

Beste geïnteresseerde,

Hierbij ontvangt u de vijfde nieuwsbrief van PAS. Hebt u een van onze eerdere nieuwsbrieven niet ontvangen of wilt u deze nog eens lezen?

Surf dan naar www.persoonlijkstopadvies.nl

Al ruim 140 aanmeldingen!

Al meer dan 140 rokers hebben zich aangemeld voor PAS. Zij hebben de eerste van de vijf vragenlijsten allemaal volledig ingevuld, maar sommige rokers hebben zelfs al de tweede of derde vragenlijst afgerond. Sommige rokers, of inmiddels **ex**-rokers, zijn zelfs nog verder in het PAS traject en zijn al op gesprek geweest bij hun praktijkondersteuner.

Nog 3 plaatsen vrij!

Er kunnen nog 3 praktijkondersteuners meedoen met het onderzoek naar het effect van PAS. Kent u een collega praktijkondersteuner die geïnteresseerd is geraakt in het project en die PAS ook in de eigen praktijk zou willen gebruiken? Hij of zij kan zich aanmelden via info@persoonlijkstopadvies.nl

Gesprek volgens het PAS protocol

Iedere praktijkondersteuner krijgt van het PAS onderzoeksteam een samenvatting om het gesprek volgens het PAS protocol voor te bereiden. In deze samenvatting staat beschreven hoe de patiënt er voor staat. Is iemand al gestopt met roken? Zo ja, ziet deze patiënt nog veel moeilijke situaties en heeft hij/zij plannen gemaakt om met deze situaties om te gaan? En zo niet, is iemand nog gemotiveerd om te stoppen? Etc.

Omdat deze samenvatting wordt gebaseerd op de derde vragenlijst die de patiënten invullen (waarvoor zij 6 weken nadat zij gestart zijn met PAS per e-mail worden uitgenodigd), is het belangrijk dat het gesprek pas plaatsvindt na 6 weken. Als het gesprek te vroeg wordt gepland, heeft de patiënt deze

vragenlijst nog niet in kunnen vullen en heeft het PAS onderzoeksteam de samenvatting nog niet voor u kunnen maken.

In elke e-mail die naar praktijkondersteuners verstuurd wordt om te vertellen dat een patiënt uit hun praktijk zich heeft aangemeld, wordt de datum vermeld waarna de afspraak plaats kan vinden. Let u dus goed op deze datum, dit voorkomt dat het gesprek onvoorbereid plaatsvindt en dus langer zal duren dan nodig is!

Voorlopige resultaten

In elke vragenlijst vragen wij de (ex-)rokers of zij het advies dat ze de keer daarvoor gekregen hebben, nuttig vonden. Uiteraard wordt dit alleen gevraagd aan de deelnemers die een advies hebben gekregen, en niet aan de deelnemers die in de controlegroep zitten.

Tot nu toe hebben 71 deelnemers de 2^e vragenlijst ingevuld. Hierin werd gevraagd naar de nuttigheid van het eerste persoonlijke advies bij het stoppen met roken. Meer dan de helft van hen vond dit advies een beetje nuttig. Een aantal anderen gaf zelfs aan dat het advies heel erg nuttig was. Dit zijn natuurlijk mooie eerste resultaten en wij zijn erg blij dat de deelnemers iets aan onze adviezen hebben (gehad)!

In gesprek met onze deelnemers

Marthe (60) doet al meer dan 3 maanden mee aan PAS. Zij is ingedeeld in groep 2 en krijgt persoonlijke adviezen via internet. Inmiddels is zij ruim 2 maanden gestopt met roken en zij is nog steeds enthousiast. Wij van het PAS onderzoeksteam mochten haar een paar vragen stellen:

1. Op welke manier heeft uw huisartsenpraktijk aandacht besteed aan PAS?

De huisarts heeft gemeld bij het PAS onderzoeksteam dat ik wilde stoppen met roken en heeft mijn e-mailadres aan hen doorgegeven. Verder heeft de huisarts mij complimenten gegeven omdat ik gestopt ben met roken.

2. Wat is de reden dat u meedoet aan PAS?

De reden dat ik meedoe aan PAS is heel simpel: Ik had een duwtje nodig om de datum te bepalen dat ik echt zou gaan stoppen.

3. U hebt tot nu toe 3 keer een persoonlijk advies gekregen bij het stoppen met roken. Wat vond u van deze adviezen?

Ik weet niet of de adviezen de reden zijn, maar ik ben wel nog steeds gestopt met roken en dat is goed. Af en toe mis ik het roken, maar stoppen is stoppen!

4. Heeft PAS u geholpen met stoppen met roken en om dit vol te houden?

PAS heeft me geholpen door me een stopdatum te laten plannen. En ik heb veel mensen verteld dat ik op 1 juni zou gaan stoppen. Daardoor was er voor mij reden genoeg om het ook vol te houden.

PAS Hyves

Hebt u zich nog niet aangemeld voor de PAS Hyves? Ga dan alsnog naar <http://www.persoonlijkadvies.hyves.net> en wordt lid!

Wat staat er op de planning?

Een aantal praktijkondersteuners hebben we er al over benaderd: we willen graag dat iedereen één van de gesprekken die gehouden worden volgens het PAS counselingprotocol opneemt. Wij van het PAS onderzoeksteam zijn namelijk erg benieuwd hoe de gesprekken verlopen. Komt alles aan bod wat in het protocol staat? Of zijn er juist onderwerpen die hier niet in staan, maar die wel bijna elke POH met zijn/haar patiënt bespreekt? Als wij een beter beeld krijgen van hoe deze gesprekken er in de praktijk uitzien, kunnen wij het counselingprotocol verder verbeteren, zodat het straks nog fijner is om mee te werken.

Wij zullen elke praktijkondersteuner telefonisch vragen of hij/zij een gesprek voor ons op zou willen nemen. Wij sturen dan een opnameapparaatje op naar de praktijk, met een duidelijke handleiding. De POH kan deze materialen nadat het gesprek is opgenomen in dezelfde envelop weer naar ons terugsturen. Wij zorgen voor een adressticker met ons adres erop en het is niet nodig om een postzegel te plakken.

E-mail of post?

Aan het einde van het project, over ruim een jaar, willen wij alle POH en huisartsen die hebben deelgenomen aan PAS vragen naar hun ervaringen met het programma. Wij willen graag van u weten:

Zou u onze vragen hierover het liefste per e-mail of per post ontvangen? En hoe denkt de huisarts hierover?

Hebt u een duidelijke voorkeur, mail dan naar info@persoonlijkstopadvies.nl

Contact

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

www.persoonlijkstopadvies.nl

Ook kunt u ons bereiken:

Per telefoon:

043-3882412

Per e-mail:

info@persoonlijkstopadvies.nl

