

# IEDER MENS IS UNIEK, ELKE TUMOR

Sinds kort weten we dat in de kern  
hetzelfde is. Elke tumor blijkt name  
Voor het eerst in de geschiedenis kunne  
kankercel de specifieke genetische veran  
die bepalen hoe een tumor zich gedraag  
Dankzij deze doorbraak zijn onze onder  
toekomst steeds beter in staat om nieu  
behandelingen aan patiënten te geven



**Naam:** Wanda de Kanter (meisjesnaam Koppenol) **Geboren:** 1959

**Eindexamen Maerlant:** vwo 1977

**Bijzonderheden:** Beijvert zich voor strafrechtelijke en wettelijke maatregelen tegen de tabaksindustrie. Zij schreef samen met Pauline Dekker de bestseller 'Nederland stopt! Met roken'. Longarts in het kankerinstituut Antoni van Leeuwenhoek te Amsterdam. 'Vrouw in de Media' in 2014 en 2015. Voorzitter Stichting Rook Preventie Jeugd.

# Je sigaretten of je leven!

Ze was een meisje uit de tropen, opgegroeid in Brunei, was thuis in Afrika met vakanties in het Midden-Oosten. Maar als Shell-kind was ze ook een kostschoolmeisje, dat vanaf haar twaalfde een beetje alleen op de wereld was in het Haagse Renswoudehuis. Veel meer dan op het Maerlant was dát de plek waar het gebeurde. Op school was het leven rimpelloos, bevestigen ook de dossiers in het Maerlant-archief. Na haar eindexamen begon ze aan een medische carrière met als specialisatie longziekten. Terwijl ze zelf rookte. Een dramatische confrontatie met haar dochter, jaren later, betekende een omslag in haar werk als arts. Nederland kent haar inmiddels als de grote voorvechter van een rookvrije wereld, ontembaar en onstuitbaar. Sigaretten moeten uit onze maatschappij worden verbannen! Om in wilertermen te spreken: Wanda de Kanter is de strijdlustigste renner van het peloton.

*Uit het schooldossier rijst het beeld op van een leerling die keurig in de pas liep, vrijwel nooit straf kreeg. Klopt dat?*

“Ik denk het wel, er was een jaar dat ik wat meer onvoldoendes haalde, maar school was voor mij niet de plek waar het gebeurde, dat was kostschool, het Renswoudehuis. Als ik dingen deed die ik niet mocht, roken, dan was het daar.

Ik heb er geen slechte herinneringen aan, je had door de afwezigheid van je ouders ook meer vrijheid. In zekere zin was het ook wel een merkwaardige tijd. Omdat het Renswoudehuis toen, begin jaren zeventig, ook nog de rol van weeshuis vervulde, zaten daar kinderen met een heel verschillende achtergrond. Ik vond dat heel naar voor de wezen die er woonden omdat zij geen of nog maar één ouder hadden en werden geconfronteerd met al die rijkeluijskinderen. Zo voelden we ons niet, maar in hun ogen waren we dat misschien wel? We hadden veel meer dan zij en in de schoolvakanties vlogen we naar het andere eind van de wereld. Ik heb een keer aan een jongen gevraagd of dat niet vervelend was. Hij dacht daar heel anders over; hij was zielsgelukkig dat hij op het Renswoude was beland met al zijn gezelligheid en vrienden om zich heen. Dat hij ons naar Schiphol bracht, vond hij geen enkel punt. Maar in mijn ogen was die hele situatie wél onrechtvaardig.”

### *Hoe zag je in die tijd de toekomst?*

“Toen ik elf was, wilde ik dokter worden of schrijver, en nog steeds lijkt journalistiek mij waanzinnig leuk. Het heeft nog altijd iets romantisch, het is wel jammer dat zelfs de grote kranten steeds minder geld hebben voor onderzoeksjournalistiek. Het echt op pad gaan voor een onderwerp is heel belangrijk, je kunt heel veel onderzoek doen op internet, googelen, gegevens samenvoegen, maar pas als je eropuit gaat, kom je in contact met de werkelijkheid. De media zijn in onze campagne tegen de tabaksindustrie mijn grote sparringpartner, dankzij hen ben ik tweemaal ‘Vrouw in de media’ geworden. Wij hadden helemaal geen geld voor campagnes, wel financiering van het KWF voor journalisten van ‘Tabaknee’ en het maken van de film ‘De vervangers’. Door journalisten werd bekend waar wij voor stonden. Ook door de sociale media hebben we veel bereikt. Als Youp van ’t Hek een bericht van ons deelt, lezen honderdduizenden mensen dat. Ik weet dat als ik dát bericht twittert, het NOS Journaal het meteen oppikt.”

*Nog even terug naar het begin, rookte je al toen je op het Renswoudehuis zat?*

“Daar is het begonnen, het mocht natuurlijk niet. Toen ik een keer werd betrapt, moest ik in een aparte ruimte Black Beauty gaan zitten roken tot ik er doodziek van werd. Dat is de zwaarste shag die er bestaat, maar dat hielp ook niets. Ik was al vroeg verslaafd.”

*Wel een merkwaardige aanpak.*

“Er werden daar rare strafjes uitgedeeld. Ik weet nog dat ik op een keer met een tandenborstel alle kiezelsteentjes op het pad moest schoonpoetsen. Dat was inderdaad vreemd. Na mijn vertrek is er nog eenmaal een reünie gehouden. Ik vind het ontzettend jammer dat het niet vaker is gebeurd, want voor ons was het een belangrijke tijd. Het Renswoudehuis was de plek waar we een belangrijk deel van onze jeugd doorbrachten. Zeker voor de weeskinderen, die het internaat als enige thuis hadden, zou de directeur van zo’n tent de verplichting op zich moeten nemen om geregeld een reünie te organiseren.”

*Als je gewoon bij je ouders had gewoond, zou je dan ook al zo vroeg zijn gaan roken?*

“Ze zouden er zeker tegen hebben opgetreden. Toen mijn ouders op mijn zestiende terugkwamen naar Nederland, beloofden ze me geld als ik tot mijn achttiende niet zou gaan roken. Ik heb ze toen verteld, dat ik het geld wel wilde hebben, maar roken, dat deed ik al. Ik was al verslaafd, maar mijn ouders en ik wisten niet wat dat was. Die term speelde helemaal niet.”

*Je bent na je eindexamen dat 11-jarige meisje trouw gebleven, want je ging in Leiden geneeskunde studeren. Hoe was dat?*

“Spannend, heel anders dan tegenwoordig. De meeste ziekenhuizen hebben nu eerstehulpartsen en intensivisten<sup>1</sup>, maar in mijn tijd bestond dat nog niet. Wij deden heel veel: de eerste hulp, de intensive care, het vaststellen van de dood. Ik zie het nog zo voor me: ECG's<sup>2</sup> maken en beoordelen, je rent van hot naar haar, je wordt de hele tijd gepiept, alles is donker, je moest mensen kunnen reanimeren. Aan de ene kant was het doodeng en aan de andere kant woest spannend, in elk geval heb ik er heel veel van geleerd. Op zich is het merkwaardig dat arts-assistenten zoveel voor hun kiezen krijgen in de nacht – in kleinere ziekenhuizen is dat misschien nog steeds zo – want 's nacht komen de ernstigste gevallen binnen. Dat zijn patiënten bij wie de behandeling niet kan wachten tot de volgende dag.”

*Het verbaasde me dat je zelf nog steeds rookte toen je al longarts was, dan moet je toch al met eigen ogen de longen van rokers hebben gezien?*

“Ik heb misschien wel duizend mensen zien doodgaan aan roken, aan longkanker, aan hartfalen of aan longfalen. Dat is immens, niet alleen het doodgaan heb ik gezien, ook het lijden. Poliklinieken van twintig, dertig patiënten die allemaal ziek zijn geworden door het roken, die op hun zestigste geen meer op kunnen, die niet meer kunnen fietsen door COPD<sup>3</sup>. Ik heb dat allemaal gezien, maar dat helpt niet. Als je echt verslaafd bent, maak je de waarheid weg. Je wilt roken, punt. Dat andere mensen longkanker krijgen of COPD interesseert je – als het om jezelf gaat – niet. Stoppen is ongelooflijk moeilijk, nicotine in sigaretvorm is net zo verslavend als cocaïne en heroïne. Van de honderd mensen die willen stoppen met roken is na een jaar 95 procent teruggevallen. Het is een heel hardnekkige verslaving, mensen doen vaak zes tot zeven pogingen voordat het een keer lukt.”

---

1 Een *intensivist* is een medisch specialist die zich verder gespecialiseerd heeft in het behandelen van patiënten op een intensive care. Verreweg de meeste intensivisten in Nederland zijn tevens internist of anesthesioloog.

2 Elektrocardiogram, in de volksmond hartfilmpje genoemd.

3 COPD staat voor Chronic Obstructive Pulmonary Disease (Chronische Obstructieve Longziekte), De luchtwegen zijn blijvend vernauwd en werken steeds minder goed. Roken is bijna altijd de oorzaak.

### *Werk het anders dan drankverslaving?*

“Ja, nicotine is veel verslavender, het is niet te vergelijken. Bijna iedereen die rookt, is verslaafd, maar van alle mensen die in Nederland drinken, geldt dat maar voor een relatief kleine groep. Er gaan ruim 20.000 mensen per jaar dood aan roken, alcohol kost 1500 mensen per jaar het leven, terwijl veel meer mensen in Nederland drinken dan roken. Tabak werkt ook aanzienlijk sneller. De weg die alcohol aflegt, is veel langer. Het gaat eerst door je maag, het moet worden opgenomen in het bloed, het gaat door de lever en pas dan komt het in de hersenen. Nicotine is door het inhaleren binnen zeven seconden in het beloningscentrum van je brein. Langs elk longblaasje loopt een bloedvatje dat naar een slagader leidt die naar de hersenen gaat. Dat is de allergrootste verslavende factor.

Hoe sneller je na de sigaret wordt beloond, de kick, hoe verslavender het is; de tabaksindustrie heeft er alles aan gedaan om dat proces te versnellen.”

“De ruwe tabak van vroeger kon je niet inhaleren. Daarom hebben ze de tabak eerst gerookt en vervolgens zijn er stoffen in gestopt als suiker, hoestdempers, honing en middelen om de luchtwegen te verwijden; de toevoeging van ammoniak heeft ervoor gezorgd dat de nicotine nog sneller naar het brein gaat. En waarom is dat zo belangrijk? Omdat er zo een Pavlov-effect ontstaat. Als jij stopt, gaan er overal belletjes rinkelen waardoor je terugvalt. Je denkt: op de koffie? Een sigaretje erbij. Boos? Een sigaretje helpt. Ongezellig? Roken. Glaasje wijn? Lekker, een sigaretje erbij! De combinatie van drank en roken maakt het nog verslavender. Tachtig procent van de alcoholisten rookt. Tabak is echt de moeder van alle verslavingen, maar te weinig mensen zien dat, omdat we het allemaal normaal vinden. Je weet het, ‘een tevreden roker is geen onruststoker’ en we kunnen nog steeds op elke straathoek voor een paar euro een pakje kopen, dankzij de uitgebreide tabakslobby die in de haarvaten van de Nederlandse samenleving zit. Het verraderlijke is dat de meeste mensen niet meteen last krijgen van roken, de ellende begint pas na twintig jaar. Dát is de grote winst voor de tabaksindustrie. Als al die mensen acuut dood zouden vallen, ja, dan zou iedereen wel inzien dat je zo niet verder kunt gaan.”

### *Mensen bang maken helpt dus niet om rokers te laten stoppen?*

“Hoe je reageert op verslaving verschilt per individu. Uiteindelijk kan iedereen stoppen, maar vaak is het al te laat. Ik heb het ook meegemaakt dat mensen om me heen kwamen staan als we na een gezellig etentje buiten stonden te roken.

‘Jij bent longarts en je rookt, hoe kan dat nou?’

‘Hoezo is dat raar? Je weet toch zelf ook dat het schadelijk is?’

Ik gebruikte alle uitvluchten en gedachtekronkels die ik andere verslaafden ook hoorde zeggen. ‘Je moet toch érgens aan doodgaan.’ Je gaat rare dingen doen om maar door te kunnen gaan. Je hebt geen geld en toch ga je sigaretten halen. Je weet dat roken niet mag in het ziekenhuis en toch ga je het stiekem doen.”

### *Hoe kun je kinderen benaderen om ze van roken af te houden?*

“Door ze sterker te laten staan tegenover groepsdruk, want ze willen erbij horen. Dat is van alle tijden. Kinderen zijn wel tegen onrechtvaardigheid. Ik kan goed de vuiligheid van de tabaksindustrie laten zien; hoe ze marketen en kinderen pakken. Je kunt jongeren boos maken als je ze geheime documenten laat lezen waarin ze *replacement smokers* worden genoemd, de vervangertjes. ‘If they got lips, we want them’. Je kunt laten zien dat fabrikanten stofjes in sigaretten doen die geen ander doel hebben dan jou verslaafd maken.”

### *Mensen stoppen pas als het te laat is, vertel je. Wanneer is het te laat?*

“Als je longinhoud is gehalveerd en je geen trap meer op kunt als je vijftig bent. Mensen die door het roken een longtransplantatie nodig hebben; dat wil zeggen dat je niets meer kunt, alleen nog in bed liggen. Je komt pas voor transplantatie in aanmerking als je een halfjaar niet hebt gerookt. Die mensen krijgen nieuwe longen van iemand die dood is en toch gaan sommigen weer roken. Dan kun je heel boos worden, maar ze zijn gewoon heel erg verslaafd.”

*Je eigen dochter heeft je hard met je verslaving geconfronteerd. Je rookt! Dat betekent dat je maar heel kort mijn moeder wilt zijn!, luidde haar verwijt. Sindsdien rook je niet meer, is het echt over?*

“Toen ik aan ons boek ‘Nederland stopt! Met roken’ begon, heb ik me enorm verdiept in alles wat met roken te maken heeft. Ik heb in Engeland met de grootste wetenschappers op dat gebied gesproken, want ik wilde dat alles in ons boek wetenschappelijk zou kloppen, ook dokters moesten het ermee eens zijn. Toen ik daarmee bezig was, ben ik ook gaan inzien hoe onwaarschijnlijk verslaafd ik zelf was. Ik denk niet dat het verstandig zou zijn om ooit nog maar één keer een sigaretje op te steken. Toen ik aan het schrijven was, stuurden mensen me vanuit het buitenland weleens pakjes sigaretten vanwege de vieze plaatjes die daar als waarschuwing al op stonden. Dan hield ik meteen de sigaretten onder de kraan. Ik denk weleens, stel je voor dat ik alleen op een onbewoond eiland zat, misschien dat ik dan toch weer stiekem zou gaan roken.”

*Na dit gesprek ga je naar het Binnenhof om ook de politiek te overtuigen van de noodzaak om sigaretten uit te bannen.*

“Met name bij de VVD ligt het moeilijk, daar vinden ze de vrije keuze cruciaal. Ik kom zelf ook uit een VVD-omgeving, dus die vrije keuze vind ik ook zeer belangrijk, maar roken heeft niets met vrijheid te maken. Het is een verslaving, ik heb daarom nooit rokers het idee willen geven dat zij het fout doen. Mensen worden daar boos over. ‘Ze doen het toch zelf!’ Maar wat weten die mensen er dan van? Als je veertig jaar bent en je hebt twee hartaanvallen gehad, je kunt geen trap meer op, denk je dan dat het een vrije keus is? Er zijn mensen die beroertes hebben gehad, met afgezette benen door het leven gaan en toch roken ze door. Het lastige is dat politici – hoogopgeleide mensen – weinig rokers om zich heen zien, omdat er juist in de lagere sociale klassen veel meer wordt gerookt.”



### *Maar wat dan wel?*

“Maak het roken onzichtbaar, zorg dat het verdwijnt. Weet je wat de tabaksindustrie heeft gedaan om zo veel mogelijk kinderen aan het roken te krijgen? Ze zijn in de jaren zestig de scholen afgegaan om te zeggen dat roken heel gevaarlijk was, dat was alleen iets voor volwassenen. Vanaf dat moment is het sky-high gegaan. Alles wat je aandacht geeft, groeit. Dat gevaarlijke heeft het aantrekkelijker gemaakt, zo werkt het brein van jongeren. Je kunt allerlei projecten op scholen gaan doen, maar het is dweilen met de kraan open. De politiek moet maatregelen nemen. Kinderen zijn extreem afhankelijk van prijs en beschikbaarheid, maar de prijs van een pakje sigaretten is de afgelopen jaren nauwelijks verhoogd, is nog steeds rond de zes euro. Een uurtje oppassen en je hebt een pakje sigaretten. Beperk de verkooppunten. Je mag niet roken bij een Shell-station, waarom zou je er dan sigaretten verkopen? Bij Albert Heijn was Marlboro in 2016 het best verkochte product. Maak dat onmogelijk. Kinderen bang maken heeft geen zin, ze weten dat het ongezond is, dat je er dood aan kunt gaan, maar de toekomst is voor hen te abstract, te ver weg. *‘Ik wil er nu bij horen, ik wil nu roken.’* Het is te idioot voor woorden, dat kinderen een helm op moeten, veiligheidsgordels moeten dragen, maar iets wat zó verslavend en gevaarlijk is, kun je op elke straathoek krijgen.”

### *Als het om roken en andere gevaren gaat, wordt er met twee maten gemeten?*

“Als je vraagt of het mogelijk zou moeten zijn om sigaretten nu als nieuw product op de markt te brengen, is iedereen daar tegen, maar toch mogen ze sigaretten blijven verkopen. Asbest is illegaal geworden toen duidelijk werd dat je er borstvlieskanker van krijgt, dan gaat het over vijfhonderd doden per jaar. Baarmoederhalskanker, tweehonderd doden per jaar, maar alle meisjes worden gevaccineerd. Waarom pas je dat voortschrijdend inzicht niet toe bij roken met z’n 20.000 doden? Ik ben heel erg voor een rookvrije generatie: kinderen geboren vanaf 2017 zouden geen sigaretten meer mogen kunnen kopen.”

*Je standpunt over roken is duidelijk, maar wat zou je leerlingen nog meer willen meegeven als advies voor hun leven na school?*

“Laat je niet imponeren door andere leerlingen die heel zelfverzekerd zijn over hun keuzes. Ze lijken het precies te weten en hebben alles goed voor elkaar, maar vaak is dat helemaal niet zo. Dat geldt ook voor volwassenen. Niet alles is wat het lijkt. En komt er iets op je af, stel je dan eerst de vraag wat je wel en niet kunt veranderen. Kun je de regen stoppen? Nee, maar je kunt wel een paraplu opsteken, of bij storm je zeilen naar de wind zetten. ‘Mind the gap’, dat is mijn levensmotto.”

*Mind the gap?*

“Ja, dat is een waarschuwing die je ziet en hoort als je in Londen in de Underground stapt: pas op, tussen de wagon en het perron zit een gat. Denk daaraan. Reageer niet te impulsief als er dingen op je afkomen, zodat je niet achteraf zegt, had ik dat maar niet gedaan, had ik die jongen maar niet geslagen, mep niet gelijk terug, geef jezelf de kans om tot tien te tellen. Iedereen is anders en je kunt niet voor de ander denken, maar je kunt je wel afvragen: hoe zit het bij mij? Vraag ook om hulp en kennis, je kunt niet alles weten. Niet te trots zijn, niet denken: ik moet het zelf doen. Je hoeft het niet alleen te doen. Laten we samen zijn, samen werken, delen. Dan kom je altijd verder. Ik denk dat dat het belangrijkste is.”