

## Stoppen met roken logboek

1. Achternaam stopper: \_\_\_\_\_
2. Geslacht: M/V
3. Indien vrouw: wel/niet zwanger
4. BSN: \_\_\_\_\_
5. Stopper rookte vanaf (leeftijd) \_\_\_\_\_ jaar
6. Stopper rookte gemiddeld \_\_\_\_\_ sigaretten/shag/sigaren per dag
7. Stopper wordt **wel/niet** behandeld voor astma/COPD/diabetes/CVRM.
8. Gebruik ondersteunde middelen tijdens het stoppen:
  - a. Geen
  - b. Op recept huisarts:
    - i. Varenicline (Champix)
    - ii. Bupropion (Zyban)
    - iii. Nortriptyline (Notrilen)
  - c. Receptvrije nicotine vervangende middelen (o.a. Nicotinell, verkrijgbaar bij de drogist)
  - d. Combinatie b + c
9. Leefstijl: **wel/geen** bewegen,  
**wel/geen** ontspanning/meditatie,  
**wel/niet** voeding veranderd
10. Interacties:

Periode	Datum interactie	Interactie in minuten	Korte samenvatting interactie
Week 1			Stopdatum:
Week 2			
Week 3			
Week 4			
Week 5			
Week 6			
Week 7			
Week 8			
Week 9			
Week 10			
Week 11			
Week 12			Reden einde begeleiding: afgerond/voortijdig afgebroken/overlijden/ onbekend/overig Resultaat begeleiding: gestopt met roken/niet gestopt/ onbekend
Maand 4			
Maand 5			
Maand 6			Nog steeds gestopt/weer begonnen met roken (terugval)
Maand 7			
Maand 8			
Maand 9			
Maand 10			
Maand 11			

Maand 12			Nog steeds gestopt/weer begonnen met roken (terugval)
Totale duur:			

11. Lichamelijke conditie: **uitstekend/goed/matig/slecht**

12. Aanvullende opmerkingen, inclusief feedback stopper:

Naam coach: \_\_\_\_\_

BMCC: \_\_\_\_\_