

Petra Hopman Esther Croes Jessica Baars

29 september 2022 4 minuten leestijd  
verslaving

## Het rookstopadvies van de zorgverlener is goud waard

### Dat patiënten er niet over willen praten is een misvatting

Plaats een reactie



 Getty Images

**Cijfers uit het laatste draagvlakonderzoek Tabaksontmoediging zijn er helder over: patiënten staan overwegend positief tegenover een gesprek met hun huisarts over rookstopzorg. Een call to action aan alle zorgverleners.**

Stoppen met roken is een onderbelicht thema in de spreekkamer. Veel zorgprofessionals veronderstellen dat de patiënt niet gemotiveerd zou zijn, en dat het spreken over stoppen met roken de arts-patiëntrelatie schaadt. Ook zien zorgverleners eenvoudigweg geen rol voor zichzelf weggelegd in de rookstopzorg.

Dat deze percepties van zorgverleners niet stroken met de werkelijkheid van de patiënt blijkt uit de bevindingen van recent draagvlakonderzoek onder 1032 Nederlanders van 18 jaar en ouder, uitgevoerd in opdracht van de Gezondheidsfondsen voor Rookvrij.<sup>1</sup>

Huisarts aangewezen partij

Slechts één op de tien rokers uit het draagvlakonderzoek vindt *niet* dat zij gestimuleerd zouden moeten worden om te stoppen met roken. Een groot deel (72%) van de rokers vindt dat zij hulp verdienen bij het stoppen, en krijgen daarbij graag ondersteuning. Vindt de patiënt het dan ongepast of vervelend dat die hulp uit de zorg komt?

Allerminst, zo blijkt. Slechts één op de tien rokers vindt de zorgverlener *niet* de aangewezen persoon om een stoppen-met-rokenadvies te geven. Specifiek voor de huisarts geldt hetzelfde: slechts 10 procent van de rokers vindt hem/haar *niet* de aangewezen partij. De helft van de rokers is juist (sterk) van mening dat de dokter hen een rookstopadvies zou moeten geven; deze mensen staan dus al met twee benen op de drempel om over stoppen met roken te spreken. Circa vier op de tien rokers hebben geen duidelijke mening. Al met al laat de zorgverlener door te zwijgen op voorhand een enorm potentieel liggen. Onderzoek laat namelijk zien: een rookstopadvies door een arts geeft bijna een verdubbeling van de kans dat een roker werkelijk stopt.<sup>2</sup> De kracht zit bovendien in de herhaling, daarom zou iedere zorgverlener de gelegenheid moeten aangrijpen om een rookstopadvies te geven. Want met elk halfuur een tabaksgerelateerde dode in Nederland is dit leefstijlfactor nummer 1 om met de patiënt te bespreken.

## Een rookstopadvies van een arts verdubbelt de kans dat een roker stopt

### Mondjesmaat geadviseerd

Vrijwel iedereen met een opleiding in de zorg heeft geleerd om bij het intakegesprek devraag te stellen: 'Rookt u?' Het is opvallend hoe vaak het antwoord op deze vraag vervolgens voor kennisgeving wordt aangenomen. Recent onderzoek onder 883 Nederlandse medisch specialisten, huisartsen en andere zorgverleners toonde bijvoorbeeld dat na een positief antwoord bij het uitvragen van de rookstatus er door al deze beroepsgroepen slechts mondjesmaat geadviseerd werd om te stoppen met roken.<sup>3</sup> Deze discrepantie kan door de patiënt worden opgevat als impliciete goedkeuring van de zorgverlener over het rookgedrag. De auteurs zelf vergelijken het met het volgende fictieve gesprekje: 'Gebruikt u uw medicatie volgens voorschrift?' 'Nee.' 'Prima, heeft u verder nog klachten?' Het is dus van groot belang om niet alleen te vragen naar het roken, maar vooral ook te vertellen hoe de kans op succesvol stoppen het grootst is en zo nodig te verwijzen naar passende ondersteuning.

### Zetje geven

De groep patiënten die men met het stopadvies tegen de haren instrijkt, is dus verrassend klein, blijkt uit genoemd draagvlakonderzoek. Sterker nog, 80 procent van de rokers realiseert zich dat roken een echte verslavingsziekte is. Een even grote groep rokers heeft een stopwens, maar slechts 30 procent doet een serieuze poging hiertoe. Begrijpelijk, want de nicotine roept, vele keren op een dag. Daarom is aanmoediging zo belangrijk, want smoesjes om nu nog even niet te stoppen zijn er genoeg. Artsen, met hun kennis over de gevolgen van roken, zijn een betrouwbare partij om zo'n zetje te geven. Dat kan al in dertig seconden, met de Very Brief Advice (VBA)-methode. Het VBA bestaat uit drie simpele stappen, namelijk: **1. Vraag:** 'Rookt u?', **2. Vertel:** 'Als u wilt stoppen met roken, dan is de kans van slagen het grootst bij professionele begeleiding', en **3. Verwijs:** 'Ik verwijs u daarom graag naar een goede rookstopbegeleider.' Is zo'n gesprek lastig? De eerste paar keer wellicht een beetje, maar oefening baart kunst.<sup>4</sup> Naast het aanbieden van het VBA kunnen zorgverleners patiënten laagdrempelig verleiden tot (tijdelijk) stoppen met roken door hen te wijzen op publiciteitscampagnes als PUUR en Stoptober. Deze campagnes vormen een gemakkelijke manier om stoppen met roken met de patiënt te bespreken: het vraagt weinig tijd en is bovendien eenvoudig te combineren met het stopadvies. Op de website [ikstopnu.nl](http://ikstopnu.nl) staat begrijpelijke informatie voor patiënten over de verschillende vormen van hulp. Makkelijk te onthouden, want dit webadres staat op elk pakje tabak.

Het is, kortom, een gemiste kans om het gesprek over roken te mijden in de spreekkamer. De meeste rokers willen namelijk stoppen en verwachten hierover juist een gesprek met de zorgverlener. Een stopadvies van de zorgverlener is daarmee goud waard.

## **auteurs**

dr. Petra Hopman, wetenschappelijk medewerker Trimbos-instituut

dr. Esther Croes, arts-epidemioloog Trimbos-instituut

dr. Jessica Baars, adviseur kennis, Gezondheidsfondsen voor Rookvrij

## **contact**

phopman@trimbos.nl

cc: redactie@medischcontact.nl

# VOETNOTEN

[1] Kantar Public (2022). Draagvlakonderzoek Tabaksontmoedigingsbeleid in opdracht van Gezondheidsfondsen voor Rookvrij (ongepubliceerde data).

[2] Stead, L. F., Buitrago, D., Preciado, N., Sanchez, G., Hartmann-Boyce, J., & Lancaster, T. (2013). Physician advice for smoking cessation. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 2017(12).

<https://doi.org/10.1002/14651858.CD000165.pub4>

[3] Meijer, E., van der Kleij, R.M.J.J., Chavannes, N.H. (2019). Facilitating smoking cessation in patients who smoke: a large-scale cross-sectional comparison of fourteen groups of healthcare providers. *BMC Health Serv Res.* 2019;19:750. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31653215/>

[4] Er is een door het ministerie van VWS gefinancierde gratis en geaccrediteerde e-learning, ontwikkeld door het Trimbos-instituut, waarin het VBA wordt toegelicht én waarin interactief geoefend kan worden:

<https://www.trimbos.nl/aanbod/webwinkel/af1947-het-stoppen-met-rokenadvies-hoe-geef-ik-dat/>

## **Lees ook:**

### **Hoeveel redenen hebben we nodig voor een filterverbod?**

26 mei 2022

---

### **Tabaksverslaving is een politieke ziekte**

03 april 2019

---