VBA+: hoe nu verder in de praktijk?

Concrete tips voor knelpunten

In de praktijk kunt u tegen knelpunten aanlopen in de toepassing van VBA+. Hieronder vindt u een overzicht van knelpunten met concrete tips die u mogelijk kunnen helpen.

Heeft u nog andere knelpunten die hier niet zijn genoemd? Of heeft u zelf nog een goede tip? Deel uw knelpunten, tips en trucs met collega-zorgverleners op het besloten Platform stoppen met roken ([www.platformsmr.nl](http://www.platformsmr.nl)). Na een (eenmalige) registratie leent dit platform zich uitstekend voor uitwisseling van praktische informatie over stoppen-met-rokenzorg tussen zorgverleners onderling. Er komt gegarandeerd een antwoord op elke gestelde vraag!

* **Knelpunt: Het voelt ongepast om over (stoppen met) roken te beginnen als er geen directe aanleiding voor is.**

Tip: Ook zonder een directe aanleiding zijn er nog steeds redenen te bedenken om over (stoppen met) roken te beginnen. Een goed voorbeeld is de grote gezondheidswinst die te behalen valt bij jongeren en jongvolwassenen die roken. Begin het gesprek bij deze groep door bijvoorbeeld te zeggen: *‘Ik zie dat je rookt, mag ik het daar met je over hebben?’*

Tip: Spreek als praktijk af om (gedurende een periode) van alle patiënten/cliënten de rookstatus vast te leggen. U kunt dan tegen patiënten/cliënten zeggen: *‘Wij schrijven op of u wel of niet rookt. Mocht u roken en willen stoppen dan kunnen wij u hierbij helpen.’*

* **Knelpunt: Te weinig tijd om in consult over (stoppen met) roken te beginnen**

Tip: Ook buiten het consult kunnen rokers bereikt worden. Denk bijvoorbeeld aan de inschrijving van nieuwe patiënten/cliënten: op het inschrijfformulier kunt u de rookstatus uitvragen én daar een vervolgactie aan koppelen. U zou dit bijvoorbeeld kunnen meenemen in uw kennismakingsgesprekken, of de persoon die de inschrijvingen verwerkt zou per post of e-mail een uitnodiging voor een vrijblijvend gesprek kunnen sturen naar de nieuwe patiënten/cliënten die roken. Bedenk hoe uw organisatie/afdeling/praktijk hier iets mee zou kunnen gaan doen.

Tip: Creëer extra aandacht voor stoppen met roken zodat meer patiënten//cliënten er zelf over beginnen. Zet bijvoorbeeld op uw website dat u hulp aanbiedt bij stoppen met roken; hang posters op in de wacht- en spreekkamer; en laat een filmpje zien in de wachtkamer. U kunt hiervoor gebruik maken van materialen van landelijke campagnes zoals [PUUR rookvrij](http://www.puurvoorprofs.nl) en [Stoptober](https://www.trimbos.nl/kennis/stoppen-met-roken/stoptober).

* **Knelpunt: Vergeten een gesprek over (stoppen met) roken te beginnen.**

Tip: Plaats een fysieke reminder op uw bureau zodat u eraan denkt om over (stoppen met) roken te beginnen, bijvoorbeeld de VBA+ bureaubalk.

* **Knelpunt: Het geven van een stopadvies en aanbieden van begeleiding lijken weinig effect te hebben op patiënten; de meesten geven direct aan dat ze niet willen stoppen met roken.**

Tip: Het is belangrijk om u te realiseren dat uw advies vaak indirect resultaat oplevert op de lange termijn: het is toch weer een zaadje dat elke keer geplant wordt, zeker als de patiënt het van verschillende zorgverleners hoort. Wees dus niet ontmoedigd wanneer uw advies op korte termijn weinig effect lijkt te hebben en blijf er vooral mee doorgaan. Overweeg om extra nascholing te volgen als u het adviseren lastig blijft vinden.

Tip: Vraag aan rokers die nu niet willen stoppen met roken of u er op een later moment op terug mag komen. Leg goed vast in uw registratiesysteem wat u al hebt besproken, zodat u hier in het volgende consult op terug kunt komen. Kijk eventueel naar de mogelijkheden in uw registratiesysteem om een reminder, zoals een attentieregel, aan te zetten voor het volgende consult.

Tip: Spreek met uw collega’s af om in een teamoverleg hier aandacht aan te besteden en tips/succesverhalen uit te wisselen.

* **Knelpunt: Er zijn te weinig verwijsmogelijkheden in de regio.**

Tip: Veel stoppen-met-roken aanbieders (zowel regionaal als landelijk) bieden tegenwoordig ook online en/of telefonische begeleiding aan, individueel of in een groep. Onderzoek welke opties er zijn via <https://www.ikstopnu.nl/professionals/#de-roker-koppelen-aan-een-professional>.