

WELKOM

WEBINAR STOPTOBER voor zorgverleners

Wanda de Kanter & Pauline Dekker
Debbie Prijs
Esther Croes

En achter de schermen:
Minke Veltman, Emma Koopman
en vele anderen!

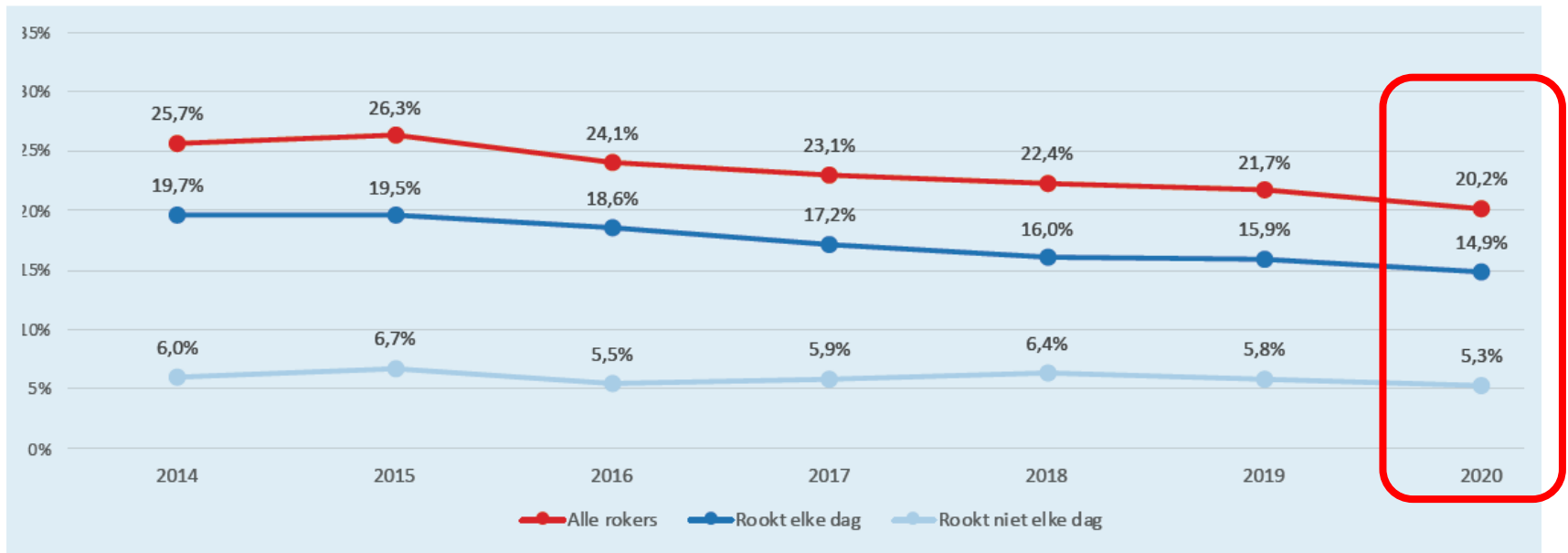


Stoptober 2021

Concrete handvatten
voor het stoppen-met-rokenadvies



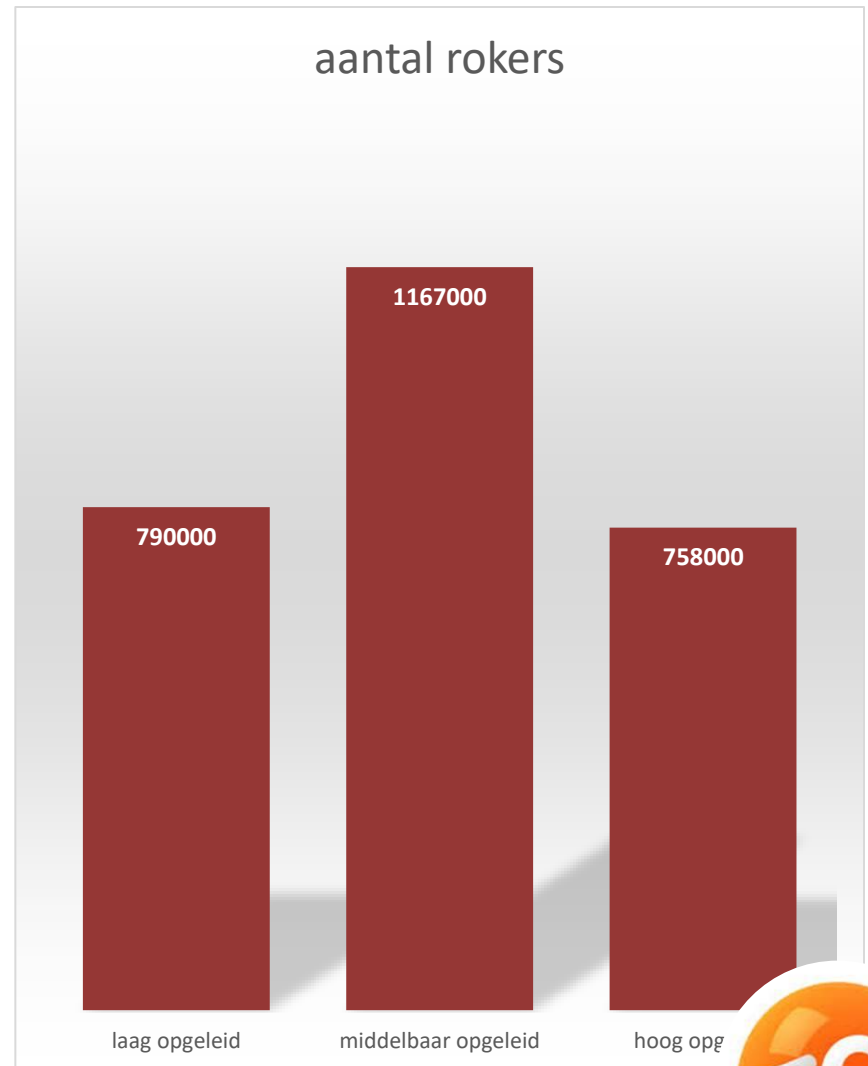
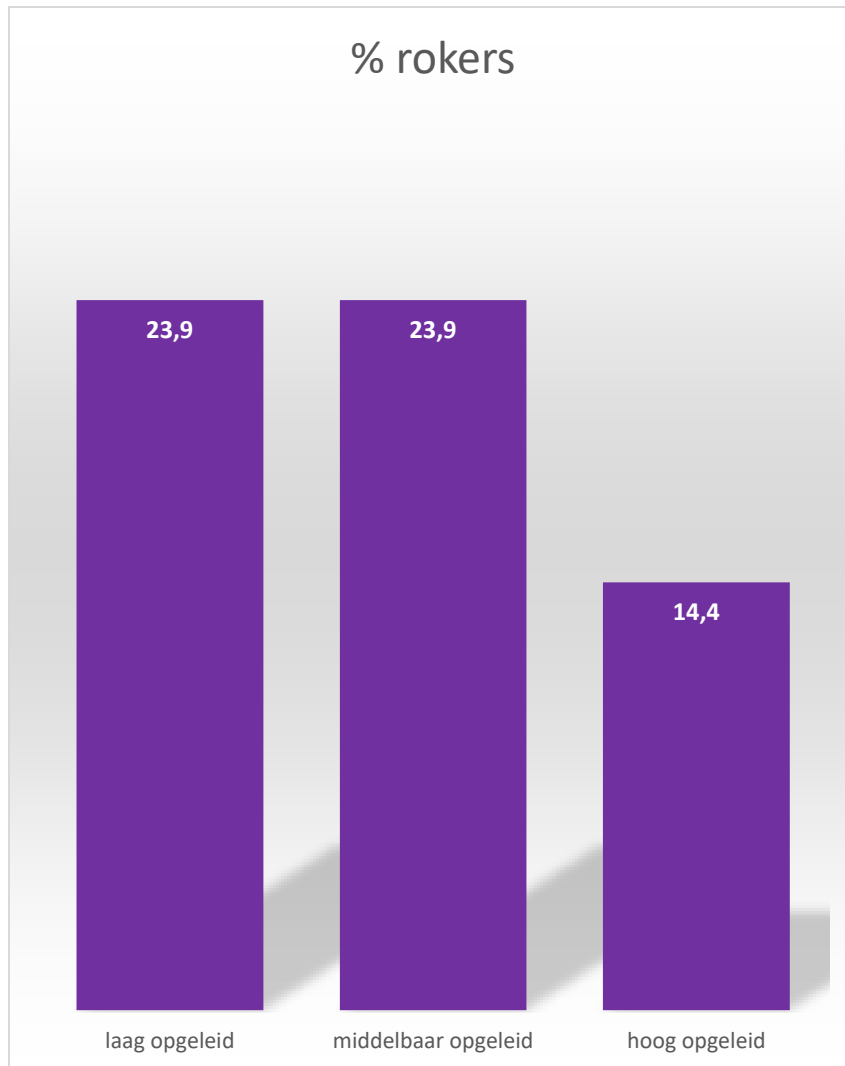
Het aantal rokers in NL neemt langzaam af



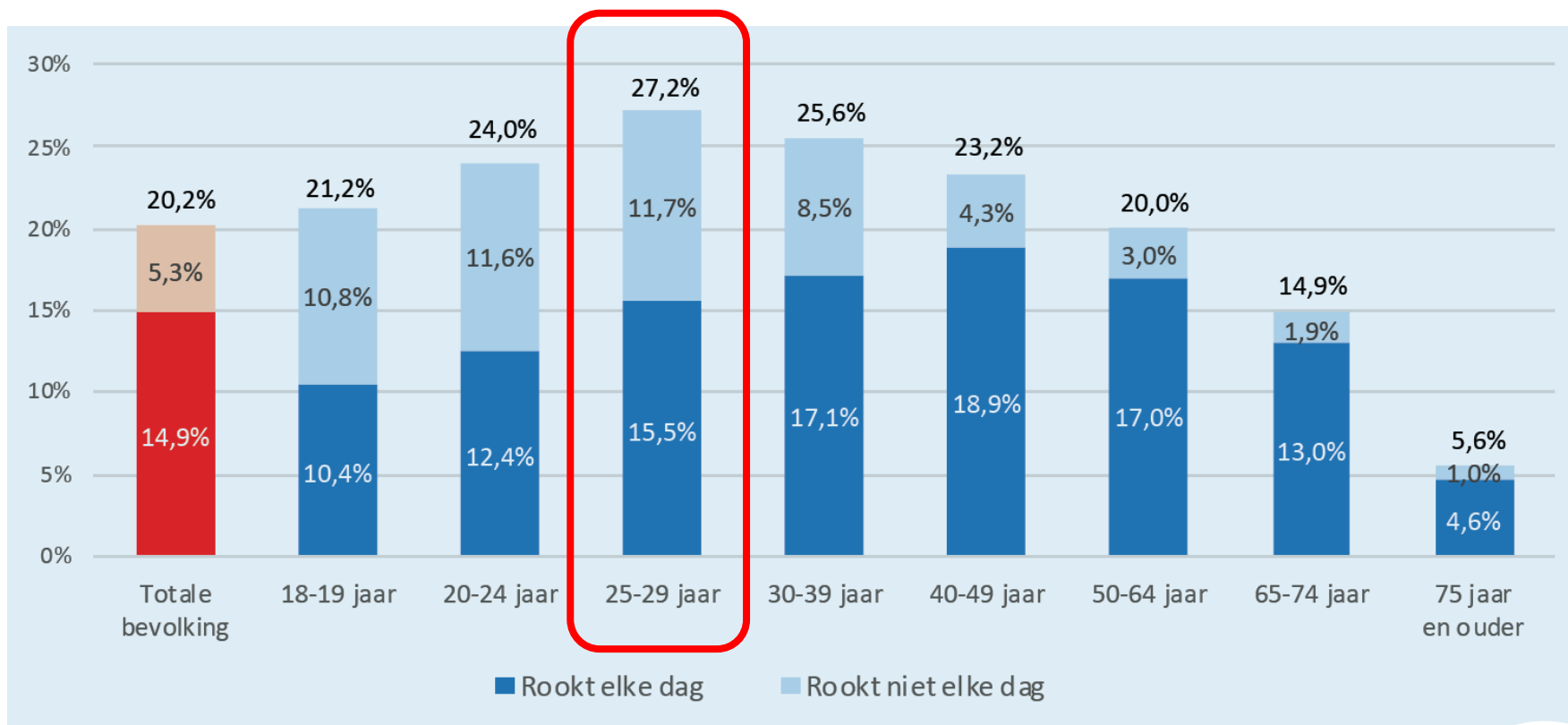
Ongeveer 2,8 miljoen volwassenen



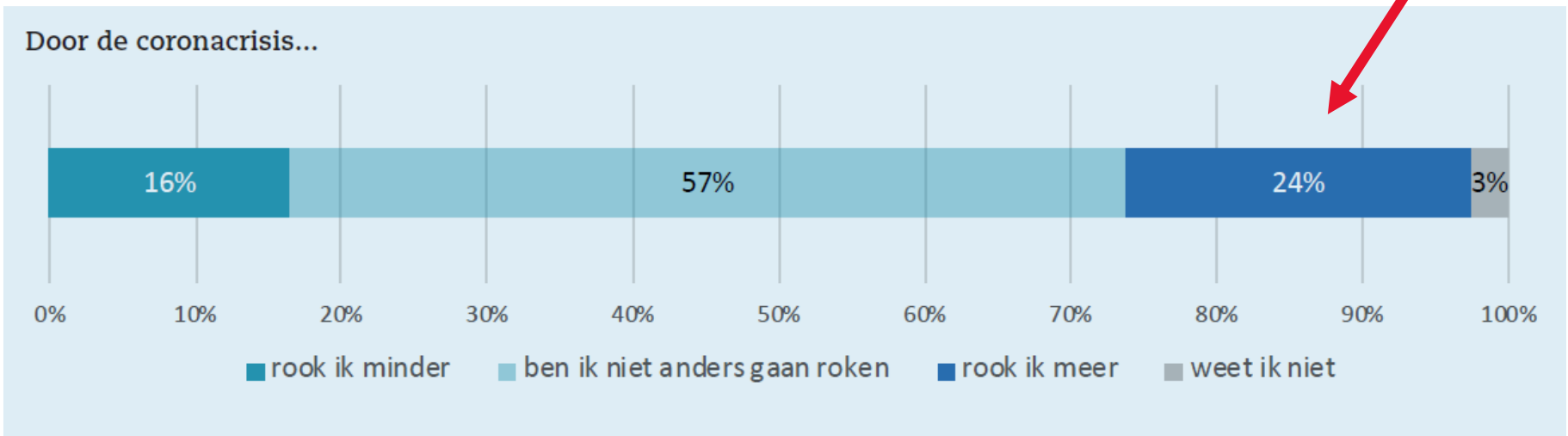
Rokers en opleidingsniveau



Rokers in alle leeftijden



Roken tijdens covid-pandemie

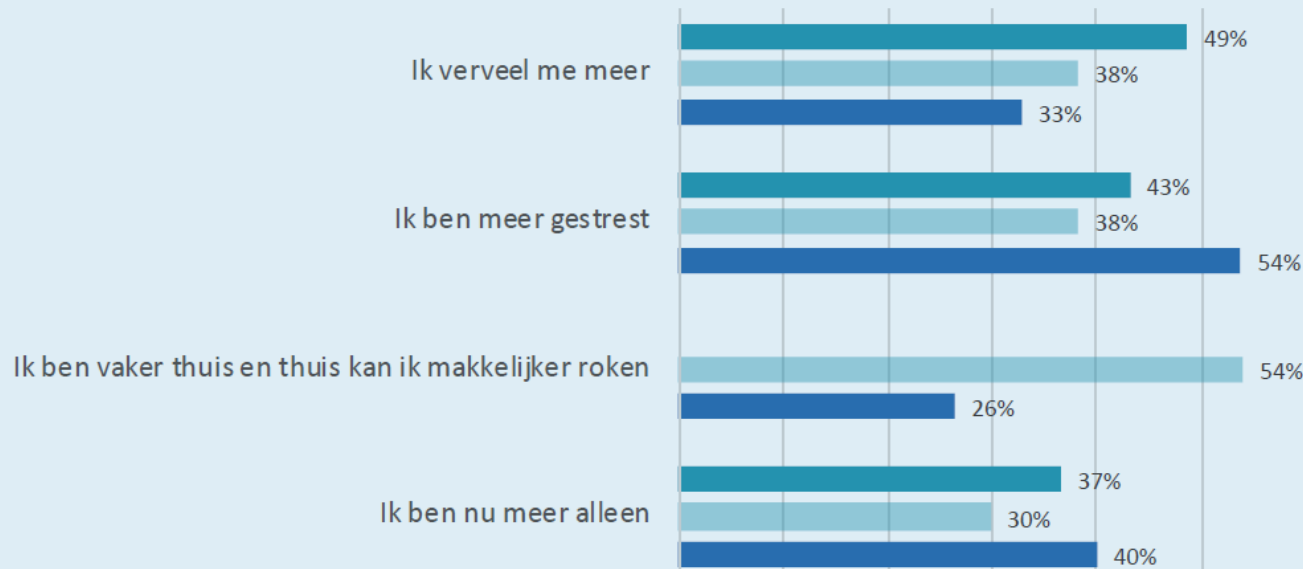


■ Mei ■ Augustus ■ December ('sinds tweede golf')

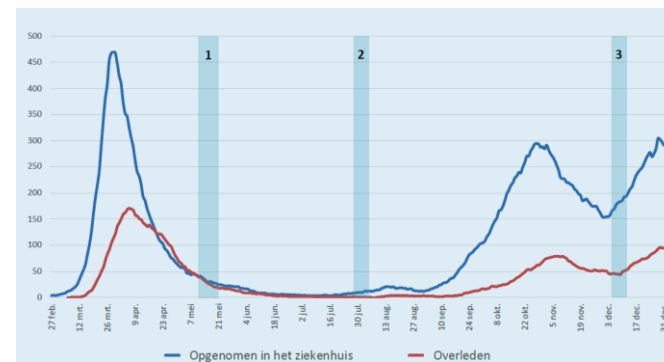


Meer roken tijdens covid-pandemie

Waarom bent u meer gaan roken?



■ Mei ■ Augustus ■ December ('sinds tweede golf')





Doodsoorzaak nr. 1 bij jonge Nederlanders: de sigaret

Carin M.M. Reep-van den Bergh, Peter P.M. Harteloh en Esther A. Croes

- **4 van de 10** voortijdige sterfgevallen in Nederland is veroorzaakt door roken

	Definitie	Verloren levensjaren
Zware roker	> 20 sigaretten/dag	13
Matige roker	< 20 sigaretten/dag	9
Lichte roker	Niet dagelijks roken	5

- Stoppen met roken loont op alle leeftijden





Doodsoorzaak nr. 1 bij jonge Nederlanders: de sigaret

Carin M.M. Reep-van den Bergh, Peter P.M. Harteloh en Esther A. Croes

- **4 van de 10** voortijdige sterfgevallen in Nederland is veroorzaakt door roken

Rookstatus	Aantal sterfgevallen
Zware roker	9
Matige roker	9
Lichte roker (niet dagelijks roken)	5

Liever een stopgesprek
dan een
slechtnieuwsgesprek

- Stoppen met roken loont op alle leeftijden



Liever een stopgesprek
dan een
slechtnieuwsgesprek

Maar hoe?

Stopadviesgesprekken ...

- Zijn kort (30s-10 min)
- Gegeven door *alle* zorgverleners
- Voordat behandeling (motiveren/begeleiden) plaatsvindt
- Cochrane over brief advice (Stead et al. 2013):
 - *"When all 17 trials of brief advice (...) versus no advice (or usual care) were pooled, the results demonstrated a statistically significant increase in quit rates"*



Liever een stopgesprek
dan een
slechtnieuwsgesprek

Werkt het?



- Advies door een arts:
 - na 6 maanden 8% gestopt vs 5% zonder advies
 - RR 1,76 (1,58 – 1,96)
 - NNT: 27
- Advies door een verpleegkundige
 - RR 1,29 (1,20 – 1,39)



Veel voorkomende elementen

- **Ask:** Uitvragen rookstatus
- **Assess:** Peilen stopmotivatie
- **Advise:** Daadwerkelijk stopadvies (algemeen of persoonlijk)
- **Warn:** Waarschuwing (algemeen of persoonlijk)
- **Overdracht:** Warm ('Connect') of Koud ('Refer')
- **Terugkerend element:** Herhaal stopadviesmethode bij elk bezoek en evt. follow-up bezoeken (impliciet/Do-it-again)



Het Very Brief Advice

- **Vraag:** Rookt u (nog)?
 - Vastleggen rookstatus in dossier!
- **Vertel:** Als u wilt stoppen met roken, dan is de kans dat u slaagt het grootst als u professionele begeleiding krijgt.
- **Verwijs:** Ik wil u daarom graag verwijzen naar een goede rookstopbegeleider/ methode.

Positief, makkelijk, kort!

Zonder oordeel, met handelingsperspectief



The screenshot shows a website header with a red navigation bar. The breadcrumb trail reads 'Trimbos-Instituut > Nieuws & Agenda > Blogs'. The Trimbos Instituut logo is in the top right. The main content area features a blurred background image of a person and the headline: 'Stoppen-met-rokenadvies: het 'Very Brief Advice' is kort, maar niet zo krachtig'. Below the headline, the date 'vrijdag 18 juni 2021' and author 'Esther Croes' are visible. A small tag 'StoppenMetRoken' is present. The article text begins with 'Hoe geef je iemand advies om te stoppen met roken? Het 'Very Brief Advice', een methode om in 30 seconden een rookstopadvies te geven, is populair. Maar hoe effectief is dit? Arts-epidemioloog van het Trimbos-instituut Esther Croes neemt de proef op de som en test het in haar'.

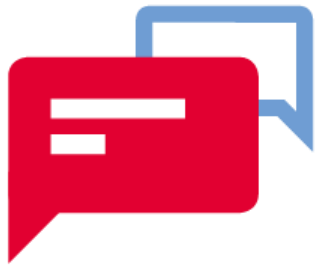
Het handelingsperspectief van oktober...



Waarom Stoptober?

- Het werkt! **Bijna 10.000 gestopte rokers/jaar**
 - Gestopt gedurende Stoptober: 70%
 - Na 3 maanden nog steeds: 40-60%
 - Na 11 maanden nog steeds: 20-30%
- Sociaal “besmettelijk”
- SMART doelen
 - niet roken / goed te meten / tussendoel (acceptabel) / realistisch / 28 dagen




















Platform stoppen met roken



www.platformsmr.nl

- Besloten platform voor elke zorgverlener die zich bezig houdt met SMR
- Vragen & antwoorden uitwisselen
- **STOPTOBER** in rubriek 12: campagnes

 01. Coaching en ervaringsverhalen	 02. Medicatie	 03. E-sigaret	 04. E-health
 05. Richtlijn en Zorgstandaard	 06. Vergoeding	 07. Rookvrije Start	 08. Specifieke groepen
 09. Hulp in de buurt	 10. Rookvrije Zorg	 11. Rookvrije Generatie	 12. Campagnes
 13. Onderzoek & projecten	 14. Nieuws	 15. Overige	



Toolkit bestellen:

www.trimbos.nl/stoptober

Digitale toolkit:

<https://media.stoptober.nl/>

VRAGEN?