

Beste geïnteresseerde,

Hierbij ontvangt u alweer de 2^e nieuwsbrief van PAS!

Hebt u de 1^e nieuwsbrief gemist? Via een link op www.persoonlijkstopadvies.nl kunt u in deze nieuwsbrief alsnog lezen welke mensen betrokken zijn bij PAS.

In deze 2^e nieuwsbrief vertellen we u iets over interviews die we gehouden hebben met praktijkondersteuners om meer te weten te komen over hun ideeën over stoppen met roken in de huisartsenpraktijk. Verder laten we een praktijkondersteuner aan het woord: Carla Rietdijk vertelt u waar haar interesse voor stoppen met roken vandaan komt en waarom zij geïnteresseerd is in deelname aan PAS. Tot slot vertellen wij u kort wat er de komende weken gaat gebeuren binnen het project.

Interviews met praktijkondersteuners

Zoals u ook hebt kunnen lezen op onze website, hebben we een aantal praktijkondersteuners geïnterviewd om een goed beeld te krijgen van wat zij graag terug zouden zien in een stoppen met roken programma. Want bij de ontwikkeling van PAS willen we natuurlijk zoveel mogelijk rekening houden met de wensen en ideeën van praktijkondersteuners!

Een aantal bevindingen willen wij alvast met u delen:

- ◆ Praktijkondersteuners zijn tevreden met hun baan! Vrijwel alle praktijkondersteuners die wij hebben geïnterviewd gaven hun baan een score van 8 of hoger.
 - ◆ Praktijkondersteuners vinden het geven van stoppen met roken voorlichting erg belangrijk en ze zijn erg gemotiveerd hun rokende patiënten te helpen bij het stoppen.
 - ◆ De huisarts speelt een ondersteunende rol bij het stoppen met roken. Wanneer een roker bij de huisarts komt en gemotiveerd is om te stoppen met roken, wordt hij of zij meestal doorverwezen naar de praktijkondersteuner.
-

- ◇ De meeste praktijkondersteuners zijn enthousiast over de opzet van PAS.
- ◇ Het lijkt praktijkondersteuners lastig om 15 rokende patiënten te vinden die willen meedoen aan PAS. Wanneer hen verteld wordt dat ze hier 6 maanden de tijd voor hebben en ze bovendien op onze hulp kunnen rekenen, lijkt het de meeste POH echter goed haalbaar.
- ◇ Geen van de praktijkondersteuners denkt het moeilijk te vinden om, aan de hand van het PAS protocol, een persoonlijk gesprek aan te gaan met een rokende patiënt.
- ◇ De geïnterviewde praktijkondersteuners hebben liever een protocol dat werkt met hoofdthema's en ruimte over laat voor eigen inbreng, dan een stap-voor-stap benadering.
- ◇ De meeste praktijkondersteuners communiceren het liefst via e-mail.

Interview Carla Rietdijk (praktijkondersteuner)

SPOEL (Stichting Praktijk Ondersteuning Eerste Lijn) heeft ons onlangs de mogelijkheid gegeven om praktijkondersteuners te informeren over het bestaan van PAS. Enthousiaste reacties kwamen bij ons binnen. In deze nieuwsbrief een interview met één van deze praktijkondersteuners: Carla Rietdijk.



Op de foto: Carla Rietdijk (rechts) en Netty Verburg tijdens de presentatie van hun eindscriptie getiteld 'Begeleiding stoppen met roken voor de COPD-patiënt binnen de huisartsenpraktijk'.

Carla, kun je ons iets meer vertellen over je werk als POH? Via SPOEL werk ik bij de HAGRO-Zwijndrecht. Hier werk ik nu ruim twee jaar, in 3 huisartsenpraktijken. Mijn werkzaamheden bestaan uit het begeleiden van chronisch zieken, zoals mensen met diabetes mellitus of astma/COPD. Ik geef voorlichting en begeleid mensen bij leefstijlveranderingen. Daarnaast houd ik me bezig met ouderenzorg en begeleiding bij stoppen met roken.

Waar komt je interesse voor stoppen met roken vandaan? Twee jaar geleden ben ik gestart met het screenen van patiënten op hart- en vaatziekten, en astma/COPD. Nog veel van deze mensen bleken te roken. Omdat stoppen met roken bij deze ziekten de grootste gezondheidswinst oplevert, is dit een aandachtsgebied voor de POH. Daarom besloten mijn collega, Netty Verburg, en ik om voor onze eindscriptie voor de POH-opleiding te kiezen voor het onderwerp 'Begeleiding stoppen

met roken voor de COPD-patiënt binnen de huisartsenpraktijk’.

Hoe pak je stoppen met roken aan? Ik geef alle rokende patiënten die ik op mijn spreekuur zie altijd een ‘Stop Roken Advies’. Ter ondersteuning heb ik in elke praktijk een ‘sociale kaart’ tot mijn beschikking. Hierop staan mogelijke hulpmiddelen vermeld en een adressenbestand, zodat ik direct kan opzoeken naar wie ik de patiënt eventueel kan doorverwijzen. Ook volg ik scholingen over de achtergrond van tabaksverslaving, gedragsverandering, en ik leer over aspecten van motivatie en over motiverende gesprekstechnieken, etc.

Vanwaar je interesse in PAS? Ondanks de scholing en mijn optimisme, blijkt het een enorme klus om de patiënt met enthousiasme en begrip te adviseren, motiveren en te begeleiden bij het stoppen met roken. Dit kost mij als POH veel energie. Daarom heb ik mij aangemeld bij PAS: omdat ik toe ben aan een vernieuwende aanpak! En om uit te zoeken of de manier van werken binnen PAS (persoonlijke begeleiding via internet in combinatie met een eenmalige ondersteuning van de POH) het gewenste resultaat kan opleveren voor de patiënt.

Wat staat er op de planning?

In de komende weken gaan wij hard aan de slag met het afronden van de ontwikkeling van PAS. Het online stoppen met roken programma en het counselingprotocol zijn inmiddels bijna af.

Voordat we gaan testen of PAS effectief is, zullen wij praktijkondersteuners en huisartsen via e-mail benaderen en hen vragen een korte vragenlijst in te vullen. Wij zijn namelijk erg benieuwd wat u al doet om uw patiënten aan te moedigen te stoppen met roken. En ook willen wij graag weten wat u van PAS vindt en waarom u wel, of juist niet, mee zou willen doen aan het project.

Ook wanneer u niet mee wilt doen met het onderzoek zijn wij zeer geïnteresseerd in uw ervaringen met voorlichting over stoppen met roken en in uw mening over PAS. Wij hopen daarom dat u allen bereid bent om deze korte vragenlijst in te vullen!

Contact

Wilt u meer informatie over PAS? Surf dan naar onze website:

www.persoonlijkstopadvies.nl

Ook kunt u ons bereiken:

Per telefoon:

043-3882397

Per e-mail:

info@persoonlijkstopadvies.nl

