

Gezond leven punt Isala, Stoppen met roken

In het [Gezond leven punt](#) van Isala zijn er vanaf de start in april 2025 ongeveer 200 verwijzingen ontvangen voor stoppen met roken. De verwijzingen zijn afkomstig van de zorgverleners die werkzaam zijn in de Isala. De leefstijlconsulenten verwijzen patiënten naar verschillende rookstoptrajecten voor intensieve begeleiding. De keuze voor het traject hangt af van wat de patiënt wil, hiermee wordt de kans van slagen vergroot. Isala biedt geen rookstopbegeleiding vanuit het ziekenhuis meer aan. Het Gezond leven punt wil graag een overzicht van alle huisartsenpraktijken die rookstopbegeleiding aanbieden. Mocht een patiënt graag willen stoppen met roken via begeleiding van zijn eigen huisartsenpraktijk, dan kan het Gezond leven punt de patiënt naar zijn eigen huisarts verwijzen.

Biedt u als huisartsenpraktijk ook rookstopbegeleiding aan? Geef dit dan door aan het Gezond leven punt: gezondlevenpunt@isala.nl.

De leefstijlconsulenten hebben een overzicht van de aanbieders opgesteld, die ze graag met u als huisartsenpraktijk willen delen. Het overzicht is hieronder weergegeven.

Belangrijk om te weten: alle vormen van rookstopbegeleiding worden vergoed door de basisverzekering, geen eigen risico. Sinds dit jaar krijgt een patiënt 3 pogingen per kalenderjaar vergoed (dat was 1 poging per jaar).

Meer informatie over stoppen met roken: [Zorgstandaard Tabaks- en nicotineverslaving - Trimbos-instituut](#)

Rookvrij en Fitter

- Aanbod op locatie (niet in Zwolle), zowel online als telefonisch.
- Individueel alle opties en in groepsverband (fysiek en online)
- Eventueel in combinatie met hulpmiddelen (nicotinevervangers of medicijnen)
- Op maat en ook in het Engels

Voor meer informatie: [Stoppen met roken - Rookvrij en Fitter](#)

Medipro

- Aanbod: individueel: op locatie, telefoon of online
- Duur: 3 maanden een eigen coach
- Eventueel in combinatie met hulpmiddelen (nicotinevervangers of medicijnen)

4 vormen:

- Persoonlijke coaching: 4 gesprekken van 30 minuten in de praktijk van de persoonlijke Stoppen met Roken coach.
- Telefonisch: 7 telefonische consulten met persoonlijke coach: 1 gesprek van een half uur en 6 gesprekken van 15 minuten
- Video-coaching: 7 online videoconsulten met persoonlijke coach: 1 gesprek van een half uur en 6 gesprekken van 15 minuten
- Combinatie: eventueel persoonlijk in combinatie met telefoon/ video
- Medipro heeft 43 vestigingen verspreid door Nederland

Meer informatie: [Medipro.nl/Stoppen met roken](https://medipro.nl/Stoppen-met-roken)

Sinefuma

- Aanbod: op locatie, telefoon of video-coaching
- Samen met anderen (op locatie of online) en
- Individueel: digitaal, telefonisch of op locatie
- Bieden geen medicatie
- Ook trajecten voor zwangeren die willen stoppen
- Groepstraining

De training bestaat uit 7-wekelijkse bijeenkomsten van 1,5 uur in 8 weken tijd. De bijeenkomsten vinden in principe elke week op dezelfde dag en tijd plaats. Alleen tussen de tweede en derde bijeenkomst zit een pauzeweek. In een groep tot 16 deelnemers.

Bij genoeg deelnemers starten ze een groep in Zwolle (ook in Hoogeveen, Deventer)

- Fysiek individueel: Het traject bestaat uit 6 individuele gesprekken, 1 van 30 minuten en 5 van 20 minuten. Tussen de afspraken door is op moeilijke momenten extra contact mogelijk met je coach.
- Digitale coaching: Het traject bestaat uit 6 videobelgesprekken.
- Telefonische coaching: Het traject bestaat uit 6 telefonische gesprekken van 20 minuten op momenten die jou goed uitkomen.

Meer informatie: www.sinefuma.com

We Quit.

- Hoe bieden ze het aan? Online groepsbijeenkomst of individueel digitaal of per telefoon.
- Duur: persoonlijk gesprek met een stopplan op maat en daarna een traject van 6 weken achtereenvolgende sessies
- Natraject: Na 6 en 12 maanden is er ook een contactmoment
- Eventueel in combinatie met hulpmiddelen (nicotinevervangers of medicijnen)
- Ook in meerdere talen
- Online groepsbijeenkomst samen met een klein groepje andere stoppers.
- Wekelijks op hetzelfde tijdstip en duren 45 minuten.
- Lukt online niet dan kan het Individueel per telefoon: 20 minuten per keer.

Voor meer informatie: www.wequit.nl

Lokaal in het Vechtdal:

- Drie gratis cursusdata
- Groepssetting
- Eenmalige fysieke cursus die 4 uur duurt

Meer informatie: [Cursus 'Ik stop ermee' | Vitaalvechtdal](#)