

Vragenlijst in verband met het stoppen-met-roken advies

Uitleg vragenlijst

Deze vragenlijst invullen duurt ongeveer 15 minuten. Er zijn geen goede of foute antwoorden. Geef bij elke vraag steeds één antwoord, tenzij anders is aangegeven.

Neem de ingevulde vragenlijst mee naar uw eerste afspraak op de Niet-meer-roken-poli. Alle gegevens worden vertrouwelijk behandeld. Bij 0: aankruisen wat van toepassing is.

Algemene informatie

Indien de vraag 2, 3, 4 of 5 niet gevuld is of niet klopt, graag de (juiste) gegevens doorgeven aan de receptie. Graag de andere gegevens, die niet kloppen wijzigen op de vragenlijst bij de desbetreffende vraag.

Vragenlijst in verband met het stoppen-met-roken advies

Huidige datum

Patientnummer

Naam

Adres

Postcode //

Woonplaats

Telefoon thuis / 06 nummer \

Mailadres@.....

Geslacht Vrouw

Geboortedatum

Burgerlijke staat

Gezinssamenstelling

Kind/eren 0 ja, hoeveel 0 nee

Werksituatie

Toelichting

9. Wie heeft u doorverwezen naar deze poli

Arts

Verpleegkundige

Verpleegkundig specialist

Zelf

Anders, namelijk

Vragenlijst in verband met het stoppen-met-roken advies

Rookgeschiedenis

1. Op welke leeftijd bent u begonnen met roken? jaar
2. Hoeveel jaar heeft u gerookt? jaar
3. Wat rookt u gewoonlijk?
 - Sigaretten
 - Shag
 - Sigaren
 - Pijp
 - Combinatie wiet/ tabak
 - Anders, _____
4. Hoeveel rookt u gemiddeld per dag?
 - Sigaretten
 - Shagjes.....
 - Sigaren.....
 - pijp(bolletjes).....
 - wiet/tabak.....
5. Op welk moment van de dag steekt u de eerste sigaret op?
.....
6. Welke sigaret zou u het moeilijkst vinden om op te geven (bijvoorbeeld de eerste sigaret s'ochtends)?
.....
7. Gebruikt u alcohol?
Zo ja, hoeveel glazen alcohol (bier, wijn etc.) drinkt u per dag?
8. Gebruikt u drugs?
Zo ja, wat en en hoeveel?
.....

Vragenlijst in verband met het stoppen-met-roken advies

Rook "stop" geschiedenis

1. Heeft u al eerder een stoppoging ondernomen?

Ja, ga door naar vraag 2 Nee, ga door naar vraag 7

2. Hoeveel keer heeft u geprobeerd te stoppen? _____ keer

3. Wanneer is de laatste stoppoging geweest?

4. Wat is de langste periode dat u niet gerookt heeft?

5. Had u last van 1 of meerdere van onderstaande klachten in de periode dat u niet rookte, zo ja, welke?

- Hunkeren naar een sigaret
- Neerslachtigheid
- Snel geïrriteerd, gefrustreerd of boos zijn
- Angstig of bezorgd zijn
- Meer gaan eten
- Concentratiestoornissen

Anders, namelijk _____

6. Kunt u aangeven wat de reden was om weer te beginnen na de vorige stoppoging(en)?

.....

7. Met welke onderstaande hulpmiddelen bent u bekend en wat zijn uw ervaringen ermee?

- Nicotinevervangers (pleisters, tabletten, kauwgum)

Ervaring:.....

- Medicatie (Zyban, Champix of iets anders)

Ervaring:

- Zelfhulpmateriaal (boeken, folders, internet, etc.)

Ervaring:

8. Waar wilt u nog informatie over krijgen?

- Nicotinevervangers (pleisters, tabletten, kauwgum)
- Medicatie (Zyban, Champix of iets anders)
- Zelfhulpmateriaal (boeken, folders, internet, etc.)

Motivatie

1. Wat is de reden om te stoppen met roken?

- Gezondheid
- Advies arts
- Aandrigen partner/kinderen
- Anders, namelijk _____

2. Bent u van plan te stoppen met roken?

- Ja, ik ben al gestopt per /..... /.....
- Ja, binnen 30 dagen
- Ja, binnen 6 maanden
- Ja, in het komende jaar
- Ik weet het nog niet

3. Hoe gemotiveerd bent u om te stoppen met roken?

- Helemaal niet
- Niet
- Neutraal
- Beetje gemotiveerd
- Erg gemotiveerd

Plan van aanpak

1. Hoe denkt u dat het stoppen met roken het best gaat lukken?

- Meteen stoppen
- Alle rookwaar het huis uit
- Omgeving informeren
- Hulpmiddelen gebruiken
- Beloning in het vooruitzicht stellen
- Afbouwen
- Afleiding zoeken
- Routine veranderen
- Anders.....

2. Welke problemen verwacht u als u stopt met roken?

- Hunkeren naar een sigaret
- Neerslachtigheid
- Snel geïrriteerd, gefrustreerd of boos zijn
- Angstig of bezorgd zijn
- Meer gaan eten
- Concentratiestoornissen
- Anders, namelijk

Steun **bij stoppen**

1. Heeft u een partner? Zo ja, ga door naar vraag 2 Zo nee, ga door naar vraag 5

2. Toelichting relatie

3. Rookt u partner? Zo ja, ga door naar vraag 3 Zo nee, ga door naar vraag 5

- Ja
- Nee

1. Is uw partner ook van plan te stoppen met roken?

- nee
- waarschijnlijk
niet
- waarschijnlijk wel
- ja
- niet van toepassing

2. Denkt u steun te ontvangen van uw partner en of omgeving bij uw stoppoging?

- 0 helemaal niet
- 0 een beetje
- 0 nogal
- 0 heel veel
- 0 niet van toepassing

3. Wat heeft u nodig ter ondersteuning?

.....

