

Vragenlijst Stoppen met Roken

U hebt aangegeven dat u graag wilt stoppen met roken en dat u begeleiding wenst te hebben. Alvorens u naar ons spreekuur komt wil ik u vragen om alvast over de onderstaande vragen na te denken en te beantwoorden.

1. Welk soort tabak/rookmiddel gebruikt u?

2. Hoeveel rookt u per dag?

2. Vanaf welke leeftijd rookt u?

3. Op welke momenten van de dag rookt u? (bijv. meteen na opstaan, alleen na maaltijden, zijn er momenten dat u veel meer rookt)

4. Waar rookt u?

5. Heeft u al eerder een stoppoging gedaan, zo ja hoe lang heeft u toen niet gerookt en waarom ging het mis?

6. Waarom wilt u stoppen met roken?

7. Wat zijn voor u de voor- en nadelen van het stoppen met roken?

Voordelen: _____

Nadelen: _____

8. Wilt u eens erover nadenken op welke manier u wilt gaan stoppen met roken?

Graag dit formulier bij uw intake-gesprek met de praktijkondersteuner mee brengen!!!!