

Longziekten

“Stoppen met roken poli”



Begeleiding bij het stoppen

U bent doorverwezen door een specialist of huisarts naar de “Stoppen met roken poli”.

Van de mensen die proberen te stoppen met roken, lukt dat slechts 5% zonder hulp of begeleiding. Volhouden van het stoppen met roken vraagt verandering van gedrag en levensstijl. Uit onderzoek blijkt dat de beste resultaten worden behaald door te stoppen onder begeleiding van deskundigen.

Bij de medewerkers van de “Stoppen met roken poli” is kennis en ervaring aanwezig om u te helpen. Verpleegkundig consulenten gespecialiseerd in het stoppen met roken, begeleiden u. Deze begeleiding is gericht op uw persoonlijke situatie. Samen met u wordt een stopplan gemaakt. Hiermee wordt u individueel en stapsgewijs begeleid naar een rookvrij leven.

Traject

Tijdens het eerste bezoek aan de “Stoppen met roken poli” wordt er door de verpleegkundig consulent een intakegesprek gehouden en wordt het begeleidingstraject besproken. Er wordt samen met u een persoonlijk stopplan gemaakt om het stoppen met roken te laten slagen. Hierna volgt een aantal persoonlijke en telefonische gesprekken. U kunt dan eventuele problemen bespreken, waarna met u wordt bekeken wat u aan die problemen kunt doen.

Na het eerste gesprek wordt er een afspraak gemaakt voor een longfunctie onderzoek en een röntgenfoto van uw longen. Na deze onderzoeken bezoekt u de longarts.

Een stoppoging lukt niet altijd. Dit betekent niet dat de begeleiding wordt gestopt. Er wordt samen gekeken waarom het mis is gegaan en wat er aan gedaan kan worden. Iedere stoppoging verhoogt de kans op definitief stoppen met roken en is dus geen weggegooide moeite.

Het contact met de verpleegkundig consulent wordt bij een geslaagde stoppen met roken poging na 1 jaar gestopt.

Voordelen

Enkele voordelen van het stoppen met roken:

- Uw eigen gezondheid en die van uw huisgenoten gaat er op vooruit.
- U krijgt een gezondere huidskleur door een betere doorbloeding van de huid.
- Uw uithoudingsvermogen gaat vooruit.
- Uw smaak en reuk verbeteren.

Contact

U kunt een afspraak maken met de verpleegkundig consulent “stoppen met roken” tussen 8:30 en 16:30 uur op:

- maandag, woensdag, en donderdag (in de even weken).
- maandag, donderdag en vrijdag (in de oneven weken).

Telefoonnummer: 0515 - 48 89 07

U kunt ook contact opnemen met de polikliniek Longgeneeskunde. De polikliniek is bereikbaar van maandag tot en met vrijdag tussen 8:30 en 16:30 uur.

Telefoonnummer: 0515 - 48 89 87.

**Antonius Ziekenhuis
Bolswarderbaan 1
8601 ZK Sneek**

**Urkerweg 4
8303 BX Emmeloord**

**Vissersburen 17
8531 EB Lemmer**

**Postadres
Postbus 20.000
8600 BA Sneek**

**Telefoon
0515 - 48 88 88**

www.mijnantonius.nl

10-04-2018