

### Stoptober 2022

Op 2 september 2022 was de [kick-off Stoptober 2022](#), de actie waarin rokers in Nederland worden uitgedaagd om vanaf 1 oktober 28 dagen te stoppen met roken.

Het Trimbos-instituut heeft ondersteuningsmaterialen ontwikkeld voor zorgprofessionals om de Stoptober-campagne in te zetten in de zorg. De [handleiding](#), het [wachtkamerfilmpje](#) en [voorbeeld intranetberichten](#) staan op [deze pagina](#). De gratis Stoptober-toolkit kunt u bestellen via [deze pagina](#). Kijk op <https://www.trimbos.nl/kennis/stoptober> voor meer informatie, inspiratie en veel gestelde vragen. Ook is er een podcast serie op Spotify genaamd '[Stopcast](#)' met gesprekken met een rookstopcoach, epidemioloog en twee happy stoppers. De serie zal de komende weken groeien met nieuwe afleveringen.

### Het rookstopadvies van de zorgverlener is goud waard

29 september: Artikel in Medisch Contact van Petra Hopman, Esther Croes en Jessica Baars

In het [artikel](#) wordt, op basis van recent draagvlakonderzoek onder rokers, de heersende opvatting onder zorgverleners onderuitgehaald dat rokende patiënten niet met hen over SMR zouden willen praten. Het is een *call to action* aan alle zorgverleners om de handschoenen op te pakken, en er wordt daarbij gewezen op het Very Brief Advice en de ondersteunende materialen van het Trimbos. Ook worden de campagnes PUUR Rookvrij en Stoptober genoemd als ideale haakjes om het gesprek aan op te hangen. Het draagvlakonderzoek is uitgevoerd i.o. Gezondheidsfondsen voor Rookvrij.

### Update richtlijn tabaksverslaving en stoppen met roken

Afgelopen zomer is er een start gemaakt met de modulaire herziening van de [Multidisciplinaire Richtlijn Behandeling van tabaksverslaving en stoppen met roken ondersteuning](#) en [NHG-Behandelrichtlijn Stoppen met Roken](#). Het Trimbos-instituut en het Nederlands Huisartsen Genootschap (NHG) voeren deze update in een gemeenschappelijk traject uit.

Met input van beider netwerken (NHG en Trimbos/Partnership) is op inhoudelijke en praktische gronde een gewogen keuze gemaakt voor de volgende acht thema's:

1. Effectiviteit van e-sigaret als methode bij stoppen met roken
2. Gedragmatige ondersteuning – Very Brief Advice / kort stopadvies
3. Gedragmatige ondersteuning – Groepsinterventies
4. Gedragmatige ondersteuning – Kortdurende (niet-intensieve) interventies
5. Medicamenteuze ondersteuning – effectiviteit / plaatsbepaling cytisine
6. Zwangeren – NVM bij zwangeren, effectiviteit en veiligheid
7. Effectiviteit van E-healthinterventies
8. Tijdelijk minderen als opmaat tot stoppen

Begin oktober zal naar verwachting een werkgroep compleet zijn, met verschillende relevante disciplines daarin vertegenwoordigd. De werkgroep staat onder voorzitterschap van prof. dr. Jean Muris en zal verschillende malen bijeen komen om de onderzoeksvragen scherp te stellen, –waar nodig– de kwaliteit van de gevonden wetenschappelijke studies te beoordelen en te graderen en het gevonden bewijs te vertalen naar aanbevelingen voor de praktijk. Het gehele traject zal ongeveer 1,5 jaar in beslag nemen. Via de Nieuwsbrief houden we iedereen uiteraard op de hoogte.

### **Competentieprofielen smr-coaches**

Per 2023 zullen alle nieuw ingeschrevenen voldoen aan de nieuwe competentievereisten (basisprofiel).

Reeds ingeschreven coaches kunnen zich via aangepaste scholingen en een coulante overgangsregeling ook toe bekwamen. Daarnaast werkt het Trimbos-instituut momenteel i.s.m. de Taskforce Rookvrije Start aan een basisscholing die rookstopcoaches zal kunnen voorzien van een 'Extra' vinkje in het register, voor het begeleiden van zwangeren en vrouwen/stellen met een kinderwens. Aan de competentievereisten ('Extra') voor het begeleiden van cliënten met psychische comorbiditeit wordt de laatste hand gelegd.

### **Toetsingskader intensieve rookstopinterventies**

Om de toetsing van smr-interventies continu en transparant te maken wordt er momenteel gewerkt aan het opstellen van een toetsingskader voor het beoordelen van intensieve gedragsmatige smr-interventies.

Deze toetsing geschiedde tot op heden op basis van de richtlijn en zorgstandaard (deze zullen tevens de ruggengraat vormen van het nieuwe toetsingskader) en op basis van vergaarde kennis en ervaring van (lang zittende) leden van de kwaliteitscommissie die tevens met beide benen in het smr-veld staan. Deze kennis zal nu zo goed mogelijk gevat worden in transparante criteria. Het toetsingskader wordt ongetwijfeld een groeiend document, maar de start is gemaakt. Mocht de te verschijnen richtlijnmodule rondom *niet-intensieve gedragsmatige interventies* evidentie opleveren voor de effectiviteit daarvan, dan zal ook hiervoor een toetsingskader worden opgesteld. Ook zullen de vakinhoudelijke criteria van het toetsingskader voor *scholingen* worden aangescherpt – hierin zit immers (deels) een dubbeling met het toetsingskader voor interventies.

### **Beroepsvereniging rookstopcoaches**

In tegenstelling tot de andere beroepsgroepen die vallen onder de registers van [Kabiz](#), worden de rookstopcoaches voornamelijk niet vertegenwoordigd door een beroepsvereniging

Het Partnership SMR vervult deze functie tot op heden. Het goede nieuws is dat er vanuit het veld initiatieven aan het ontstaan zijn tot het vormen van een dergelijke beroepsvereniging. Vanuit het Partnership zijn recent ook actieve oproepen hiertoe uitgegaan, mét resultaat. De mogelijkheden tot het vormen van een beroepsvereniging voor smr-coaches worden dan ook nader verkend – wordt vervolgd! Op facebook bestaat een groep (privé) waar smr-coaches zich bij kunnen aanmelden:

<https://www.facebook.com/groups/943973612964775>



### Cytisine als alternatief voor Champix verkrijgbaar per 20 september

Cytisine (merknaam Decigatan), een hulpmiddel bij stoppen met roken is vanaf 20 september op recept verkrijgbaar in Nederland via de Nationale Apotheek.

Dit alternatief voor varenicline (merknaam Champix) wordt door alle zorgverzekeraars vergoed mits het in combinatie met een coachingstraject voor stoppen met roken wordt aangeboden.

Vanwege bijwerkingen is cytisine enkel op recept verkrijgbaar. Mogelijke bijwerkingen zijn: veranderingen in eetlust, buikpijn, misselijkheid, hoofdpijn, slaapstoornissen, vermoeidheid en angst. Het middel is niet geschikt voor mensen met verschillende vormen van hart- en vaatziekten, zwangere vrouwen en tijdens het geven van borstvoeding.

Cytisine is een plantaardig stofje (een plantenalkaloïde) uit de zaden van de gouden regen plant. Dit middel bootst de effecten van nicotine na. Een kuur duurt 25 dagen. Lees meer op [ikstopnu.nl](https://www.ikstopnu.nl), op de [website van het CBG](https://www.cbg.nl) en op de [website van de Nationale Apotheek](https://www.nationaleapotheek.nl).

### Bureaubalk Very Brief Advice+

Het [Very Brief Advice+](#) (VBA+) is een uitbreiding op het VBA, hierbij is het 'warm verwijzen' het meest vernieuwende aspect. De [bureaubalk VBA+](#) helpt zorgverleners met het gesprek aangaan over roken en verwijzen naar professionele hulp. Er is nu ook een [FTO module](#) beschikbaar voor huisartsen en apothekers waarin VBA+ wordt besproken, de stoppen-met-rokenzorg in de regio wordt verkend, en afspraken worden gemaakt over het toepassen van VBA+.

### Zorgpad Stoppen met Roken

Met het [digitale zorgpad voor stoppen met roken](#) kan lokaal in kaart worden gebracht welke zorgverleners welke rol hebben om mensen die roken te helpen om te stoppen. De website bevat verschillende stappen die een stoppende roker doorloopt: adviseren, motiveren, begeleiden en terugvalpreventie. Per stap is er uitleg te vinden hoe de stoppende roker begeleid kan worden. Goede rookstopzorg in de buurt staat sterker als het lokale aanbod bekend is en iedere zorgverlener weet waar de roker terecht kan.

### PUUR rookvrij voor ouders

De landelijke campagne PUUR rookvrij wordt vanaf 31 oktober opnieuw onder de aandacht gebracht bij rokende ouders met thuiswonende kinderen. Posters, video's, banners en een bioscoopspot zullen weer zowel fysiek als online ingezet worden om ouders op positieve wijze aan te zetten tot het doen van een effectieve stoppoging. Een deel hiervan zal al tijdens de herfstvakantie starten. Gratis materialen voor professionals zijn te bestellen op [puurvoorprofs.nl/ingesprek](https://puurvoorprofs.nl/ingesprek).

### Materialen Rookvrije Start

Om de doelstellingen van het Nationaal Preventieakkoord beter te kunnen bereiken, intensiveert het Ministerie van VWS de activiteiten van de Taskforce Rookvrije Start. Daarom biedt de Taskforce Rookvrije Start vanaf 1 september tot in elk geval eind 2022 haar scholing (training en e-learnings) en materialen gratis aan. Bekijk de materialen in de [toolkit](#) of lees meer over het [scholingsaanbod](#) op de [vernieuwde website van de Taskforce Rookvrije Start](#).

### Esther Croes (Trimbos-instituut) in Koffietijd over gevaren van vaperen

Esther Croes van het Trimbos Instituut praatte in het televisieprogramma Koffietijd over de ontwikkelingen omtrent jongeren en vaperen.

Esther licht toe hoe de tabaksindustrie er met dit nieuwe product alles aan doet om nieuwe klanten te werven. Ook gaat ze dieper in op de ingrediënten, de schadelijkheid en gevolgen. Het fragment terugkijken kan via [deze link](#).

### Scholing voor gespecialiseerde rookstopcoaches

Vanaf 2023 bestaat bij Kabiz voor SMR-coaches de mogelijkheid om in te schrijven voor de specialisatie SMR-bergeleiding bij rokers met een kinderwens en zwangere rokers. Daarvoor is het volgen van een nascholing, aanvullend op de basisopleiding tot SMR-coach één van de criteria.

Save the date: Ben jij stoppen-met-roken coach? En wil jij je specialiseren op preconceptie/zwangeren? Check dan of je voldoet aan de [criteria](#) en meld je aan voor de scholingsdag op **24 januari 2023**.

Het traject zal bestaan uit een voorbereiding, een theoretietoets, een scholingsdag en een supervisie traject. Deze scholing **gratis**.

Coach je deze doelgroep al?

Ook voor jou is deze scholing van toepassing, zodat alle coaches in dit register dezelfde basiskennis en – kunde hebben. Afhankelijk van je ervaring vervalt het supervisie traject.

Meer weten of interesse in deelname?

Mail naar Sharon via [rookvrijestart@trimbos.nl](mailto:rookvrijestart@trimbos.nl)

### Kalender

- **Online training Rookvrije Start**

Rookvrije Start, 11 november 2022 (18.30-22.00 uur). O.a. oefenen met het gesprek over stoppen met roken, tips voor het omgaan met wrijving en leren hoe (aanstaande) ouders te motiveren om te stoppen. Informatie en aanmelden [hier](#).

- **Congres Rookvrije Zorg**

Trimbos-instituut, 10 november (13.00-16.30 uur). Informatie en aanmelden [hier](#).

- **Training (basis) 'Starten met Stoppen voor professionals'**

Trimbos-instituut i.s.m. NHG, 10 november 2022. Informatie en aanmelden [hier](#).