aan hebben gedacht ook de verslaving aan roken aan banden te leggen”, mijmert teamleider Jeroen Hinneman. De verslavingskliniek faciliteerde het roken zelfs. „Op de afdeling stond altijd een noodpot shag.”

Allerhande argumenten werden aangedragen. Roken is het enige dat de mensen nog hebben, een sociaal smeermiddel, het brengt rust, somt Hinneman op. „Er werd meer agressie verwacht als de cliënten niet mogen roken. Maar het is net andersom, het geeft juist veel meer rust op de afdeling. Een gemiddelde roker ontwent twintig keer per dag, stress krijgt die omdat hij geen nicotine krijgt. Dat ben je kwijt, en ook alle onderbrekingen van je programma voor al die rookmomenten.”

De tijden en inzichten zijn veranderd en gaan momenteel behoorlijk hard. Bolsterburen is sinds 1 juli rookvrij, als eerste verslavingskliniek in Nederland. De andere klinieken worden dat uiterlijk 1 januari 2019, zo is in een convenant afgesproken. Roken heeft invloed op an-

dere verslavingen, op het effect van medicijnen, het is voor verslaafden net als voor anderen alleen maar beter om ook te stoppen met roken, blijkt volgens Hinneman uit alle onderzoeken. „Als je stopt met cannabis, en je blijft roken, dan is het niet een kwestie van óf je weer begint met blowen, maar wanneer.”

Het uitvoeren van een rookverbod verloopt veel soepeler dan vooraf was verwacht. Cliënten, van wie negen op de tien rookten, krijgen een rookvrije behandeling. Ze komen in Heerenveen voor een andere behandeling, om af te kicken van een verslaving aan alcohol, cannabis, harddrugs, ghb en af en toe ook van gokken of seks. Stoppen met tabak krijgen ze erbij. „Best een groot deel grijpt die kans aan. 80 procent

**Tot voor kort stond op de afdeling altijd een noodpot shag**

van de rokers wil stoppen, dus dat is ook niet zo vreemd. We begeleiden ze net als met andere middelen: met therapie, tabletten en pleisters. En dat werkt.”

Guus Woudstra (niet zijn echte naam) beaamt dat. De 46-jarige Sneker is maandag gearriveerd voor een detox-behandeling. In vijf tot tien dagen moet zijn lichaam ontwenen van alcohol en cannabis. Dat hij nu ook niet meer mag roken, vindt

hij „heel positief”. „Drie in één klap. Roken nodigt uit andere dingen te doen, zoals bier drinken”, zegt Woudstra, die dertig jaar heeft gerookt en naar eigen zeggen eerder „nooit langer dan een nacht” gestopt is met roken.

Niet alleen de cliënten, ook het rokende personeel moet tijdens werktijd stoppen en krijgt dezelfde ondersteuning aangeboden. In Bolsterburen – een kliniek van Verslavingszorg Noord Nederland die sinds ruim een jaar in Heerenveen zit, en eerder aan de Oostergoweg in Leeuwarden was gevestigd – paften minder dan 10 van de 45 werknemers. „Relatief weinig, want in de hele verslavingszorg rookte vorig jaar 30 tot 40 procent van de mensen, best veel”, zegt Hinneman. Van de perso-

neelsleden was er eentje die aanvankelijk stiekem bleef roken, zoals er soms ook cliënten zijn die in het geheim een sigaret opsteken. „Met hen gaan we dan in gesprek.”

De cliënten die echt willen blijven roken kiezen voor een andere kliniek, bijvoorbeeld die in Eelde. Dat kan niet lang meer, want vanaf 1 april is ook die instelling rookvrij. Vooralsnog is het afkomen van een rookverslaving een bijvangst voor de mensen die zich laten behandelen in een kliniek. „Opname voor tabaksverslaving mag nog niet van de wetgever”, legt Hinneman uit. „Gek eigenlijk, want nicotine is net zo verslavend als heroïne. Roken leidt tot 20.000 doden per jaar. Het is doodsoorzaak nummer één die te voorkomen is.”

Teamleider Jeroen Hinneman (links) en cliënt Guus Woudstra (rechte naam) in het voormalige rookhok van verslavingskliniek Bolsterburen. De rookvrije zitgelegenheid doet nu dienst als opslag van tuingereedschap. FOTO ALEX DE HAAN