

# De gevaren van roken **Antwoorden**

1. Noem **twee** schadelijke stoffen die in sigarettenrook voorkomen.

**Elke twee van:**

- **koolmonoxide**
- **nicotine**
- **teer**

**Sta andere stoffen toe die niet in de tekst worden genoemd, zoals benzeen, arseen en formaldehyde.**

2. Noem **twee** ziekten die deel uitmaken van chronische obstructieve longziekte (COPD).

**chronische bronchitis en emfyseem**

3. Leg uit waarom rokers vaak hoesten.

**Teer in sigarettenrook bedekt de trilhaartjes die de luchtpijp en de bronchiën bekleden. Dit voorkomt dat de trilhaartjes slijm uit de longen weg kunnen vegen. Dit zorgt ervoor dat de persoon hoest om te proberen slijm uit de luchtwegen te verwijderen.**

4. Leg uit waarom veel mensen het moeilijk vinden om te stoppen met roken.

**Sigarettenrook bevat nicotine, een verslavende stof.**

**Nicotine stuurt een boodschap naar de hersenen en heeft een kalmerend effect, waardoor de persoon meer wil roken.**

5. Geef **twee** redenen waarom mensen zouden moeten stoppen met roken.

**Elke twee van:**

- **het risico op longziekte/COPD/emfyseem/chronische bronchitis verminderen;**
- **het risico op long-, mond- en keelkanker verminderen;**
- **het risico op hartziekten en hartaanvallen verminderen.**

**Sta andere redenen toe die niet in de tekst worden genoemd, bijvoorbeeld passief roken kan schadelijk zijn voor anderen, sigaretten zijn duur en sigaretten dragen bij aan zwerfafval.**

6. Stel voor wat er kan worden gedaan om mensen voor te lichten over de gevaren van roken.

**De antwoorden van de leerlingen kunnen variëren, maar kunnen ideeën bevatten zoals:**

- **voorlichting op scholen om leerlingen te informeren over de risico's van roken;**
- **posters en folders in dokterspraktijken;**
- **reclame op televisie en billboards.**