

Begeleiding bij stoppen met roken

U bent in overleg met de cardioloog doorverwezen naar de Polikliniek Hartrevalidatie voor begeleiding bij het stoppen met roken. Het spreekuur van de Hartrevalidatie wordt uitgevoerd door gespecialiseerde verpleegkundigen. De cardiovasculair verpleegkundigen werken nauw samen met de cardiologen. In deze folder leest u algemene informatie over het stoppen met roken traject op de Polikliniek Hartrevalidatie.



Rijnstate

*Neem altijd uw
verzekeringsgegevens
en identiteitsbewijs mee!*

Algemeen

De meeste mensen weten wel dat roken grote nadelen heeft. Echter zomaar stoppen met roken is vaak lastig. Begeleiding kan helpen om succesvol te stoppen met roken. Tijdens het intake gesprek met de cardiovasculair verpleegkundige gaan we samen met u kijken welke vorm van begeleiding u zou kunnen helpen.

Het intake gesprek

Tijdens het intake gesprek komen de volgende onderwerpen aan bod

- Wat zijn uw cardiale klachten.
- Welke medicatie gebruikt u. Wat zijn eventuele bijwerkingen.
- Uw medische voorgeschiedenis.
- Wat zijn de risicofactoren op hart en vaatziekten. Hoe kan het risico worden verlaagd.
- Wat is een gezonde leefstijl
- Stoppen met roken.
- We maken een inventarisatie van uw rookprofiel. Daarna bespreekt de cardiovasculair verpleegkundige samen met u wat voor u de beste manier is om te stoppen met roken. De voorkeur gaat uit naar groepsbegeleiding, maar een individueel traject behoort ook tot de mogelijkheden. Voor beide trajecten geldt dat er regelmatig contact momenten zijn en dat dit doorloopt tot een jaar na het eerste contact.

Controle

De cardiovasculair verpleegkundige controleert het volgende:

- uw bloeddruk
- uw hartfrequentie
- uw gewicht, buikomvang en BMI (Body Mass Index)

Arts hartrevalidatie

Naast begeleiding zijn er ook verschillende hulpmiddelen om te stoppen met roken. Uit onderzoek is gebleken dat de kans om succesvol te stoppen met roken toeneemt bij het gebruik van hulpmiddelen. De hulpmiddelen blijken vooral effectief als het wordt gecombineerd met begeleiding. De cardiovasculair verpleegkundige zal tijdens het gesprek deze hulpmiddelen met u bespreken. Aansluitend aan het gesprek komt u bij de arts van Hartrevalidatie. Mocht u hulpmiddelen gaan gebruiken dan controleert de arts of dit kan in combinatie met uw medicatie en zal het recept worden geregeld.

Vorbereiding afspraak

Wij streven ernaar om uw afspraak binnen tien dagen na uw doorverwijzing te laten plaatsvinden. Wilt u uw Rijnstatekaart en een actueel medicijnpaspoort meenemen naar deze afspraak.

Het is verstandig om uw vragen van tevoren op te schrijven en dit lijstje mee te nemen. Ook raden wij u aan om iemand mee te nemen naar het gesprek, bijvoorbeeld uw partner, familielid, vriend of vriendin.

Contact

Wie kunt u bellen voor vragen?

Het telefonisch spreekuur van de cardiovasculair verpleegkundige, telefoon: 088 - 005 6812 (op werkdagen van 14.00 tot 15.00 uur).

Buiten dit telefonisch spreekuur wordt u op werkdagen van 8.30 tot 16.30 uur te woord gestaan door de spreekuurassistente cardiologie, telefoon: 088 - 005 7415.

E-mail: hartrevalidatie@rijnstate.nl

Verpleegkundig spreekuur

Het verpleegkundig spreekuur vindt plaats op maandag op de Vasculaire Polikliniek in Rijnstate locatie Arnhem, route 59.

Bij Rijnstate kunt u telefonisch en voor de meeste specialismen via www.rijnstate.nl uw afspraak maken.

Rijnstate,
uw ziekenhuis in de
regio Arnhem, Rheden
en De Liemers.

 @rijnstate

 facebook.com/rijnstate

Rijnstate

Postbus 9555

6800 TA Arnhem

T 088 - 005 8888

E info@rijnstate.nl

www.rijnstate.nl