

Zorgmodule Stoppen met roken

Verwijzing naar de praktijkondersteuner

Roken is de meest vermijdbare oorzaak van morbiditeit en mortaliteit. De helft van de mensen, die regelmatig roken, zal hier uiteindelijk aan sterven. In Nederland sterven jaarlijks meer dan 20.000 mensen (54 per dag) ten gevolge van aan roken gerelateerde aandoeningen. Naar schatting 2000 tot 3000 mensen sterven jaarlijks door meeroken (Gezondheidsraad Passief roken 2003).

Stoppen met roken is de enige manier om de achteruitgang van de longen te verminderen. Een Stoppen-met-Roken (SMR) programma bestaat uit een op **gedragsverandering gerichte interventie** aangevuld met **farmacotherapeutische ondersteuning**.

Kort stopadvies

Door: huisarts, POH, doktersassistente, apotheker.

Gezien het grote gezondheidsrisico en de bewezen effectiviteit, geeft de zorgverlener een stopadvies toegespitst op de situatie van de patiënt. Hierin is aandacht voor de bewustwording van het roken bij de patiënt, de gevaren van het roken en hoe het roken in contrast staat met de opvattingen van de patiënt over diens gezondheid.

Doel van het advies is, naast het advies om te stoppen, de patiënt te informeren over het roken en het stoppen met roken, risico's bespreken en de motivatie om te stoppen inventariseren. De hulpverlener wijst kort op behandelingsmogelijkheden, o.a. de farmacologische behandeling.

Motivatieverhogende interventie

Door: POH.

Van toepassing bij patiënten met COPD die overwegen om te stoppen met roken en nog onvoldoende gemotiveerd om te stoppen.

Doel van de interventie is patiënten die (nog) onvoldoende gemotiveerd zijn om te stoppen met roken te motiveren eerder te stoppen. Indien de patiënt gemotiveerd is om te stoppen met roken leidt dit naar de gedragsmatige ondersteuning.

Bij de patiënt die aangeeft (nog) onvoldoende gemotiveerd te zijn om te stoppen kan het gesprek worden afgerond.

De motivatieverhogende interventie wordt, daar waar mogelijk, regelmatig herhaald.

Gedragsmatige ondersteuning

Door: POH en speciaal opgeleide trainers.

Van toepassing bij rokers die hebben aangegeven daadwerkelijk binnen een maand te willen gaan stoppen en bestaat uit individuele ondersteuning en groepstraining.

Doel van de gedragsmatige ondersteuning is ondersteuning bieden bij het stoppen zelf, bij het plannen van de stoppoging en het voorbereiden ervan.

Farmacologische ondersteuning

Door: huisarts en apotheker.

Van toepassing bij patiënten die gebruik gaan maken van medicatie (geïndiceerd bij patiënten

≥ 10 sigaretten per dag, bij patiënten die dit wensen, of als de zorgverlener dit nodig acht) of nicotine vervangende middelen. Hierbij wordt het stepped care principe gevolgd, te starten met de nicotine vervangende middelen.

Doel van de behandeling is de patiënt informeren over de medicamenteuze middelen die het stoppen met roken kunnen ondersteunen.

De zorgverlener bespreekt met de patiënt de mogelijke medicatie, rekening houdend met mogelijke contra-indicaties. De behandeling bestaat uit voorlichting m.b.t. medicatie, bevorderen therapietrouw en medicatiebewaking.