

Dit document is ontwikkeld vóór de samenvoeging van Rookvrije start, Alcoholvrije start en Mentaal gezonde start tot de Gezonde start. Het maakt onderdeel uit van een serie documenten die kunnen ondersteunen bij het organiseren van stoppen-met-rokenzorg en het opstellen van beleid in de vorm van een zorgpad of protocol. Het document bevat nog geen tips op het gezamenlijk oppakken van de verschillende thema's. Mogelijk is (een deel van) het genoemde materiaal iets verouderd. Het meest recente aanbod vind je op de website van de Gezonde Start. Vragen? Neem contact op via gezondestart@trimbos.nl.

Instructie zorgpad **Rookvrij Zwanger**

Het zorgpad vormt een belangrijke kern van het stoppen-met-roken beleid in jouw samenwerkingsverband. Hierin leg je vast welke zorg de vrouw of de partner krijgt, van wie, op welke momenten, in welke situaties, hoe en naar wie je verwijst en hoe je zorg overdraagt naar de volgende beroepsgroep. Door dit binnen je samenwerkingsverband (bijvoorbeeld VSV, IGO, lokale coalitie Kansrijke Start) af te spreken, vast te leggen en te implementeren werk je samen aan goede stoppen-met-rokenzorg.

In dit document beschrijven we de onderdelen in een zorgpad **Rookvrij Zwanger**. Bij ieder onderdeel wordt aangegeven wat je daarvoor kunt regelen of afspreken. Wij spreken in dit document over het ontwikkelen van een zorgpad maar je kunt de afspraken ook vastleggen in een protocol. Meer voorbeelden vind je op Gezondestart.nl.

Onderdelen in het zorgpad (en in deze instructie):

1. Het gesprek over stoppen met roken
2. De verwijzing
3. Kom terug op stoppen met roken (follow up)
4. Bespreek rookvrij blijven
5. Bespreek rookvrij opgroeien
6. Registratie
7. Overdracht

Doorloop de onderdelen in deze instructie en leg per onderdeel de werkafspraken vast. Elk hoofdstuk eindigt met de concrete acties die nodig zijn.

Rookvrije Start biedt een stopadviesmethode waarmee een zorgverlener op een korte effectieve manier met (aanstaande) ouders in gesprek kan gaan over stoppen met roken en hen naar stoppen-met-roken begeleiding kan verwijzen: het Very Brief Advice plus (VBA+) Rookvrije Start. Dit is een stopadvies in 3 stappen: je vraagt, je vertelt en je verwijst. De onderdelen in deze instructie zijn gebaseerd op het VBA+ Rookvrije Start, bekijk [hier](#) de gesprekskaart.

1. **Het gesprek over stoppen met roken**

Dit hoofdstuk verwijst naar de blokken “Vraag rookprofiel uit” en “geef stopadvies (VBA+)” uit het zorgpad Rookvrij zwanger.

Met iedere zwangere vrouw en partner die rookt, moet een gesprek over stoppen met roken plaatsvinden. Vragen die je voor de organisatie hiervan kan beantwoorden zijn:

Wie gaan het stoppen-met-roken gesprek voeren?

Welke zorgverlener maakt stoppen met roken bespreekbaar? Alle zorgverleners die een intake doen of een selectie? Bij de keuze hiervoor is het belangrijk om rekening te houden met de organisatie van deze zorg enerzijds en de vaardigheden van de zorgverleners anderzijds. Dit kan voor de 1e en 2e lijn verschillend zijn.

- Het gesprek moet zo vroeg mogelijk in de zwangerschap plaatsvinden, bij voorkeur meteen bij de intake. Als het gesprek later in de zwangerschap plaatsvindt, kan er een gevoel ontstaan dat stoppen met roken minder urgent is en wordt kostbare tijd gemist.
- Het gesprek moet door zorgverleners worden gedaan die voldoende bekwaam zijn.
- Het voordeel van een select team dat het stoppen met roken bespreekt is dat deze teamleden meer expertise kunnen opbouwen en zo mogelijk meer kunnen bereiken. Realiseer je dat als hier een extra afspraak voor nodig is, dit een drempel kan zijn.
- Een voordeel als alle zorgverleners het bespreken is dat meer zorgverleners zich ontfemen over de problematiek van het roken. Zij kunnen in vervolgconsulten gemakkelijker terugkomen op het stoppen met roken.
- Kijk ook eens verder dan het VSV. Misschien is er vóór de zwangerschap ook al contact geweest over stoppen met roken. Dit kun je nagaan bij bijvoorbeeld de fertiliteitsarts als je weet dat de zwangere vrouw en partner daar zijn geweest. Daarnaast is er soms vanuit het sociaal domein ook al contact over de zwangerschap en roken geweest.

Hoe wordt het gesprek over stoppen met roken gevoerd?

Er zijn verschillende manieren om een stoppen-met-rokengesprek te voeren. Vanuit de Rookvrije Start bieden we het VBA+ Rookvrije Start voor een kort én krachtig rookstopadvies. Het VBA+ Rookvrije Start bestaat uit 3 stappen:

1. **Vraag** het rookprofiel uit. Door het in kaart brengen van het rookprofiel weet je welke vervolgstappen je moet nemen in de stoppen-met-roken zorg.
2. **Vertel** dat stoppen met roken het beste lukt met begeleiding (geef stopadvies VBA+)
3. **Verwijs warm** door naar stoppen-met-roken hulp.

De gesprekskaart [Rookvrij zwanger](#) biedt handvatten met voorbeeldzinnen voor het gesprek.

Acties

- Bespreek wie het eerste stoppen-met-roken gesprek gaan doen. Dit kan verschillend zijn voor de 1e en de 2e lijn.
- Leg vast op welke manier stoppen-met-roken minimaal wordt uitgevraagd. Zie hiervoor de voorbeelden in de gesprekskaart.
- Zorg dat het gesprek zoveel mogelijk op dezelfde manier gevoerd wordt binnen het VSV, IGO of de lokale coalitie Kansrijke Start. Stem hiervoor af tussen de verschillende partijen, zoals de 1^e en de 2^e lijn.
- Bepaal waar je je de rookstatus registreert in het dossier voor zowel voor de 1^e als de 2^e lijn (zie ook onderdeel 6: registratie).

2. De verwijzing

Voor begeleiding bij het stoppen met roken en het motiveren om te gaan stoppen met roken kan het beste worden verwezen naar stoppen-met-rokenhulp. Dit bespaart tijd voor de zorgverlener en leidt tot betere begeleiding bij het stoppen-met-roken. In het gesprek kan hiernaartoe geleid worden.

Vragen die je voor de organisatie hiervan kan beantwoorden zijn:

Naar wie verwijst je door?

Dit kan voor de 1ste en 2de lijn verschillend zijn.

- Maak een keuze uit verwijzingsmogelijkheden: POH-er bij een praktijk, [telefonische coaching Rookvrije Ouders](#), eigen stoppen-met roken coach, leefstijlloket, etc.
- Het is voor iedereen het meest praktisch als er zoveel mogelijk naar één stoppen-met-rokenaanbieder verwezen wordt. Zo is het voor zorgverleners direct helder naar wie ze kunnen verwijzen en hoeven zij niet in het aanbod te kijken welke begeleiding zij het meest geschikt vinden.
- Informeer of de coaches naar wie je verwijst ook ervaring hebben met het begeleiden van zwangere vrouwen, bijvoorbeeld over het gebruik van nicotine-vervangende middelen. Gekwalificeerde stoppen-met-roken begeleiders, ook met specialisatie zwangerschap, staan in het kwaliteitsregister Stoppen met Roken.
- Informeer ook of de kosten voor de begeleiding buiten het eigen risico vallen. Dit zijn belangrijke punten voor vrouwen die zwanger zijn en roken.
- Zorg dat de zorgverleners die verwijzen ook een beeld hebben van wat de coaching inhoudt. Informatie hierover kan je als een addendum bij je zorgpad opnemen.

Hoe regel je de verwijzing?

Zorg dat de verwijzing warm verloopt. Dat wil zeggen dat de zorgverlener (samen met de zwangere vrouw of partner) de verwijzing regelt en de vrouw of partner dat niet zelf hoeven te doen. Warm doorverwijzen vergroot de kans dat de vrouw of partner die rookt daadwerkelijk start met de begeleiding.

- Werk je met eigen stoppen-met-roken begeleiding? Je kan de verwijzing laten doen door de zorgverlener zelf (via een online formulier of verwijzingstool in het dossier) of door de assistent die dit samen met de (aanstaande) ouder regelt.
- Bij de [telefonische coaching Rookvrije Ouders](#) vindt verwijzing plaats via het online aanmeldformulier. De zorgverlener kan dit formulier samen met de (aanstaande) ouder invullen en de (aanstaande) ouder aanmelden. De (aanstaande) ouder wordt vervolgens gebeld door de stoppen-met-roken coach.

Bedenk wat voor materialen je meegeeft als je iemand hebt verwezen of als iemand (nog) niet verwezen wilt worden. Je kunt in beide gevallen bijvoorbeeld een folder meegeven van de verwijsaanbieder, een [folder Rookvrij zwanger](#) en/of een [beeldverhaal](#).

Acties

- Spreek af naar wie er verwezen wordt. Kies indien mogelijk één verwijsmogelijkheid als standaard.
- Zorg zoveel mogelijk voor verwijzing waarbij de zorgverlener zelf contact opneemt met de coach, en de coach vervolgens contact opneemt met de (aanstaande) ouder. Dit noemen we een warme verwijzing.
- Zorg dat zorgverleners die verwijzen de juiste informatie hebben over de werkwijze van de coach.
- Spreek af welke materialen je meegeeft aan het einde van het stoppen-met-rokengesprek.

3. Kom terug op stoppen met roken (follow-up)

In vervolgconsulten kom je terug op het stoppen met roken. In ieder geval na een intake (gesprek over stoppen met roken) en na een verwijzing. Is de vrouw of partner niet gestopt of geminderd, dan is mogelijk extra begeleiding nodig. Is de vrouw of partner wel gestopt, dan is rookvrij blijven van belang (zie hoofdstuk bespreken rookvrij blijven).

Vragen die je voor de organisatie hiervan kan beantwoorden zijn:

Wanneer en hoe bied je follow-up aan degenen die nog roken:

- Breng het roken in ieder geval in het eerstvolgende consult nog weer actief ter sprake, informatie moet soms even bezinken.

- Daarnaast kan je met de zwangere vrouw en/of partner afspreken het nog een keer ter sprake te brengen bij een bepaalde zwangerschapsduur. We adviseren om het niet elk consult opnieuw in te brengen, omdat dit juist averechts kan werken.
- Bespreek het roken wel altijd opnieuw als er een roken-gerelateerde complicatie is, zoals een IUGR.
- Is de zwangere vrouw of partner geminderd met roken maar niet gestopt? Geef een compliment en verwijfs daarna alsnog door om met hulp van de laatste sigaretten af te komen.

Wanneer en hoe bied je follow-up aan degenen die zijn verwezen naar hulp:

Blijf na de verwijzing wél betrokken bij het stopproces. Dat ondersteunt de vrouw/partner en houdt het gesprek open, ook over rookvrij blijven. Bijvoorbeeld:

- Ga bij de stoppen-met-rokencoach na of de verwijzing is gelukt, het liefst binnen een week.
- Informeer in de vervolgconsulten naar het verloop van het stopproces. Doe dit in ieder geval in de eerste 2 consulten na de verwijzing.
- Vraag een terugkoppeling van de stoppen-met-rokencoach over het stopproces.

Wanneer en hoe bied je follow-up aan degenen die gestopt zijn met roken (minder dan 12 maanden geleden):

- Bied bij vrouwen en partners die gestopt zijn voor of tijdens de zwangerschap (minder dan 12 maanden geleden) follow-up in de vorm van een gesprek over rookvrij blijven (zie hoofdstuk 4: bespreken rookvrij blijven).

Acties

- Beschrijf wanneer en hoe je follow-up biedt aan degenen die nog roken, gaan stoppen met roken of zijn gestopt.
- Beschrijf in je zorgpad wat je bespreekt als je terugkomt op het stoppen met roken en iemand nog rookt, een terugval heeft, als iemand is geminderd en als iemand is gestopt met roken.
- Bedenk hoe vaak en bij welke termijn je nog actief wilt terugkomen op het roken.

4. Bespreek rookvrij blijven

Het bespreken van **rookvrij blijven** is bedoeld om te voorkomen dat een zwangere vrouw en/of partner die is gestopt met roken weer terugvalt in het rookgedrag, zowel **tijdens** als **na** de zwangerschap.

Vragen die je voor de organisatie hiervan kan beantwoorden zijn:

Wanneer bespreek je rookvrij blijven?

- Voer dit gesprek als een zwangere vrouw en/of partner minder dan 12 maanden geleden is gestopt met roken.

- Kom er zeker in de twee eerstvolgende consulten op terug, omdat in deze periode er een groter risico op terugval is. Maak afspraken over hoe vaak je er daarna op terugkomt. Bijvoorbeeld ook bij x en y weken.
- Bespreek altijd rond de 36 weken het **rookvrij zijn na de bevalling**. We weten namelijk dat 35% van de vrouwen in een korte tijd na de bevalling weer gaat roken.

Hoe bespreek je rookvrij blijven?

De 2^e pagina van de gesprekskaart [Rookvrij zwanger](#) biedt handvatten met voorbeeldzinnen voor het gesprek.

Actie

- Leg vast hoe en wanneer je rookvrij blijven bespreekt

5. Bespreek rookvrij opgroeien

Een deel van de ouders is niet op de hoogte van de schade die door tweedehandsrook en derdehandsrook kan worden aangericht. Daarom is het belangrijk dat rookvrij opgroeien met (aanstaande) ouders wordt besproken.

Rookvrij opgroeien kan besproken worden bij 36 weken zwangerschap en na de bevalling. Na de bevalling zijn er andere zorgverleners betrokken zoals kraamverzorgenden en obstetrie- en neonatologie verpleegkundigen.

Vragen die je voor de organisatie hiervan kan beantwoorden zijn:

Wie bespreken rookvrij opgroeien na de bevalling met de ouders?

Mogelijkheden:

- Obstetrieverpleegkundigen kunnen tweedehands en derdehands rook na de bevalling bespreken.
- Neonatologieverpleegkundigen kunnen tweedehands en derdehands rook bespreken met ouders van couveusekinderen. *Er is onderzoek gedaan naar toxische stoffen die in couveuses worden aangetroffen en zelfs in urine van couveusekinderen terecht komen.*
- Kraamverzorgenden bespreken tweedehands en derdehands rook na de bevalling.
- Verloskundigen kunnen dit ook doen in de kraamtijd. En verloskundigen en gynaecologen kunnen dit doen bij de nacontrole.
- Leg waar mogelijk ook contact met het sociaal domein. Zo kan je bijvoorbeeld de stoppen-met-rokenzorg overdragen aan de JGZ. Meer informatie over overdracht staat verderop in hoofdstuk 7.

Hoe bespreek je rookvrij opgroeien?

De gesprekskaart [Rookvrij opgroeien](#) of [Rookvrij opgroeien Kraamzorg](#) kan helpen bij dit gesprek. Ook is de [animatie](#) voor ouders over derdehands rook toegankelijk voor ouders en deze kan hiervoor worden ingezet.

Acties

- Spreek af wie rookvrij opgroeien gaan bespreken.
- Stem af met obstetrie- en neonatologie verpleegkundigen en de kraamzorg wat zij kunnen betekenen.
- Kijk of je in jouw regio contact kan leggen met de JGZ (of met andere samenwerkingspartners uit het sociaal domein) over hun rol in de stoppen-met-rokenzorg.
- Spreek af hoe de diverse zorgverleners dit kunnen bespreken.

6. Registratie

Registratie is van belang voor een goede follow-up in de stoppen-met-roken zorg, zeker waar meerdere zorgverleners in contact zijn met de (aanstaande) ouder.

Vragen die je voor de organisatie hiervan kan beantwoorden zijn:

Waar en hoe registreer je?

- Het is van belang dat de rookstatus, de verwijzing, de follow up, het gesprek over rookvrij blijven en het gesprek over rookvrij opgroeien geregistreerd worden in het dossier.
- Kies een plaats in het dossier waar direct te zien is wat de rookstatus is en waarbij duidelijk is wat er moet gebeuren volgens het zorgpad. Het is belangrijk dat de rookstatus voor meerdere mensen inzichtelijk is en goed overdraagbaar is.
- Onderzoek de mogelijkheden voor een ketenbreed digitaal dossier of gebruik van registratiesystemen die onderling gemakkelijk gegevens kunnen uitwisselen.
- Maak gebruik van de mogelijkheid om het rookgedrag in MOSOS te registreren. Dit is ontwikkeld binnen VSV Apeldoorn maar landelijk te gebruiken.
- In obstetrisch HIX is er een voorbeeld beschikbaar vanuit Heerenveen waarin naast de intake ook velden zijn gemaakt voor verwijzen, follow-up en het gesprek over rookvrij blijven na de zwangerschap

Wat registreer je?

Registreer in ieder geval voor de (aanstaande) ouders:

- Rookt wel/rookt niet/is gestopt <12 maanden geleden
- Ingezette interventie (besproken; doorverwezen naar...)
- Waar mogelijk partner: idem

Acties

- Bepaal voor zowel de 1^e als de 2^e lijn waar je het beste de direct zichtbare notitie in het dossier kunt plaatsen over de rookstatus. Spreek ook af waar je de verwijzing, de follow up, het gesprek over rookvrij blijven en het gesprek over rookvrij opgroeien registreert.

7. Overdracht

Een goede overdracht is van belang voor continuering van de stoppen-met-roken zorg en het voorkomen van terugval. Als voorgaande punten goed zijn afgestemd is het al veel makkelijker om goed over te dragen.

Vragen die je voor de organisatie hiervan kan beantwoorden zijn:

Wat draag je over en hoe?

- Zorg dat de rookstatus en rookgeschiedenis worden vermeld in de brief voor een verwijzing van 1e naar de 2e lijn, naar de kraamzorg en naar JGZ. Spreek af dat ook structureel wordt meegenomen of iemand is doorverwezen naar stoppen-met-roken begeleiding.
- Is de stoppen-met-roken zorg in de keten afgerond? Dan kan een huisarts het stokje weer overnemen. De huisarts blijft de ouder(s) en het kind zien en kan het onderwerp bespreekbaar blijven maken. Zo blijft de stoppen-met-roken zorg geborgd.
- Maak afspraken met stoppen-met-roken coaches of praktijkondersteuners over verwijzen middels een warme verwijzing en een terugkoppeling.
- Heeft de zwangere en/of partner vóór de zwangerschap contact gehad met zorgverleners? Bijvoorbeeld in verband met een fertiliteitstraject? Kijk of overdracht mogelijk is met betrekking tot het gesprek over roken.

Acties

- Bekijk hoe je de schriftelijke overdracht zo makkelijk mogelijk kan regelen in de overdrachtsbrief.
- Stem dit af met o.a. de kraamzorg, kindergeneeskunde en JGZ.

Aan de slag

Hebben jullie alle vragen in dit document met elkaar kunnen beantwoorden? En heb je de bijbehorende acties uitgevoerd? Leg deze informatie vast in een gezamenlijk gedragen document en dan heb je jouw zorgpad! Nog vragen? Neem gerust contact op via gezondestart@trimbos.nl.