

Transcript: uitgetypte video (2 min 26 sec).

Wat gebeurt er met je hersenen?

Slide: Hoe wordt een elektronische sigaret gebruikt?

Professor Spijker: hoi, ik ben Sabine Spijker. Ik ben hoogleraar en ik onderzoek de hersenen. Ik ben dus hersenonderzoeker. En dat doe ik met name waar het gaat over het leren en geheugen. En wat voor effecten bepaalde stoffen hebben op je brein, dus op je hersenen. En hoe dat gaat met het functioneren van die hersenen. Wat voor effecten heeft het op leren en geheugen? Maar ook op aandacht en impulsiviteit?

Slide: Jong roken schaadt de hersenen!

Professor Spijker: het punt is dat als je rookt dan gebruik je nicotine. En we weten dat nicotine in jongeren dus niet zo zeer in volwassenen maar vooral in jongeren op langere termijn echt effecten geeft voor die concentratie. Dus bijvoorbeeld, je zit in de klas en je moet een stukje lezen van je juf of meester en dan ben je afgeleid. Dan lees je dat niet. Dan kun je bijvoorbeeld de opdracht die je moest maken niet goed maken. Dus je kunt je voorstellen dat je dan achterloopt met de stof en dus moeilijker leert.

Slide: Jong roken verhoogt impulsiviteit!

Professor Spijker: wat we weten is dat nicotine als je dat neemt als jongere inderdaad een effect heeft op impulsiviteit. Nicotine verhoogt impulsiviteit, dus zonder nadenken iets doen! Wat wordt daarmee bedoeld? De impulsiviteit die wij hebben gemeten waarvan we weten dat die verhoogd is gaat over de zogenoemde activiteitsimpulsiviteit. Dat betekent bijvoorbeeld: de bal rolt en je volgt de bal, dus je loopt zomaar de straat over zonder te kijken. Of je zit in de klas en het was niet jouw beurt om iets te zeggen maar je brult iets uit. Nou, je kunt je voorstellen dat je meester of juf dit niet heel erg leuk vindt.

Slide: Is er kans op herstel?

Professor Spijker: ik denk eigenlijk voor zover we nu weten dat er geen herstel is op de effecten die bijvoorbeeld roken (nicotine) en alcohol heeft op de hersenen. Dus wat je kapot hebt gemaakt, dat is kapot.