

Rook-stop-poli

informatie

Albert Schweitzer ziekenhuis
februari 2009
pavo 0291



Inleiding

Als u eenmaal begonnen bent met roken, is het moeilijk om hiermee te stoppen. U kunt een bijna onbedwingbare behoefte hebben om te roken. Wanneer u een keer probeert te stoppen kunt u last krijgen van ontweningsverschijnselen. Dit zijn twee belangrijke punten waardoor het stoppen met roken kan mislukken.

In deze folder informeren wij u over de hulp die de rook-stop-poli u kan bieden bij het stoppen met roken.

Rook-stop-poli

De rook-stop-poli is er om u een extra steuntje in de rug te geven bij het stoppen met roken. Op deze poli werkt een verpleegkundige die speciaal getraind is om mensen te begeleiden bij het stoppen met roken.

Als u hulp wilt bij het stoppen met roken kunt u een afspraak maken op de rook-stop-poli. U hebt hiervoor geen verwijzing nodig van uw huisarts of specialist. Op de laatste bladzijde van deze folder vindt u het telefoonnummer om een afspraak te maken.

Het intakegesprek

De rook-stop-poli bevindt zich op de polikliniek Longziekten in het Albert Schweitzer ziekenhuis op locatie Dordwijk (eerste etage, polikliniek nr. 106), op locatie Zwijndrecht (polikliniek nr. 23) en in het GOED Ridderkerk.

Bij uw eerste afspraak op de rook-stop-poli krijgt u een intakegesprek. Tijdens dit gesprek wordt u een aantal vragen gesteld over uw rookgedrag en of u eerdere pogingen hebt ondernomen om te stoppen met roken. Verder komen de redenen waarom u wilt stoppen met roken en uw verwachtingen hierover ter sprake.

informatie

De stopafspraak

Tijdens de stopafspraak wordt er samen met u een persoonlijk stopplan opgesteld. U bepaalt in dit gesprek een datum waarop u stopt met roken. U krijgt uitleg over de mogelijke hulpmiddelen bij het stoppen met roken zoals een pleister, kauwgum, acupunctuur, medicijnen etc. Het is belangrijk dat u tijdens dit gesprek aangeeft waar u met name tegenop ziet als u gaat stoppen met roken.

De vervolgspraken

U krijgt bij de stopafspraak een eerste vervolgspraak mee. Deze vervolgspraak wordt gemaakt enkele dagen nadat u daadwerkelijk bent gestopt met roken. Bij de vervolgspraak bespreekt u uw eerste ervaringen bij het stoppen met roken. Eventueel kunt u gebruik gaan maken van (andere) hulpmiddelen.

Vervolgens komt u regelmatig terug op de rook-stop-poli. Telkens worden uw ervaringen besproken. Verder wordt er besproken of u nog hebt gerookt en wat de aanleiding hiertoe was. Als de gekozen hulpmiddelen onvoldoende effect hebben, kunt u andere hulpmiddelen proberen.

Kosten

Voor de begeleiding van de rook-stop-poli wordt een eenmalige eigen bijdrage gevraagd van 55 euro. U kunt bij uw ziektenkostenverzekering informeren of dit bedrag (deels) vergoed wordt.

informatie

Bereikbaarheid

De rook-stop-poli is op maandag en dinsdag tijdens kantooruren bereikbaar via tel. (078) 654 12 11. Op overige dagen is de telefoon doorgeschakeld naar voicemail. Spreek gerust uw naam en telefoonnummer is, zodat wij u terug kunnen bellen.

informatie

