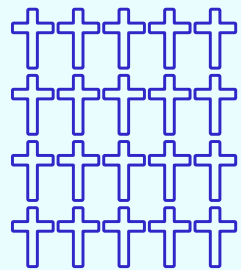


# Stoppen met roken in de ggz

Op 23 november 2018 tekenden ruim 70 maatschappelijke organisaties het Nationaal Preventieakkoord. Zo ook de Nederlandse ggz: in 2025 zijn de ggz-instellingen die bij de Nederlandse ggz zijn aangesloten, rookvrij.

## Even wat feiten



• jaarlijks overlijden er ongeveer **20.000 Nederlanders** als gevolg van roken

**x 1000**

• gemiddeld sterven rokers **10 jaar** eerder dan niet rokers, in de psychiatrie loopt dit op naar **25 jaar**



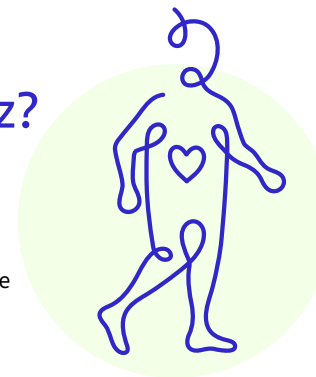
# GGZ 50%

NL  
20%

• ongeveer **20%** vande Nederlanders rookt, bij mensen met een ernstige psychiatrische aandoening (EPA) is dat meer dan **50%**

## Waarom een rookvrije ggz?

Roken is een ernstige verslaving. De gezondheidszorg is er om mensen te helpen gezond te worden en te blijven. Daar past roken niet bij. Daarnaast hebben niet-rokende cliënten én professionals recht op een rookvrije, gezonde (werk)plek.



## Aan de slag met rookvrij beleid!

- maak gebruik van de kennis van de Nederlandse ggz ▶
- gebruik het very brief advice om het stop-gesprek te beginnen ▶
- bekijk de informatie over rookvrije zorg van het Trimbos instituut ▶



## Mythes ontkracht

Jentien Vermeulen (onderzoeker en psychiater in opleiding bij het Amsterdam UMC) onderzoekt de effecten van roken in de psychiatrie. Dat levert interessante kennis op.

### Roken maakt cliënten rustiger

'Rokers krijgen juist meer stress door onttrekking van nicotine en dus rookt men gedurende de dag continu ontwenningverschijnselen weg.'

### Roken vermindert psychiatrische klachten

'Roken heeft juist géén voordelig effect op de symptomen van een psychiatrische aandoening. EPA-patiënten die stopten met roken en de periode van ontwenning door waren, functioneerden vaak cognitief beter dan mensen die hun rookgedrag niet veranderden.'

"Rookvrij worden van een organisatie is een cultuurverandering. De mindset verandert van het gedogen van roken, naar een mindset waarin roken niet normaal is, herkend wordt als een verslaving en hulp wordt geboden om te stoppen met roken"

## Doe mee op de community rookvrije ggz

Een online community waar je elkaar vragen stelt, ervaringen uitwisselt, informatie vindt en op de hoogte blijft van alles wat er speelt rondom rookvrije ggz. Doel van de community is om samen een lerende praktijk te vormen. Is jouw organisatie lid van de Nederlandse ggz? Word dan ook deelnemer op de community en stel gerust je vraag, deel een goed voorbeeld of voeg een agenda-item toe. Zo helpen we elkaar en onszelf op weg naar een rookvrije ggz in 2025! Meld je aan op [ggzcommunity.nl/rookvrijeggz](https://ggzcommunity.nl/rookvrijeggz) en vul het registratieformulier in.

de  
Nederlandse  
ggz