

7.1 TABAK

7.1.1 HISTORIEK.

Volgens botanische en historische gegevens is de tabaksplant afkomstig uit Amerika. Daar werd de plant door de indianenstammen gebruikt voor ceremoniële, sacrale en medische doeleinden. Het was voor hen ook een middel om met hun goden in contact te komen.

Toen Columbus in 1492 Amerika ontdekte kwam hij in contact met tabak. Door de ontdekkingsreizen kwam tabak in Europa terecht.

In 1559 was de Franse ambassadeur in Portugal, Jean Nicot, geïnteresseerd in de medische werking van tabak. Hij beschreef de geneeskracht ervan bij steenpuisten en open wonden. In 1565 werd de tabaksplant nicotine genoemd.

Rond 1590 werd het pijproken populair. In Amerika werden door de kolonisten tabaksplantages aangelegd. De Nederlanders, vooral onder Peter Stuyvesant, verdienden daaraan een mooie cent. Het tabaksgebruik groeide zienderogen in Europa. Het gebruik stootte echter op weerstand. Hoewel Lodelijk XIV de tabaksverkoop verbood en Paus Urbanus VIII de gebruikers excommuniceerde, werd in de meeste Europese landen tabak op een milde wijze bestreden.

In de 18de eeuw werd het snuiven van tabak geïntroduceerd. In de Verenigde Staten van Amerika ging men tabak pruimen en dit later ook in onze streken. Vervolgens werden de sigaren geproduceerd en midden de 19de eeuw was dit het geval voor sigaretten. Intussentijd is het gebruik van tabak wereldwijd verspreid geraakt.

7.1.2 VOORKOMEN.

Tabak wordt verkregen door het versnijden van de gedroogde tabaksbladeren. Er bestaan verschillende variëteiten. Tabak komt voor onder verschillende vormen zoals de fijne snuiftabak, pruimtabak om op te kauwen, grove tabak om in pijpen te roken, fijnere gesneden tabak om te rollen in sigarettenvorm, commerciële sigaretten, sigaren. Soms wordt bij de tabak een andere stof vermengd als smaakmaker (bv. menthol). Het actieve bestanddeel nicotine is in pure vorm een olieachtige vloeistof.

7.1.3 GEBRUIK.

Tabak kan worden gesnoven, gekauwd en gerookt. Het roken is de meest gekende gebruiksvorm. Het gebruik ervan is wereldwijd verspreid. Tabak kent een zwaar misbruik bij zowel mannen, vrouwen als jongeren.

Het wordt ook vaak gebruikt in een sociale context, om de gezelligheid te bevorderen. Hoewel tabak een legaal middel is, zijn er toch enkele beperkingen in het gebruik. Zo zijn er met het Koninklijk Besluit (KB) van 1987 heel wat openbare plaatsen waar niet mag gerookt worden.

Met het KB van 10/04/1990 moet volgende tekst op de verpakking van tabakswaaren staan :

"Tabak kan ernstige schade aan de gezondheid veroorzaken".

De wet van 10/12/1997 die pas in werking trad op 01/01/1999 regelt het verbod op de reclame voor tabaksprodukten.

7.1.4 EFFECTEN.

Tabak is een stimulerend middel. Bij het inhaleren van de tabaksrook bereikt de nicotine in ongeveer 7 seconden de hersenen. De stof verantwoordelijk voor de effecten is de nicotine. De werkingsduur is ongeveer een half uur tot twee uur. Bij het gebruik treden volgende effecten op :

- Snellere hartslag;
- Verhoogde bloeddruk;
- Snellere ademhaling;
- Duizeligheid bij beginners;
- Soms misselijkheid bij beginners;
- Verminderde eetlust;
- De bloedvaten trekken samen waarbij een bleke gelaatskleur kan voorkomen en waarbij
- Handen en voeten koud aanvoelen;
- De maagzuurproductie neemt toe;
- De urineproductie wordt verlaagd.

7.1.5 DE ONTHOUDINGSVERSCIJNSELEN.

Het is pas bij voortgezet gebruik dat men het ontspannend effect ervaart. Bij voortgezet gebruik ontwikkelt er zich een tolerantie ten opzichte van de nicotine. Er ontstaat een geestelijke en eerdere geringe lichamelijke afhankelijkheid. De onthoudingsverschijnselen zijn niet erg. Een regelmatig gebruiker die stopt kan volgende gevoelens ervaren:

- Rusteloosheid;
- Duizeligheid;
- Prikkelbaarheid;
- Depressief gevoel;
- Verhoogde eetlust;
- Hoofdpijn;
- Concentratiestoornissen.

7.1.6 TABAK IS SCHADELIJK VOOR DE GEZONDHEID.

In tabak steken meer dan 1000 verschillende stoffen die bij verbranding vrijkomen. De belangrijkste zijn koolstofmonoxide (CO), teer en nicotine. Andere zijn acroleïne, stikstof-oxide, waterstofsulfide, ...

- Door het gebruik van tabak kunnen heel wat ziekten optreden :
- Het aantal verkoudheden bij rokers is groter dan bij niet-rokers.
- Hart- en vaatziekten - hartaanvallen - longkanker.
- Ook kanker aan keel - mond - blaas en nieren.
- Er is een uitgesproken vermindering van het uithoudingsvermogen.
- Verstoring van de spijsvertering.
- Zwangere vrouwen die roken kunnen schade veroorzaken aan hun ongeboren kind. De groei van de foetus wordt vertraagd en de baby's hebben bij de geboorte doorgaans een lager gewicht dan baby's van niet-rokers.
- De kans op een miskraam, premature geboorte, doodgeboren kind of sterfte van het kind na de geboorte, is veel hoger bij vrouwen die roken tijdens de zwangerschap. Ook bij borstvoeding worden via de moedermelk schadelijke stoffen doorgegeven aan de baby.