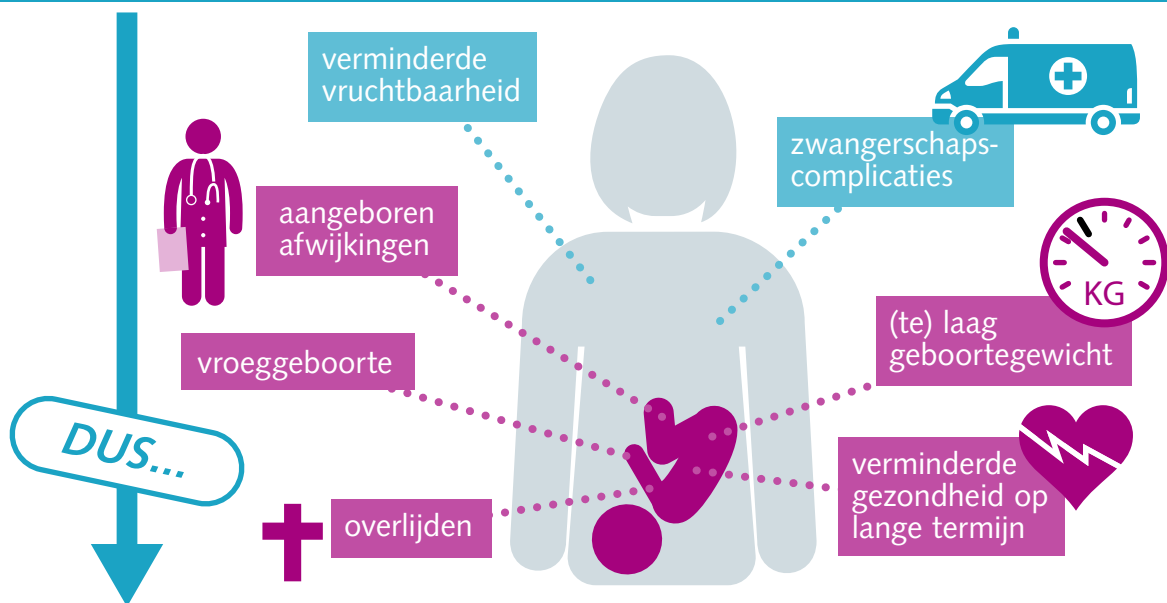


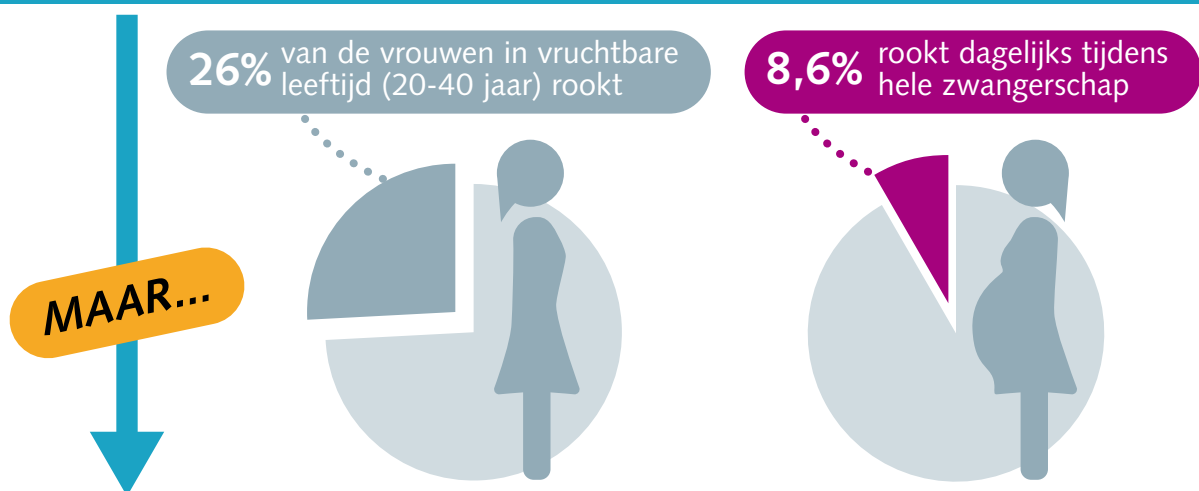
# ROOKVRIJ BLIJVEN

ook na de  
zwangerschap

ROKEN TIJDENS DE ZWANGERSCHAP IS SCHADELIJK



VEEL VROUWEN STOPPEN ALS ZE ZWANGER ZIJN



**50-70%** BEGINT NA DE BEVALLING WEER MET ROKEN\*



\* binnen een jaar

## RISICOGROEPEN TERUGVAL



## MEEROKENDE KINDEREN

meer kans op:

luchtwegklachten

later zelf gaan roken

wiegendoed

oorontsteking

astma

(mogelijk) ADHD

verminderde longfunctie

## WAT KUNT U DOEN?

tips voor professionals

### Bespreek rookvrij blijven

- Bespreek rookvrij blijven met zowel (aanstaande) moeder als vader.
- Bespreek rookvrij blijven zowel tijdens als na de zwangerschap.
- Ondersteun (aanstaande) ouders zelf bij het rookvrij blijven of verwijs door. Vergroot uw vaardigheden middels een training of e-learning. Kijk op [www.rokeninfo.nl/rookvrijopgroeien](http://www.rokeninfo.nl/rookvrijopgroeien).

"Hoe blijft u na de bevalling rookvrij?"

"Wist u dat u makkelijker rookvrij blijft als uw partner (ook) stopt met roken?"

"Rookvrij blijven voorkomt schadelijke gevolgen van meeroken bij uw kind, is goed voor uw conditie en u bespaart veel geld."

"Wilt u meer hulp bij het rookvrij blijven? Kijk op [www.rokeninfo.nl/adressen](http://www.rokeninfo.nl/adressen)."

*Gezond opgroeien is rookvrij opgroeien*

### Bronnen

Continu Onderzoek Rookgewoonten: data over 2014.  
Croes E & de Josselin de Jong, S (2015). *Roken en Zwangerschap*. Utrecht: Trimbos-instituut.  
Lanting, CI et al. (2015). *Factsheet Roken tijdens de zwangerschap*. Leiden: TNO.  
Ter Weijde, WR et al. (2015). *Factsheet Meeroken*. Utrecht: Trimbos-instituut.  
WHO (2010). *Gender, women, and the tobacco epidemic*. Genève: WHO.

Dit is een uitgave van het Trimbos-instituut. Artikelnummer: INF007  
Vormgeving: Rijkers Infographics