



Rookstopbegeleiding

ZOL GENK

Campus Sint-Jan
Synaps Park 1
B 3600 Genk

Campus Sint-Barbara

Bessemmerstraat 478
B 3620 Lanaken

Medisch Centrum André Dumont

Stalenstraat 2a
B 3600 Genk

ZOL MAAS EN KEMPEN

Diestersteenweg 425
B 3680 Maaseik

Beste,

Deze brochure geeft u meer informatie over 'Stoppen met roken' en probeert op een aantal veelgestelde vragen antwoord te geven.

Mocht u na het lezen van deze brochure nog vragen hebben, aarzel dan niet om ze te stellen.

Uw arts en de verpleegkundigen zijn steeds bereid om op al uw vragen te antwoorden.

Inhoudsverantwoordelijke: prof. dr. D. Ruttens
(Pneumoloog) | Juni 2023

INHOUDSTAFEL

- | | |
|--|----------|
| 1. Stoppen met roken | 3 |
| 1.1 Kostprijs | |
| 1.2 Campus Sint-Jan (Genk) | |
| 1.3 Campus Maas en Kempen (Maaseik) | |

01 STOPPEN MET ROKEN

Je weet misschien wel dat roken je lichaam geen goed doet en dat je beter zou stoppen maar... dat neemt niet weg dat je nog steeds rookt. Of misschien ben je niet helemaal overtuigd dat roken slecht is voor je gezondheid? De stap zetten is niet gemakkelijk...

Het Ziekenhuis Oost-Limburg wil je helpen te stoppen met roken. Tijdens een intensieve, individuele ontwenningbegeleiding van 8 sessies, word je ondersteund in het stoppen met roken. Een longarts en een psycholoog/tabakoloog volgen je daarbij op.

De longarts bevraagt de medische voorgeschiedenis en verricht een klinisch onderzoek, aangevuld met de nodige technische onderzoeken (longfunctiemeting,...). Ook wordt nagegaan of je de eerste weken van de rookstop kan geholpen worden met nicotine vervangende middelen zoals bijv. kauwgom, tabletten en/of pleisters.

Tijdens het eerste gesprek met de tabakoloog worden zowel je motivatie om te stoppen met roken als

de mate van verslaving bepaald. Je krijgt een aantal voorbereidende opdrachten mee naar huis met het oog op het volgende bezoek, 1 week later.

De definitieve rookstop valt tussen sessie 2 en 3. Na dit stopmoment word je regelmatig terug op gesprek verwacht voor ondersteuning. Tijdens deze sessies leer je letten op het herkennen en gepast omgaan met ontwenningverschijnselen. Je wordt geholpen bij het inoefenen van nieuwe gewoonten want je bent nu wel gestopt met roken maar hoe hou je het vol? Ook staan we stil bij de gunstige invloed van je rookstop op je gezondheid. Indien gewenst is een consult bij de voedingsdeskundige mogelijk tegen betaling.

1.1 Kostprijs

Elke roker verzekerd in Vlaanderen kan gebruik maken van 8 gedeeltelijk terugbetaalde begeleidingssessies bij een erkende tabakoloog.

De consultatie van de arts en eventuele technische prestaties worden aangerekend aan de gangbare RIZIV-tarieven.

1.2 Campus Sint-Jan (Genk)

Voor een afspraak bel naar 089/32 51 51

Voor bijkomende informatie kan u contact opnemen met de tabakologen:

- An Coenen: 089/ 32 56 84 of via an.coenen@zol.be
- Margot Haesen: 089/50 55 08 of via margot.haesen@zol.be

Longarts: dr. Marc Daenen

Tabakologen:

- An Coenen
- Margot Haesen

**Ziekenhuis Oost Limburg
Campus Sint-Jan
Synaps Park 1 - 3600 Genk**

Afspraak via het centraal afsprakennummer van het ZOL
Tel. 089/32 51 51

1.3 Campus Maas en Kempen (Maaseik)

Voor een afspraak bel naar 089/50 56 00

Voor bijkomende informatie kan u contact opnemen met de tabakologen:

Margot Haesen: 089/50 55 08 of via margot.haesen@zol.be
Inge Swennen: 089/50 56 00 of via inge.swennen2@zol.be

Longarts: dr. Manon Van Hoof

Tabakologen

- Inge Swennen
- Margot Haesen

**Ziekenhuis Oost-Limburg
Campus Maas en Kempen
Diestersteenweg 425,
3680 Maaseik**

Afspraak via Secretariaat Inwendige Geneeskunde
Tel. 089/50 56 00



www.ZOL.be



www.twitter.com/ZOLziekenhuis



www.facebook.com/ZOLzh



www.youtube.com/user/ZOLziekenhuis

Schrijf u in op onze nieuwsbrief via www.zol.be

Raadpleeg online uw medisch dossier via www.mijnzol.be