

## **CURSUS 'STARTEN MET STOPPEN' VOOR EEN STOPPEN MET ROKENBELEID IN UW PRAKTIJK**

*Stugge rokers lopen een kans van 1 op 2 om te overlijden aan het roken van sigaretten, waarbij ze gemiddeld acht jaar korter leven. Ziekten, zoals longkanker, COPD en coronaire hartziekten worden vooral veroorzaakt door tabaksgebruik. Ook meerroken vormt een groot gevaar voor de volksgezondheid. Het belang van stoppen met roken wordt onderstreept in 22 NHG-Standaarden.*

*Omdat jaarlijks 70 procent van de Nederlanders hun huisarts bezoekt, is de huisartsenpraktijk een prima plek om rokers te adviseren en te ondersteunen bij het stoppen met roken.*

*Stoppen met roken is voor velen niet gemakkelijk vanwege de verslavende werking van nicotine.*

*Patiënten begeleiden bij het stoppen is dan ook een hele klus. Goede resultaten zijn bekend van de 'motiverende gesprekstechnieken'. Een stoppen met rokenbeleid heeft het meeste effect als alle medewerkers in de praktijk een dergelijk beleid propageren. Een efficiënte praktijkorganisatie is een eerste vereiste voor het welslagen van dit beleid.*

*Het NHG en de Nederlandse Vereniging van Doktersassistenten (NVDA) hebben samen met STIVORO een cursus ontwikkeld met daarin aandacht voor de verslavende werking van nicotine, motiverende gesprekstechnieken en een efficiënte praktijkorganisatie.*

### **OMVANG VAN DE CURSUS**

De cursus omvat één dag.

### **INHOUD VAN DE CURSUS**

In de cursus komen aan de orde:

- de achtergronden van tabaksverslaving;
- gedragsverandering;
- aspecten van motivatie en motiveren;
- technieken van motiverende gespreksvoering;
- implementatie en praktijkorganisatie: welke keuzes moeten worden gemaakt?

#### *Werkwijze*

De cursisten werken zowel plenair als in kleine groepen. Aan de hand van film en DVD wordt er geoefend met motiverende gespreksvoering. Met de andere praktijkmedewerkers wordt gekeken naar de benodigde randvoorwaarden en werkafspraken in de praktijk.

### **TOELATINGSVOORWAARDEN**

De cursus is bestemd voor koppels huisartsen en praktijkondersteuners en/of -assistentes.

## CURSUS 'STARTEN MET STOPPEN' VOOR EEN STOPPEN MET ROKENBELEID IN UW PRAKTIJK

### CURSUSLEIDING

De cursus wordt gegeven door docenten die vanwege hun specifieke deskundigheid door het NHG zijn uitgezocht.

### PRAKTISCHE INFORMATIE

**Cursusdata:** op afspraak.

**Locatie:** nader overeen te komen

**Kosten:** afhankelijk van de gewenste omvang van de cursus en de groepsgrootte; offerte op aanvraag

#### **Informatie en aanmelding:**

u kunt zich wenden tot Sylvia Vroman, secretaresse van de sectie Advisering en Scholing (s.vroman@nhg.org) tel 030 - 282 35 57 of tot Sietsche van Gunst, wetenschappelijk medewerker van de sectie Advisering en Scholing (s.vangunst@nhg.org)

#### **Annuleringsvoorwaarden:**

na ondertekening van de offerte kan tot vier weken voor aanvang van de cursus kosteloos worden geannuleerd. Binnen vier weken wordt 50% van het totaalbedrag in rekening gebracht.

**Accreditering:** de cursus is geaccrediteerd voor 6 uur.

*Voor actuele gegevens zie de nascholingsagenda op de NHG-website: [www.nhg.org](http://www.nhg.org)*



NHG-SCHOLING  
nhg