

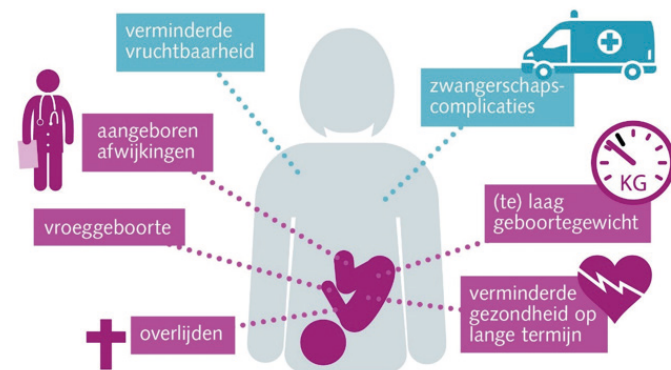


Een rookvrije start begint in de buik

Vraag je dokter of verloskundige voor hulp bij stoppen met roken.

Een rookvrije start voor ieder kind

Deze bureaukaart is bedoeld voor professionals in de geboortezorg. Jaarlijks overlijden minstens 60 baby's doordat hun moeder tijdens de zwangerschap rookt. 1 op de 5 laagopgeleide zwangeren rookt dagelijks gedurende de hele zwangerschap. Na de zwangerschap begint bijna de helft van de moeders die zijn gestopt, opnieuw met roken. Help mee aan een rookvrije start. Motiveer aanstaande ouders om te stoppen met roken en na de zwangerschap rookvrij te blijven.



Risico's van roken voor en tijdens de zwangerschap

Maak het bespreekbaar

Uit onderzoek blijkt dat een stopadvies van zorgverleners serieus genomen wordt.

- Bespreek het onderwerp tijdens het eerste consult en kom er tijdens volgende consulten op terug.
- Informeer na de stopdatum of doorverwijzing naar de voortgang en bied aanvullende ondersteuning.
- Bespreek ongeveer een maand voor de bevalling het rookvrij blijven na de zwangerschap.
- Zorg voor overdracht van rookstatus tussen 1^e en 2^e lijn en naar huisarts, kraamzorg en JGZ.

Minder roken

Minder roken mag niet het uitgangspunt van de begeleiding zijn. Minderen biedt weinig bescherming voor het ongeboren kind. Voor de roker is minderen bovendien vaak moeilijker vol te houden, omdat het lichaam om sigaretten blijft vragen.

Hoe bespreek ik het stoppen met roken?

De volgende stappen zijn gebaseerd op de V-MIS, een effectieve interventie om zwangere vrouwen te begeleiden bij het stoppen met roken.



Wanneer verwijst ik door?

Begeleid cliënten zelf bij de stoppoging of verwijst door voor gedragmatige ondersteuning, eventueel icm nicotinevervangende middelen. Het addendum Roken en Zwangerschap beveelt aan om een zwangere voor intensieve begeleiding door te verwijzen indien:

- ze tijdens een eerdere zwangerschap gerookt heeft;
- een eerdere stoppoging niet geslaagd is;
- ze een partner heeft die niet gemotiveerd is om te stoppen;
- er sprake is van ernstige comorbiditeit en/of ernstige ontwenningsverschijnselen.

Naar wie verwijst ik door?

- Naar de huisarts/praktijkondersteuner, rookstoppoli of gynaecoloog.
- Via de sociale kaart op ikstopnu.nl naar erkende stoppen met roken-begeleiders in de buurt.
- Cliënten met complicerende factoren (zoals psychosociale problematiek of andere verslavingen) verwijst je via de huisarts/gynaecoloog naar een verslavingsarts.
- Voor meer informatie verwijst je cliënten naar ikstopnu.nl of de gratis stoplijn: **0800-1995**.



Website Rookvrije Start

De Taskforce Rookvrije Start bevordert multidisciplinaire zorg en agendeert het onderwerp. Neem een kijkje op de website: rokeninfo.nl/rookvrijestart. Hier vind je diverse materialen voor ouders en professionals (o.a. e-learning, nieuwsbrief Rookvrije Start en het addendum Roken en Zwangerschap).