

Stoppen met roken en zwangerschap

Voor, tijdens en na de zwangerschap, wij helpen je graag met stoppen!

Amphia biedt in samenwerking met Zorggroep Regio Oosterhout & Omstreken (Zorroo) stoppen-met-rokenbegeleiding aan. Deze begeleiding vindt plaats op een van de locaties van het Amphia. U kunt kiezen voor individuele begeleiding of groepsbegeleiding.

Voor de zwangerschap

Willen jullie zwanger worden? Stop allebei met roken! Veel vrouwen stoppen met roken als ze al zwanger zijn. Maar ook in het begin, voordat je weet dat je zwanger bent, zijn de risico's van roken groot. Dus eerst stoppen met roken, dan stoppen met anticonceptie!

Voordelen stoppen met roken

- Vrouwen hebben meer kans om zwanger te raken
- Vrouwen hebben meer kans op succes bij een IVF-behandeling of andere ziekenhuisbehandeling
- Vrouwen hebben geen verstoring van de functie van de eileiders door tabaksrook
- Mannen hebben een betere kwaliteit sperma (concentratie, snelheid en vorm van het zaad)

Tijdens de zwangerschap

Als je zwanger bent krijgt je baby voedingsstoffen en zuurstof uit jouw bloed. Dat gaat via de navelstreng. Als je rookt komen er dus giftige stoffen via jouw bloed bij je baby terecht. Door deze stoffen krijgt je baby minder voedingsstoffen en zuurstof binnen.

Als je stopt met roken heb je minder kans op:

- Een buitenbaarmoederlijke zwangerschap
- Een miskraam
- Problemen met de placenta
- Een kind met een hazenlip of andere afwijking
- Een te vroeggeboren of te lichte baby (die daardoor zwakker is)
- Een doodgeboren kindje

Na de zwangerschap

Ook na de zwangerschap is het belangrijk rookvrij te blijven. Voor jezelf én voor je kindje.

Kinderen van rookvrije ouders hebben de volgende voordelen:

Zijn minder vaak ziek

- Hebben minder last van benauwdheid en keel-oorpijn
- Hebben minder kans op longproblemen, astma, piepende ademhaling
- Hebben minder kans wiegendood
- Hebben minder kans om zelf te gaan roken.

Het is voor baby's, jonge kinderen en ook oudere kinderen extra ongezond om rook in te ademen. Hun lichaam en longen zijn volop in de groei. Ook als je buiten rookt, rookt je kind mee. Rook blijft namelijk hangen in meubels, haren, kleding en huis. Ook deze rook is ongezond voor je kind.

Daarom is het belangrijk om na de zwangerschap rookvrij te blijven (of te worden).

Wij helpen je graag met stoppen!

Stoppen met roken is makkelijker als je hulp krijgt! Bij Zorroo zijn verschillende stopcoaches speciaal opgeleid om je voor, tijdens en na de zwangerschap te begeleiden in het stoppen met roken. We hebben met jouw huisarts, specialist en/of verloskundige goede samenwerkingsafspraken.

Aanmelden

Je huisarts, specialist of verloskundige kan je aanmelden met jouw toestemming. Wij nemen dan spoedig contact met je op. Je kunt jezelf (en eventueel je partner) ook aanmelden via het aanmeldformulier op onze website www.zorroo.nl. Vermeld dan dat het gaat om stoppen met roken voor, tijdens of na de zwangerschap of als je (kleine) kinderen hebt.

Vergoeding

De stoppen met roken begeleiding, met gebruik van eventuele hulpmiddelen, valt onder de verzekerde zorg. Wel is het eigen risico van toepassing. De stopcoach kan je hierover verder informeren.

Voor meer informatie over het Stoppen-met-rokenprogramma verwijzen wij u naar www.zorroo.nl