

Stoppen met roken – persoonlijke begeleiding

Aangeboden door Polikliniek Longziekten

Inleiding

Stoppen met roken is moeilijk om alleen te doen. Daarom biedt de polikliniek Longziekten van het Maastricht UMC+ (MUMC+) u de mogelijkheid om hierbij persoonlijke begeleiding te krijgen van een trainer.

Indien u liever wilt deelnemen aan de groepstraining “*Rookvrij! Ook jij?*” van Sinefuma, dan kun u binnen het MUMC+ terecht bij de hart- en vaatverpleegkundigen van het Hart+ Vaat Centrum.

Persoonlijke begeleiding

Gedurende een jaar krijgt u begeleiding bij het stoppen met roken.

- De eerste gesprekken gaan over uw motivatie, uw gewoontes, de te verwachte obstakels en mogelijke hulpmiddelen.
- Nadat u een stopdatum heeft vastgesteld, krijgt u afhankelijk van uw behoefte poliklinische of telefonische begeleiding.
- Meestal hebt u de eerste 3 maanden veel begeleiding nodig. Daarna is dit afhankelijk van uw wensen, maar u krijgt altijd op 3, 6 en 12 maanden een telefonische coaching. U kunt tot 12 maanden na het starten met de persoonlijke begeleiding een afspraak inplannen op de poli.
- De longverpleegkundigen werken volgens de *Zorgmodule Stoppen met Roken* en zijn opgenomen in het *Kwaliteitsregister Stoppen met Roken*.



Aanmelden

Indien u zich wil aanmelden voor persoonlijke begeleiding kunt u terecht bij de polikliniek Longziekten.

Een verwijzing van uw specialist of huisarts is noodzakelijk .

Vergoeding vanuit de zorgverzekeraar

Begeleiding bij het stoppen met roken zit in de basisverzekering . Hulpmiddelen om te stoppen met roken worden één keer per jaar vergoed. Wel kan het eigen risico van toepassing zijn.

Informeer **vooraf** welke vergoeding uw zorgverzekeraar verstrekt. Dit kunt u via www.rookvrijookjij.nl navragen.

Bedenk dat niet-roken u niet alleen een betere gezondheid, maar ook geld oplevert.

Contact

Hebt u na het lezen van deze informatie nog vragen, neem dan contact op met de longverpleegkundigen. U vindt de polikliniek Longziekten op niveau 1. [Volg 7 – 1 blauw](#).

Telefoonnummer: 043 – 387 55 00
E-mailadres: longziekten@mumc.nl

Websites

- www.mumc.nl
- www.hartenvaatcentrum.nl
- www.gezondidee.mumc.nl
- www.rookvrijookjij.nl

Odin 037674 / uitgave augustus 2017

Bezoekadres
P. Debyelaan 25
6229 HX Maastricht

Postadres
Postbus 5800
6202 AZ Maastricht

Algemeen telefoonnummer
043-387 65 43
www.mumc.nl