

# Samenvatting richtlijn behandeling tabaksverslaving (2016)

## Belangrijkste aanbevelingen herziene richtlijn 2016:

### Gedragsmatige interventies

- Het is bewezen effectief als zorgverleners een stoppen met roken advies op maat geven
- Gedragsmatige ondersteuning is de eerste keuze voor rokende zwangeren. Hierbij is intensievere ondersteuning het meest effectief
- Het is belangrijk om bij zwangere rokers zo snel mogelijk de interventie in te zetten die de grootste succeskans heeft

### E-sigaret

- De e-sigaret wordt (nog) niet aanbevolen als middel om te stoppen met roken. E-sigaretten zijn minder schadelijk dan reguliere sigaretten, maar bevatten schadelijke stoffen waarvan de risico's nog onderzocht worden
- Er is voorzichtigheid geboden bij zwangere vrouwen. Gelijktijdig gebruik van e-sigaret en reguliere sigaret moet worden ontraden

### Farmacotherapie

- Zwangere vrouwen kunnen nicotinevervangende middelen (NVM) zoals pleisters gebruiken als ze anders niet kunnen stoppen. Let wel op negatieve bijeffecten van de behandeling (bijv. huid- of keelirritatie) of van het stoppen met roken
- Nicotinevervangende middelen zijn het meest effectief in combinatie met begeleiding
- Probeer gelijktijdig gebruik van nicotinevervangende middelen en sigaretten te voorkomen

### E-health

- Er wordt een groot effect op stoppen met roken verwacht van mobiele telefoon- en internetinterventies die op maat gemaakt kunnen worden, interactief zijn en tekstberichten toevoegen.
- Overige e-health interventies kunnen worden gebruikt als aanvulling op andere interventies

## Stoppen met roken zorg is de taak van iedere zorgverlener!

### Aanbevolen stappen in stoppen met roken zorg voor zwangere rokers

