

## PROGRAMMA

De rookstopkliniek biedt een groepstherapie aan die u wil motiveren en ondersteunen zodat u het roken kan laten.

Het programma bestaat uit 7 therapeutische sessies van anderhalf uur, in groepen van minimum 8 tot maximum 15 personen. Om te slagen is het heel belangrijk dat u steeds bij iedere sessie aanwezig bent.

Tijdens de bijeenkomsten worden de rookgewoonten onder de loep genomen en oplossingen aangereikt om de drang naar de sigaret te onderdrukken. In samenspraak en overleg met de (huis)arts kan eventueel ook medicatie opgestart worden.

Met de groep wordt naar een stopdag gewerkt om vervolgens elkaar verder te blijven motiveren en ervaringen uit te wisselen.

## KOSTPRIJS

De wettelijke tussenkomst wordt rechtstreeks geregeld met de mutualiteit.

De Persoonlijke Bijdrage (Remgeld) is maximum 48 € voor de 7 sessies. Deelnemers met een Verhoogde tegemoetkoming betalen 24 € voor de 7 sessies.

De betaling van deze PB gebeurt tijdens de eerste sessie.

Voor meer info raadpleeg:

**Danny Van Laethem**

**Tabacoloog**

T 055/45.61.20

E [rookstopkliniek@azoudenaarde.be](mailto:rookstopkliniek@azoudenaarde.be)

## EEN ROOKVRIJ ZIEKENHUIS

- Patiëntinformatie -

AZO/ALG/089  
V1.0

AZ OUDENAARDE  
VZW



AZ OUDENAARDE VZW  
Minderbroedersstraat 3 | 9700 Oudenaarde  
T 055 33 61 11 | Fax 055 33 66 95  
[info@azoudenaarde.be](mailto:info@azoudenaarde.be)  
[www.azoudenaarde.be](http://www.azoudenaarde.be)

AZ OUDENAARDE  
VZW



| [WWW.AZOUDENAARDE.BE](http://WWW.AZOUDENAARDE.BE) |

## NETWERK ROOKVRIJE ZIEKENHUIZEN

AZ Oudenaarde is aangesloten bij Het Belgisch Netwerk Rookvrije Ziekenhuizen. In Vlaanderen bestaat het NRZ op dit moment reeds uit meer dan 40 ziekenhuizen.

Als ziekenhuis spelen we een belangrijke rol in de gezondheidszorg. Gezondheidspromotie, tabakspreventie en rookstophulp behoren tot de kerntaken van de zorgverstrekker in een optimale behandeling.

Een ziekenhuis moet een gezonde omgeving kunnen aanbieden. Deze rol reikt verder dan het opvolgen van de wettelijke bepalingen. Een optimaal rookbeleid is dan ook een uitstekende indicatie voor de zorgkwaliteit in een ziekenhuis.

## ROKEN

Dat roken slecht is voor de gezondheid, weet iedereen.

Op termijn leidt roken tot gezondheidsklachten. Soms krijgen rokers één ziekte, soms meerdere aandoeningen. Roken kan longkanker, hartziekten, vaatziekten, beroerten, astma of chronische bronchitis veroorzaken.

Vrouwen worden moeilijk zwanger en bij zwangerschap komen miskramen vroeger en vaker voor. Dikwijls worden de baby's te vroeg geboren. Bij de mannen wordt het sperma steeds minder goed en vermindert de potentie.

## MEEROKEN

Niet alleen de roker, maar ook de niet-rokers in de omgeving, ademen de tabaksrook in.

Hoewel de eigenschappen van omgevings-tabaksrook anders zijn dan die van de direct ingeademde rook, blijven er risico's. Mensen die roken, moeten zich daarom realiseren dat ze niet alleen hun eigen gezondheid in gevaar brengen, maar ook die van anderen. Kinderen worden sneller ziek door de rook.



## WETGEVING

Het KB betreffende de bescherming werknemers tegen tabaksrook dd. 19 januari 2005, verklaart het recht van de werknemer om te beschikken over gezonde lucht, vrij van tabaksrook in de lokalen en ruimten onderworpen aan het gezag van de werkgever.

## ROOKBELEID ZIEKENHUIS

Roken in en rond het ziekenhuis is verboden! Het rookverbod geldt voor iedereen die de ziekenhuisterreinen betreedt. Personeel, artsen, derden zoals patiënten, leveranciers, dienstverleners, bezoekers, ...

Het algemene principe is dat het verboden is te roken op elke werkplek binnen en rond de instelling, zoals op de parking, vervoermiddelen van het ziekenhuis, ...

Roken is enkel toegelaten in de afzonderlijke rookcabine, die niet mag gebruikt worden voor andere doeleinden.

Ieder die in het AZ Oudenaarde en op de ziekenhuisterreinen rookt en hierover wordt aangesproken is verplicht zijn sigaret te doven!

## E-SIGARETTEN

E-sigaretten worden beschouwd als gelijkwaardig aan tabaksproducten en zijn bijgevolg eveneens verboden.

## STOPPEN MET ROKEN

Om de slaagkans van een rookstop poging te verhogen, kan elke roker deskundig rookstopadvies vragen, hetzij individueel, hetzij in groep, in de rookstopkliniek.

Op regelmatige basis starten er nieuwe groepssessies. Deze gaan telkens door op weekavonden van 19.30 tot 21.00 uur. Informatie hierover wordt gratis en geheel vrijblijvend verstrekt door de tabacoloog.