

Rook- en Tabakvrye Kampus-inisiatief: Vrae en antwoorde

Vanaf 1 Januarie 2019 word die Fakulteit van Geneeskunde en Gesondheidswetenskappe se Tygerbergkampus 'n 100% rook-en tabakvrye perseel. Hier beantwoord ons 'n paar vrae oor die inisiatief. Volg ook die #FMHShutsteken (hashtag) op sosiale media vir meer inligting.

Waarom word die Tygerbergkampus 'n rook- en tabakvrye kampus?

Ten spyte van openbare gesondheidsveldtogte en verskeie vorms van wetgewing, bly rook steeds die voorste verhoedbare oorsaak van dood wêreldwyd – ook in Suid-Afrika.

Die gebruik van, en blootstelling aan, tabak raak beide die fisiese en geestelike welsyn van individue, en dit verhoog die risiko vir kanker, iskemiese hartsiekte, respiratoriese toestande (insluitende longontsteking, emfiseem, chroniese obstruktiwe pulmonêre siekte en asma), asook beroerte en aortiese aneurisme. Dit verhoog mediese onkoste en verminder produktiwiteit, en rokers sterf gemiddeld 10 jaar vroeër as nie-rokers.

Die rook van tabak en verwante produkte is ook skadelik vir nie-rokers en vir die omgewing. Daar is bewys dat blootstelling aan tweedehandse rook geweldig skadelik is, en baie instansies beweeg daarom in die rigting daarvan om tabakvry te word om sodoende die gesondheid van personeel en besoekers te beskerm. Deur dit te doen, word die gesondheid van alle mense wat op die perseel werk, studeer of besoek aflê gerespekteer en beskerm, wat weer op sy beurt verbeterde produktiwiteit, algemene gesondheid en werksprestasie bevorder.

Navorsing toon dat die implementering van 'n 100% tabakvrye beleid rookverwante gedrag verminder, lugkwaliteit verbeter, besoedeling verminder, en 'n gesonder en meer aantreklike werksplek skep.

Die Fakulteit van Geneeskunde en Gesondheidswetenskappe (FGGW) van die Universiteit Stellenbosch erken 'n verantwoordelikheid aan beide personelede en studente om 'n gesonde, veilige omgewing op kampus te skep. In werklikheid beskou die Fakulteit die gesondheid en welsyn van ons personeel en studente as 'n belangrike deel van ons doel om 'n mens-gesentreerde omgewing te skep waar gesondheid en welsyn bevorder word.

Die aard en kern van die werk wat by die FGGW gedoen word, is boonop daarop gemik om die gesondheid, welsyn en lewenskwaliteit van alle mense te bevorder en te handhaaf. Dit sluit die bevordering van gesonde lewensgewoontes in soos om nie te rook nie, en om nie tabak of ander dwelms te gebruik nie. Die Fakulteit roem homself daarop dat hy 'n goeie voorbeeld stel, en moedig ook personelede en studente aan om op kampus en ook in die groter gemeenskap gesonde gewoontes te bevorder.

Met hierdie oogmerke in gedagte, het die Dekaan se Bestuurspan die besluit geneem, na konsultasie met die Fakulteitsraad, om die kampus 'n rook- en tabakvrye sone te maak vanaf 1 Januarie 2019. 'n Tabakvrye Kampus-komitee is in 2015 in die lewe geroep met die oogmerk om die saak te ondersoek, om voorlopige regulasies op te stel vir 'n Rook- en Tabakvrye Kampus, en om die regulasies voor te lê vir goedkeuring. Hierdie regulasies is in April 2018 deur die Rektor se Bestuurspan goedgekeur.

Die Universiteit Stellenbosch (US) as 'n geheel is ook tans besig om die beleid aangaande tabakgebruik en rook te hersien, en die nasionale konsepwet van die 'Wet op die Beheer van Tabakprodukte en Elektroniese Nikotienleweringstelsels, 2018' is tans oop vir kommentaar.

Internasionale ontwikkelings soos die huidige [Tobacco-Free Campus Initiative](#) in die VSA bied sterk ondersteuning dat dit 'n stap in die regte rigting is, en dat dit in pas is met internasionale tendense.

Is ander universiteitskampusse ook besig om tabakvry te raak?

Dit is in hierdie stadium nie duidelik of daar ander kampusse in Suid-Afrika is wat tabakvry is nie. Ons is beslis een van die eerste kampusse om hierdie roete te volg (indien nie *die* eerste nie).

Internasionaal is daar 'n groeiende neiging vir kampusse om 'n rook- en tabakvrye beleid in te stel. Die Verenigde State van Amerika, in die besonder, is aan die voorpunt van hierdie beweging. In November 2017 was daar minstens 2,082 kampusse in die Verenigde State wat 100% rookvry was.

Van hierdie 2082:

- Is 1,743 (83.7%) 100% tabakvry
- Het 1,658 (79.6%) die gebruik van e-sigarette/elektroniese nikotienleweringstelsels oral op kampus verbied
- Het 854 (41%) spesifiek die gebruik van waterpype (hookahs of hubbly bubblië soos dit in die omgangstaal genoem word) verbied

Hoe pas hierdie regulasies in binne die Suid-Afrikaanse wetlike opset?

In Suid-Afrika het enige inrigting of werksplek die wetlike reg en die gesag om rook te verbied, of om spesifieke rookareas toe te wys, volgens die 'Kennisgewing betreffende die rook van Tabakprodukte in openbare plekke (*Wet no. R975, 2000*)'.

Dit stel duidelik die volgende: "Alle werkgewers, eenaars, huurders of enige persoon in beheer van 'n openbare perseel het die reg om rook heeltemal te verbied in daardie perseel".

Die Wet op die Beheer van Tabakprodukte maak ook voorsiening vir die beskerming van nie-rokers. In 2012 het die Konstitusionele Hof 'n appèl van die hand gewys van British American Tobacco wat die Minister van Gesondheid gedagvaar het. Die maatskappy het aangevoer dat die Wet op die Beheer van Tabakprodukte ongrondwetlik was. Die hof het bevind dat die gevare wat rook inhou veel swaarder weeg as die belange van rokers, en dat Suid-Afrika verplig is om te hou by die Framework Convention on Tobacco Control van die Wêreldgesondheidsorganisasie (WHO).

Die werkgewer (in hierdie geval die US) is onder geen verpligting om die verslawing van die roker aan die dwelm nikotien te fasiliteer nie, net soos wat dit onder geen verpligting is om die verslawing van enigiemand wat aan enigiets anders, soos alkohol of dwelmmiddels verslaaf is, te fasiliteer nie.

Die US se Rookbeleid stel ook duidelik dat rook ten alle tye verbode is in enige spesifieke areas wat die Universiteit in sy diskresie formeel as 'n nie-rook area verklaar het.

Wie sal deur die nuwe regulasies geraak word?

Die nuwe kampusregulasies is van toepassing op alle personelede (permanent, tydelik of ad hoc), studente, kontrakteurs, sub-kontrakteurs en hulle werknemers, verkoopsmense wat op die kampus werksaam is, konsultante, besoekende werkers, vrywilligers, pasiënte, huurders, lede van die publiek en besoekers aan die Fakulteit van Geneeskunde en Gesondheidswetenskappe wat fisies die perseel van die Tygerbergkampus betree, ongeag die rede vir hulle besoek.

Al die bogenoemde partye het 'n verpligting om aan die regulasies te voldoen.

Wat word as 'n tabak-produk beskou, en is daarom verbode op die Tygerbergkampus?

Vanaf 1 Januarie 2019, word die Tygerbergkampus 'n 100% rook-en tabakvrye sone.

Om te "rook" beteken om in te trek, uit te blaas, vas te hou, of op enige manier beheer te hê oor 'n aangesteekte tabakprodukt, of 'n verhitte, maar nie aangesteekte tabakprodukt, wat 'n uitlating van

enige soort ten gevolg het. Dit beteken ook om 'n elektroniese toestel vas te hou of beheer daaroor uit te oefen. Alle vorms van rook word dus op die kampus verbied.

“Tabakprodukt” beteken enige produk wat tabak of 'n ekstrak van tabakblare (soos nikotien) bevat en wat op menslike gebruik gemik is. Die tabakprodukte wat op kampus verbied sal word, sluit die volgende in:

- Sigarette
- Sigaartjies
- Sigare
- Pype
- Waterpype (hookahs, hubbly bubblië, okka-pype)
- Selfgerolde sigarette
- Kreteks ('n sigaret gemaak van 'n mengsel van tabak en naeltjies)
- Rooklose tabak
- Twak
- Pruimtabak
- Snuif
- Elektroniese nikotien en nikotien-vrye leweringstelsels (e-sigarette)
- Enige ander tabakleweringstelsel

Die lys sluit nie enige kos, middels of toestelle in wat nikotien bevat en wat onder die Wet op Medisyne en Verwante Middels van 1965 (Wet Nommer 101 van 1965) ressorteer nie. Die lys sluit dus nie nikotien-plakkers of kougom in nie (die gebruik hiervan word toegelaat).

Waarom word e-sigarette ook ingesluit in die regulasies?

In die afgelope jare het die vlak van gebruik van elektroniese (e-sigarette) sigarette skerp toegeneem, soos wat e-sigarette al hoe gewilder geraak het onder rokers en nie-rokers. Dit sluit jong volwassenes in.

Maar, ten spyte van hulle gewildheid, is e-sigarette nog nie in diepte bestudeer nie. Dit beteken dat ons nog nie die moontlike risiko's wat e-sigarette inhou ten volle begryp nie, en ook nie weet presies hoeveel nikotien of ander potensieel skadelike chemikalieë tydens hulle gebruik ingesam word nie.

Die Fakulteit van Geneeskunde en Gesondheidswetenskappe erken dat dit 'n verantwoordelikheid het teenoor personele en studente om 'n gesonde, veilige en tabakvrye omgewing op kampus te skep, wat die rede is waarom e-sigarette ook ingesluit is in die nuwe Rook- en Tabakvrye Kampusregulasies.

Is daar enige plek op kampus waar ek kan rook of tabakprodukte mag gebruik?

Nee. Daar sal geen toegewysde rookareas op kampus wees nie. Personeel en studente wat wil rook gedurende die tyd wat hulle by die Fakulteit deurbring, sal die kampus moet verlaat om dit te doen.

Navorsing het getoon dat die aanwys van toegewysde rookareas binne 'n rookvrye sone tabakvrye regulasies ondermyn, en dat kampusse wat ten volle rookvry is meer sukses behaal met die nakoming van die regulasies as kampusse waar rook in sekere areas toegelaat word. Daar is bevind dat rookareas en die beperking van rook tot sekere randgebiede nie doeltreffend is of afgedwing kan word nie.

Boonop is rookareas duur om te bou en om te onderhou. In plaas daarvan om hierdie duur toevoegings tot die eiendom te maak, het die Fakulteit befondsing opsy gesit om studente en

personeel te help wat wil ophou rook, of wat toegang wil verkry tot nikotienvervangings terapie. Hierdie dienste is beskikbaar deur Kampusgesondheidsdienste.

Kan ek in my privaatvoertuig rook of tabak gebruik?

Nee. Rook in privaatvoertuie wat op die kampus geparkeer is, is ook verbode onder die beleid. Jy sal nie toegelaat word om te rook in motors wat op strate geparkeer is wat aan die kampus behoort nie, en ook nie in kampus-parkeerareas of kampus-motorhuise nie.

Hoe sal die kampus optree teen personeel of studente wat voortgaan om op die kampus te rook?

Geen personeel of student sal gedwing word om op te hou rook nie, en hulle sal ook nie geviktimizeer word indien hulle wil voortgaan om takakprodukte te gebruik buite die kampus nie.

Daar sal egter van alle werknemers, studente en besoekers aan Tygerbergkampus verwag word om, vanaf 1 Januarie 2019, ten alle tye te voldoen aan die vereistes van die nuwe Rook-en Tabakvrye Regulasies.

Gewone dissiplinêre prosedures sal van toepassing wees op diegene wat nie hou by die regulasies wat in die amptelike beleid van die Universiteit vervat word nie. As iemand gevang sou word wat rook op die Tygerbergkampus, sal die volgende gebeur:

- Hulle sal ingelig of herinner word aan die Rook- en Tabakvrye Regulasies en gevra word om hulleself daarvan te weerhou om te rook ('n eerste waarskuwing).
- As daar nie gehoor gegee word aan die instruksie om op te hou rook nie, of indien die individu dit weer doen, sal 'n tweede mondelinge waarskuwing gegee word en die saak sal aan die relevante personeelbestuurder of studenteliggame gerapporteer word ('n tweede waarskuwing).
- As iemand weer oortree, en dit aan die relevante personeelbestuurder of studenteliggame gerapporteer word, sal dit lei tot 'n geskrewe waarskuwing ('n derde waarskuwing).
- Enige verdere oortredings sal lei tot amptelike dissiplinêre stappe in terme van bestaande dissiplinêre prosesse vir die verontagsaming van enige fakulteitsbeleid of -regulasie. Besoekers sal van die perseel af begelei word en verbied word om enige toekomstige toegang tot die perseel te hê.

As ek sou kies om te rook of tabak te gebruik en ek het nie genoeg tyd om tydelik die kampus te verlaat nie, wat is ek veronderstel om te doen?

Die Fakulteit erken dat rook en tabakgebruik verslawend is, en dat rokers dit dalk moeilik mag vind om op te hou rook.

Om hierdie rede sal Kampusgesondheidsdienste, in samewerking met die Welwees-komitee van die Fakulteit van Geneeskunde en Gesondheidswetenskappe, toepaslike ondersteuning aan personeellede en studente verskaf om hulle te help om op te hou rook, of om deur die dag te kom sonder om sigarette of ander vorme van tabak te gebruik.

Hierdie ondersteuning behels die volgende:

- Konsultasies en opvolgbesoeke by Kampusgesondheidsdienste (Tygerberg-studentesentrum).
- Berading aan individue wat aangedui het dat hulle nie meer wil rook nie.
- Medikasie wat sal help met die individu se poging om op te hou rook, asook nikotienvervangings terapie.

Wat moet ek doen as ek iemand op die kampus sien rook?

Lig die persoon in of herinner hulle aan die Rook- en Tabakvrye Regulasies, en vra hulle om hulleself daarvan te weerhou om te rook.

As daar nie gehoor gegee word aan die instruksie om op te hou rook nie, of as die individu die oortreding herhaal, is dit belangrik om die oortreding by die relevante bestuurs- of studenteliggame aan te meld.

As die persoon byvoorbeeld 'n student is wat woonagtig is in 'n studentekoshuis, word jy aangeraai om die saak by die Huiskomitee aan te meld. As die persoon 'n kollega is, moet die saak by die persoon se bestuurder aangemeld word.

Moet ek ophou om tabak te gebruik?

Nee, niemand sal gedwing word om op te hou rook of tabak te gebruik nie, en hulle sal ook nie geviktimizeer word as hulle wil voortgaan om tabak te gebruik nie.

Daar sal egter van alle werknemers, studente, kontrakteurs en besoekers verwag word om aan die nuwe regulasies gehoor te gee wanneer hulle op 1 Januarie 2019 in werking tree. Niemand sal dus op kampus mag rook of hier tabakprodukte gebruik nie.

Watter bronne is beskikbaar om my te help om op te hou om tabakprodukte te gebruik?

Die Fakulteit erken dat rook en tabakgebruik verslawend is, en dat rokers dit dalk moeilik mag vind om op te hou rook. Ons sal dus seker maak dat hierdie individue toegang het tot ondersteuning.

Personeellede en studente sal toegang hê tot bronne om hulle te help om op te hou rook. Hierdie hulpmiddelle word deur die Fakulteit befonds en sal deur Kampusgesondheidsdienste beskikbaar gestel word.

Vir diegene wat nie gereed is om op te hou rook nie, maar wat sukkel om deur die dag te kom sonder om te rook, is nikotienvervangingsterapie (byvoorbeeld kougom of sproei) gratis beskikbaar (tot en met voorraad hou).

Sal hierdie regulasies die aanstelling van personeel raak?

Nee. Die nuwe regulasies sal nie die aanstelling van personeel raak nie.

Huidige en toekomstige personeellede sal nie oor hulle rookgewoontes uitgevra word nie. Hulle sal ook nie vir tabakgebruik getoets word nie. Geen huidige of toekomstige personeellede of studente sal gedwing word om op te hou rook nie. Hulle sal ook nie geviktimizeer word as hulle sou verkies om voort te gaan om te rook of tabak te gebruik nie.

Daar sal egter van alle personeel en studente verwag word om die regulasies na te kom wanneer hulle op Tygerbergkampus is. Alle voornemende personeellede sal oor die regulasies ingelig word en daar sal verwag word dat hulle dit sal nakom indien hulle deur die Fakulteit in diens geneem word.

Dit bly die toekomstige werknemer se keuse om 'n posisie te aanvaar by 'n Fakulteit wat rook- en tabakvry is. Daar word van personeellede en studente verwag om hulself by die missie en die visie van die Fakulteit te skaar. Die Fakulteit is verbind daartoe om 'n mens-gesentreerde kultuur te skep wat gesondheid en welsyn bevorder.

Het jy hulp nodig om op te hou rook?

Ons wil graag help. Besoek Kampusgesondheidsdienste (Tygerberg-kampus) vir 'n assessering, berading en toegang tot hulpmiddels, insluitende medikasie en/of nikotienvervangingsterapie.

Kampusgesondheidsdienste is op die tweede vloer van die Tygerberg-studentesentrum. Skakel gerus +27 21 938 9590 om 'n afspraak te maak. Kom ons doen dit saam. Kom ons wees tabak-vry!