

# *Een Rookvrije Eerste Lijn*

## *handleiding*

Auteur: Désirée Stolker

Datum: juni 2021



# 1. Introductie

## **Wat verstaan we onder een rookvrije zorginstelling?**

Een rookvrije zorginstelling streeft naar een zo gezond mogelijke omgeving zonder roken. De organisatie heeft dit opgenomen in haar beleid en laat het zien in haar communicatie. Onder rookvrij valt ook het roken van (soft)drugs, e-sigaretten en smeltsigaretten. Niemand rookt, er zijn geen asbakken of rookplekken, geen peuken op het terrein. Op het terrein en bij de ingang wordt met borden/stoeptegels of blauwe lijnen aangegeven dat men een rookvrij terrein betreedt en dus hier niet geacht wordt te roken. Ook is passende stoppen met roken hulp (of rookvrijbegeleiding) beschikbaar voor alle rokende patiënten en medewerkers.



Er zijn veel tools beschikbaar voor rookvrije ziekenhuizen en GGZ-instellingen. Zij hebben te maken met langdurig verblijf, visite, veel afdelingen met veel personeel en een uitgebreide bedrijfsvoering. Voor de eerste lijns-zorg heeft de GGD een korte versie gemaakt om hen op weg te helpen, gebaseerd op de toolkit [de website rookvrije zorg](#) en [de rookvrije generatie](#).

Daarnaast is voor de eerste lijn [een \(wachtkamer\)filmpje](#) door Trimbos ontwikkeld m.m.v. de GGD Hollands Midden en Zorgkoepel Rijnland.

## **Waarom kiezen we voor een rookvrije zorginstelling?**

Als zorginstelling of gezondheidscentrum streven we een zo gezond mogelijke omgeving en leefstijl na voor iedereen. We voorkomen hiermee directe en indirecte blootstelling aan rook en helpen mensen die willen stoppen. We geven het goede voorbeeld in de wijk, stad en in het land en dragen zo bij aan een cultuur waarin niet-roken de norm is. Daarmee voldoen we aan de wens van een groot deel van de bevolking.

Ook voor medewerkers is het van belang dat zij rookvrij zijn in werktijd. Rokers dragen nicotine en andere giftige stoffen op hun huid en in hun kleren. Uit een onderzoek naar pasgeborenen op een intensive care bleek dat er in de urine van de pasgeborenen van wie de verzorger rookte nicotineresten werden gevonden. Ook vonden de onderzoekers nicotineresten op meubels en op de couveuses van dezelfde afdeling. Bekijk de [animatie](#) derdehands rook voor zorgprofessionals. De door Trimbos ontwikkelde [factsheet](#) gaat in op de gevolgen van roken op de werkvloer. Te gebruiken bij de agendering bij het bestuur.

## **Een bewuste keuze?**

We willen kinderen een vrije én een bewuste keuze geven. Als een kind voor zijn 18e verslaafd raakt aan nicotine heeft het geen vrije wil meer. Een verslaving is alles behalve een vrije wil, omdat je dan geen vrije keuze meer hebt. Wekelijks steken honderden jeugdigen hun eerste sigaret op. Als zorginstelling willen we dat patiënten, bezoekers en medewerkers géén hinder ondervinden van de rook van anderen. Een rookvrij terrein zorgt ervoor dat mensen niet in aanraking komen met tabaksrook, peuken en as.

## **Leidinggevenden**

Leidinggevenden kunnen met rokende medewerkers in gesprek over wat zij nodig hebben om de werktijd rookvrij door te komen. Dit kan ook meegenomen worden in een jaargesprek. Verder is het aan leidinggevenden om rokende medewerkers te wijzen op het (nieuwe) rookbeleid, maar ook op de mogelijkheden zoals een stoppen-met-roken-training.

## **2. Het beleid maken**



### **Een heldere visie**

Met een rookvrije zorginstelling laten we zien dat we de gezondheid hoog in het vaandel hebben staan (practice what you preach!) en dat we het goede voorbeeld geven aan kinderen. We steunen rokers die willen stoppen met roken. Zo dragen wij bij aan een rookvrije samenleving.

### **Doelgroepen duidelijk formuleren**

In de eerste lijn komen patiënten van jong tot oud. Maar ook de medewerkers in de praktijk (al dan niet rokend) kunnen bijdragen aan een rookvrije organisatie, door niet te roken, rokers te ondersteunen en zo nodig mensen aan te spreken op roken rond het gebouw. Draagvlak is een belangrijke voorwaarde om mensen mee te krijgen. Het is dan ook goed om het [draagvlak te peilen](#).

### **Helemaal rookvrij of uitzonderingen?**

De voorkeur ligt bij een geheel rookvrije praktijk d.w.z. niemand rookt onder werktijd en in de pauzes uit het zicht. Het terrein en ingang zijn zichtbaar rookvrij verklaard en rokers worden vriendelijk op hun gedrag aangesproken. Bezoekers in de eerste lijn zijn meestal kortstondig aanwezig. Voor hen zal het minder belastend zijn dan voor rokende medewerkers. Zeer aan te bevelen is het om hen te steunen in het stoppen met roken en roken onder werktijd te ontmoedigen. De werkkleding moet nicotinevrij en fris zijn. Laat rokende medewerkers meedenken met de invoering van rookvrij-beleid.

### **Zet de stip op de horizon!**

Wanneer willen we rookvrij zijn? Is er een uitgelezen moment om de praktijk rookvrij te verklaren? Bijvoorbeeld de opening van een nieuwe vleugel aan het gebouw, Stoptober, een gezondheidsmarkt, Wereld Niet Rokendag (31 mei). Mooi om daar naartoe te werken!

### **3. Het beleid invoeren**

Zijn er verschillende afdelingen/eerste lijn zorgverleners in de organisatie?

- Het helpt als per afdeling iemand verantwoordelijk is voor het proces en beleid.
- Voor grotere organisaties: begin met mensen die er wat mee hebben. Benut 'de witte jassen'. Artsen hebben extra invloed. Indien mogelijk: smeed een coalitie en breid die uit.
- Een multidisciplinair projectgroepje dat verantwoordelijk is voor het resultaat, zoals vanuit *bouw & facilitair, medische zaken, communicatie, P&O, medici en inkoop*. Belangrijk om de uitvoerende taken concreet bij iemand te beleggen.
- De eerder genoemde [draagvlakpeiling](#) onder personeel (en eventueel de eigenaar van het gebouw) biedt zicht op eventueel te verwachten problemen.
- Bespreek het nieuwe beleid met de medewerkers, maar deel het ook met onderaannemers als werklieden, medewerkers catering, vaste bezorgers.
- Werknemers hebben recht op een gezonde werkplek. Deze [checklist](#) biedt inzicht in hoe werknemers ondersteund kunnen worden in het navolgen van rookvrij beleid.
- Er zijn korte antwoorden op veel gestelde vragen geformuleerd over rokende medewerkers. Zie [FAQ](#) voor een gezonde werkplek.
- Voor ondersteuning bij het naleven van een rookvrije omgeving, manieren om mensen die toch roken vriendelijk aan te spreken is [hier een toolkit](#).

#### **Communicatie**

Een communicatieplan is vooral van belang voor grotere instellingen. Ter inspiratie bijgaand [een plan uit de GGZ](#). Met in de bijlage de achtergrondinformatie en een mooi overzicht van nuttige cijfers voor de onderbouwing! Aandacht voor opname rookvrij in het personeelshandboek en intranet. Maar ook voor nieuwe medewerkers en het format van vacatures. [Borden, stoeptegels](#) of andere materialen zijn online te bestellen en tekstueel aan te passen naar eigen locatie, indien gewenst.

Ook voor extern is van belang dat aandacht is op website en social mediakanalen. Hoe spreek je mensen aan die toch roken op het terrein? Hiervoor zijn [mogelijkheden](#) beschikbaar die behulpzaam zijn.

#### **Filmpjes voor in de wachtkamer**

- [Rookvrije eerste lijn](#) (met muziek)
- [Rookvrije eerste lijn](#) (zonder muziek)
- [Filmpje rookvrije gemeente](#) (op platform 'op weg naar een rookvrij Hollands Midden!' selecteer uw gemeente)
- Filmpje [Stoptober](#): Hollands Midden daagt jou uit!

#### **Financiën**

- Begeleide stophulp wordt veelal 1 x per jaar geheel vergoed door de basiszorgverzekering.
- Borden, stickers, tegels voor een rookvrije locatie kunt u [hier](#) bestellen

## Stoppen met roken

Bied rokende medewerkers de steun om te stoppen, bijvoorbeeld door het zelf organiseren van stopondersteuning, het mogen volgen ervan in werktijd of het bieden van beloning/incentives.

Uiteraard is aandacht voor stoppen met roken aan patiënten heel belangrijk. Voor stopondersteuning is veel informatie te vinden op de [website rookvrije zorg](#).

GGD Hollands Midden ondersteunt Stoptober.

- \* Begin september kunnen rokers zich aanmelden via de [Stoptober app](#).
- \* Voor in de wachtkamer is (in september) het [Stoptoberfilmpje](#) van Hollands Midden beschikbaar, te tonen via narrowcasting.

## Eerste lijn rookvrij: gaan voor een lokale aanpak

Binnen de gemeenten van de regio Hollands Midden zijn samenwerkingsverbanden voor de eerste lijn. Het meest effectief is het als in dit verband eerstelijns instellingen zich gezamenlijk uitspreken om rookvrij te worden en hier een plan voor maken. Ook kan de samenwerking gezocht worden met partners in de lokale of regionale setting, zoals scholen of kinderopvang. Hierover meer informatie in [de FAQ](#). Ook REOS kan ondersteuning bieden.

De invloed van de gezondheidszorg reikt tot ver buiten haar eigen muren. Door op lokaal niveau betrokkenheid en samenwerking te tonen -met bijvoorbeeld gemeenten en GGD'en- kan de strijd tegen tabaksgebruik en tabaksafhankelijkheid effectief kracht worden bijgezet. Aansluiten bij landelijke campagnes zoals [PUUR rookvrij](#) en voorbeelden van [regionale samenwerking](#) kunnen inspireren om als eerstelijns zorg bij te dragen aan een rookvrije samenleving.