

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](#). Begin november vond de eerste werkgroepvergadering plaats in de Domus Medica te Utrecht. Belangrijk agendapunt was het vaststellen van de thema's/uitgangsvragen. Deze zijn als volgt vastgesteld:

1. Welke behandeling met nicotine vervangende middelen is veilig aan te bevelen ter ondersteuning bij het stoppen met roken bij zwangeren?
2. Is de e-sigaret aan te bevelen ter ondersteuning bij het stoppen met roken bij personen die gemotiveerd zijn om te stoppen met roken?
3. Is Cytisinicline (cytisine) aan te bevelen ter ondersteuning bij het stoppen met roken (bij rokers gemotiveerd om te stoppen)?
4. Is het kort stopadvies door een zorgverlener aan te bevelen aan rokers?
5. Zijn kortdurende gedragsmatige interventies (groep of individueel) aan te bevelen ter ondersteuning bij het stoppen met roken (bij rokers gemotiveerd om te stoppen)?
6. Is afbouwen van het aantal sigaretten aan te bevelen om te stoppen met roken?
7. Zijn eHealth interventies aan te bevelen ter ondersteuning bij het stoppen met roken (bij rokers gemotiveerd om te stoppen)?
8. Welke methoden zijn aan te bevelen om te stoppen met vaperen?
Toelichting: het thema vaperen (dat is: roken van een e-sigaret) wordt door de werkgroep als hoog-prio gezien. Niet alleen vaperen als (tijdelijk) hulpmiddel bij stoppen met roken (uitgangsvraag 2), maar ook het stoppen met vaperen an sich, aangezien de meeste e-sigaretten nicotine bevatten en de handeling van het vaperen de verslaving in stand houdt. Dit thema kon worden uitgeruild met het thema 'intensieve gedragsmatige groepsinterventies' dat eerder nog op de shortlist stond, maar daar per abuis op terecht was gekomen (verward met het thema 'kortdurende gedragsmatige interventies', uitgangsvraag 5). Het is niet de verwachting dat een nieuwe search tot andere inzichten zal leiden dan het vigerende advies t.a.v. kortdurende gedragsmatige interventies uit 2016. Dit thema is dus vervallen ten bate van stoppen met vaperen.

De 10 werkgroepleden zijn verdeeld over deze thema's, op zo'n manier dat elk thema door drie werkgroepleden wordt gecoverd, en elk werkgroeplid ca. drie thema's onder zijn/haar hoede heeft. Concreet houdt dit in dat deze zgn. 'topic group leden' kritisch meelesen en meeschrijven aan de teksten (wetenschappelijke onderbouwing en aanbevelingen) die voortvloeien uit de literatuursearches. In de ronde daarna leest steeds de gehele werkgroep mee. De afgelopen weken is gestart met de uitvoer van de literatuursearches voor de thema's Cytisinicline, eHealth, minderen, kort stopadvies en e-sigaret. Op 25 januari is de werkgroep bijeen geweest om voor de thema's minderen en Cytisinicline een opzet te maken voor de teksten. Streven is de overige teksten voor de zomer in opzet af te hebben.

De richtlijnupdate is een gezamenlijk traject van het Trimbos-instituut en het Nederlands Huisartsen Genootschap (NHG). De werkgroep staat onder voorzitterschap van prof. dr. Jean Muris. Het traject, dat afgelopen zomer is gestart, zal ongeveer 1,5 jaar in beslag nemen. Via het partnership houden we iedereen steeds op de hoogte. Voor vragen kunt u terecht bij Petra Hopman (Trimbos-instituut), via PHopman@trimbos.nl.

Beroepsvereniging in oprichting SMR coaches

In tegenstelling tot vele andere beroepsgroepen in de zorg (en daarbuiten) worden de SMR-coaches nog 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. Het partnership-bestuur heeft regelmatig overleg met Robert Jellinek (SMR-coach) die met een aantal andere SMR-coaches aan het onderzoeken is of zij gezamenlijk een beroepsvereniging kunnen oprichten. Het partnerschap heeft €2.500 beschikbaar gesteld (begroting 2023) ter ondersteuning van dit initiatief. Deze beroepsvereniging in oprichting sluit als partner aan bij het Partnership SMR.

Branchevereniging in oprichting 'Intensieve stoppen met roken zorg'

Het Partnership SMR heeft sinds kort overleg met de branchevereniging in oprichting van SMR-aanbieders. Het partnershipbestuur is momenteel in gesprek met drie initiatiefnemers (SineFuma, WeQuit en Rookvrij en Fitter). Via deze en andere SMR-organisaties worden jaarlijks zo'n 30.000 mensen begeleid bij het stoppen met roken via intensieve gedragsmatige begeleiding door deskundige SMR-coaches die allemaal in het kwaliteitsregister staan ingeschreven. Ook verzorgen deze organisaties scholing voor SMR-coaches en zijn zij gesprekspartner van het partnership als het gaat over kwaliteit (competentieprofiel en SMR Extra) en over toegang tot SMR-zorg (de drempels die in de praktijk worden ervaren). We verwelkomen de branchevereniging in oprichting graag als lid van het Partnership SMR.

Taskforce RookStopZorg

De Taskforce RookStopZorg is per 1 september 2022 gestart. Ook staatssecretaris van Ooijen meldde de oprichting van deze Taskforce in zijn recente [brief](#) aan de Tweede Kamer. De Taskforce RookStopZorg zal opereren naast het Partnership Stoppen met Roken en wordt uitgevoerd door het Trimbos-instituut in opdracht van het ministerie van VWS. Het einddoel is het bewerkstelligen van het meer bespreken van roken door alle zorgverleners in het veld en het verbeteren van toeleiding naar de juiste SMR-zorg.

Aanleiding zijn de recente ontwikkelingen van het niet verder dalende aantal rokers en het beperkte aantal stoppogingen die het halen van de doelen van het Preventieakkoord bemoeilijken.

De Taskforce RookStopZorg gaat een activerende campagne opzetten voor de zorgsector om roken bespreekbaarder te maken. Ook wordt in kaart gebracht wat belemmerende factoren zijn voor het starten van een gesprek over roken, en voor adequate toeleiding naar SMR-zorg. Hier zullen vervolgens oplossingen voor worden gezocht.

Op dit moment verkeert de taskforce in de analyse fase, waarin onder andere een monitor en een peiling bij de diverse beroepsgroepen worden verricht.

Campagne ‘Doei Tabaksindustrie’ slaat aan

Om samen met jongeren een vuist te maken tegen de tabaksindustrie, lanceerden Hartstichting, KWF en Longfonds op 10 november het platform ‘[Doei Tabaksindustrie](#)’. Hieraan vooraf ging de landelijke ‘[Bedankt voor het roken](#)’ campagne, met als doel de tabaksindustrie een gezicht geven en verontwaardiging bij Nederlanders creëren.

En de campagne slaat aan. De eerste stap trok veel media-aandacht. Daarnaast is de campagne op diverse social media meermaals gedeeld, met positieve reacties. De eerste stap van ‘Doei Tabaksindustrie’ is dus gezet. Vanaf nu wordt de community verder uitgebouwd en bestendig met content over de misstanden binnen de tabaksindustrie via [Instagram](#) en [TikTok](#).

Vapen in het nieuws

- [Jongeren zijn meer gaan roken](#) en dit komt grotendeels door de e-sigaret (‘vape’). De e-sigaret kan fungeren als opstapje naar het roken van sigaretten en wordt aantrekkelijk gemaakt door een verscheidenheid aan smaakjes. Roken van een e-sigaret (‘vapen’) en de gevaren ervan, staat de laatste tijd dan ook volop in de belangstelling.
- In ‘[De nieuwe nicotineverslaafden](#)’ van Zembla laten Australische journalisten zien hoe de tabaksindustrie het beleid om jonge mensen te beschermen tegen de schade van e-sigaretten probeert te ondermijnen. Dat jongeren onder de 18 jaar, ook in Nederland, [makkelijk aan e-sigaretten kunnen komen](#) noemt de NVWA zorgwekkend. De leeftijdsgrens voor e-sigaretten is eenvoudig te omzeilen, toch blijft controleren lastig.
- Het AD bericht dat er in Nederland verkopers actief zijn die populaire, vaak minderjarige [influencers op TikTok en Snapchat](#) benaderen om op grote schaal e-sigaretten te promoten en te verkopen. Dat is bij wet verboden. Kinderlongarts Noor Rijkers legt, ook in het AD, uit hoe de e-sigaret niet voor een rookvrije generatie, maar voor een [nieuwe lading verslaafden](#) zorgt; ‘Zelfs ouders denken dat vapen minder schadelijk is’.
- Om jongeren goed te informeren en te waarschuwen over de risico’s van vapen, roken en snus, ontwikkelde het Trimbos-instituut [voorlichtingsfilmpjes voor op TikTok](#). Daarin gaan jongeren in gesprek met experts over de risico’s op gezondheidsschade en verslaving. Ook vertellen influencers hoe de tabaksindustrie hen benadert om vapen te promoten.
- Eerder sprak Esther Croes van het Trimbos-instituut in het televisieprogramma Koffietijd over de ontwikkelingen omtrent jongeren en vapen. 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](#).
- [NPO Kennis](#) heeft veel informatie gebundeld over de e-sigaret en het gebruik ervan onder jongeren.

Stoptober 2022: een terugblik

De negende editie van Stoptober heeft weer veel stoppers opgeleverd: meer dan 50.000 rokers zijn afgelopen oktober de uitdaging aangegaan. Voor de vier ambassadeurs was het in elk geval een succesverhaal: Tim Coronel, Eva Simons, Arno Kantelberg en Tommie Christiaan zijn nog steeds rookvrij.

Ook dit jaar was er veel media-aandacht, waaronder bij het grootste live stopmoment van Nederland tijdens de Stop Show in Artis. Bijna 300 rokers, inclusief de ambassadeurs, drukten gezamenlijk hun laatste sigaret uit. Nieuw dit jaar waren de Stop Casts. Deze podcasts van Stoptober, waarin experts en ervaringsdeskundigen stoppers inspireren en motiveren, zijn meer dan 4.000 keer beluisterd.

De voorbereidingen voor Stoptober 2023, de 10e editie alweer, zijn inmiddels begonnen. Stoptober hoopt dan de 500.000ste stopper te verwelkomen.

Opleiding stoppen-met-rokencoach 'Rookvrij! Ook jij?'

Voor de wijkaanpak 'Een Rookvrij Leven voor Iedereen' start kennisinstituut Pharos i.s.m. SineFuma een opleiding voor coaches met diverse achtergronden. Het doel is dat wijkbewoners makkelijker de weg vinden naar stoppen-met-rokenzorg en dat deze zo beter aansluit, bijvoorbeeld omdat dit in de moedertaal gegeven kan worden. Is uw zorgorganisatie bezig met een wijkaanpak en kent u een sleutelpersoon/intercultureel consulent die geschikt zou zijn als coach? Lees dan [hier](#) meer informatie over de opleiding.

Stopplan in begrijpelijk Turks

Treft u mensen in de praktijk die zonder begeleiding willen stoppen met roken en Turks spreken? Voor die mensen heeft Ikstopnu vanaf januari 2023 het stopplan in begrijpelijk Turks beschikbaar. Gratis te bestellen en downloaden via de webwinkel [Stopplan Ikstopnu - Turks - Trimbos-instituut](#)

Kalender

- **Congres Rookvrije Start**
Trimbos-instituut, 9 maart 2023 (9.30-17.00u). Informatie en aanmelden [hier](#).
- **Training (basis) 'Starten met Stoppen voor professionals'**
Trimbos-instituut i.s.m. NHG, data 2023 n.t.b. Informatie en aanmelden [hier](#).

Terugblik

- **Congres Rookvrije Zorg**
Trimbos-instituut, 10 november 2022. Kijk [hier](#) het congres terug (3 uur) en zie [hier](#) een prachtige informatiemap met alle highlights en links.
- **Livestream Stoptober**
NVvPO i.s.m. Trimbos-instituut, 13 september 2022. Kijk [hier](#) terug (31 minuten).
- **Stoptober voor zorgorganisaties**
Trimbos-instituut, 14 juni 2022. Kijk [hier](#) terug (89 minuten).
- **Nascholing Milieueffecten Tabak**
Trimbos-instituut, 31 mei 2022. Kijk [hier](#) terug (100 minuten).