



VOORAANKONDIGING

Beste zorgverlener,

Roken tijdens de zwangerschap is één van de belangrijkste oorzaken van babysterfte rond de geboorte. Daarnaast is het ook een belangrijke oorzaak voor gezondheidsproblemen bij pasgeboren kinderen. De Vrije Universiteit, Universiteit van Amsterdam en het Trimbos-instituut willen hier verandering in brengen. We hebben daarom een project gestart: 'Stress- en Rookvrij Zwanger'.

U kunt hier op eenvoudige wijze aan bijdragen. Hier leest u wat u kunt doen.

Wat is 'Stress- en Rookvrij Zwanger'?

'Stress- en Rookvrij Zwanger' is voor zwangere vrouwen die roken. Via de smartphone volgt de deelnemer de interventie (het programma). Het programma duurt 8 weken, en biedt onder meer een *persoonlijk stopplan* en *stressreducerende ademhalingsoefeningen*. Het is ontwikkeld voor vrouwen met een lagere opleiding en/of minder gunstige financiële omstandigheden. Om de effectiviteit van het programma te onderzoeken vragen wij de deelnemers om drie keer een vragenlijst in te vullen.

Het programma (de app) komt najaar 2018 beschikbaar. Vanaf dan, tot zomer 2019 kunnen zwangere vrouwen die roken meedoen aan het programma en het onderzoek.

Wat houdt het in voor zwangeren?

Inclusiecriteria

Zwangeren die aan het onderzoek kunnen meedoen zijn:

- 18 jaar of ouder
- maximaal 27 weken zwanger
- rokend (al dan niet dagelijks) met een stopwens

De app richt zich met name op rokende zwangeren met een lagere opleiding en/of minder gunstige financiële omstandigheden, maar zal ook toegankelijk zijn voor vrouwen met een gemiddeld tot hoger opleidingsniveau en/of gunstiger financiële omstandigheden.

(zie volgende pagina)

'Stress- en rookvrij zwanger' wordt mogelijk gemaakt met steun van FNO Zorg voor Kansen.

Interventie en onderzoek

Voor het onderzoek vragen we deelnemers om via een app op de smartphone het programma 'Stress- en Rookvrij Zwanger' te volgen. Deze interventie duurt 8 weken. Daarna is er aandacht voor terugvalpreventie. We vragen deelnemers om 3 vragenlijsten in te vullen:

- 1 tijdens de zwangerschap, *voor* het programma;
- 1 tijdens de zwangerschap, *na* het programma;
- 1 ongeveer drie maanden na de bevalling.

Deelnemers ontvangen vijf euro per ingevulde vragenlijst.

Via voorlichtingsmateriaal (folders, website, instructiefilmpje) krijgen deelnemers op een begrijpelijke manier uitleg over de app en het onderzoek. Ook kunnen zij vragen stellen aan de onderzoeker of een onafhankelijk arts. Deelnemers kunnen te allen tijde en zonder opgave van reden stoppen met het onderzoek. Alle informatie zal vertrouwelijk worden behandeld.

Wat vragen we van u, en wat levert het u op?

App en onderzoek onder de aandacht brengen

De voornaamste inspanning die wij van u vragen is om per najaar 2018 de app en het onderzoek 'Stress- en Rookvrij Zwanger' bij rokende zwangeren onder de aandacht te brengen. Geïnteresseerde zwangeren kunnen zichzelf direct bij de VU aanmelden voor deelname. Het verdere verloop van het onderzoek vereist dus geen extra inspanningen van uw kant.

Maatwerk voor kwetsbare groepen en bijdragen aan een rookvrije start

Het politieke en maatschappelijke draagvlak voor de preventie van meerroken door kinderen groeit, getuige recente initiatieven als de Rookvrije Generatie en de Taskforce Rookvrije Start. Als professional speelt u een belangrijke rol, maar het bespreken van (stoppen met) roken kan lastig zijn, zeker als er bij de cliënt sprake is van kwetsbaarheid en (meerdere) stressoren. 'Stress- en Rookvrij Zwanger' is speciaal voor (en is samenwerking met) deze doelgroep ontwikkeld. Het programma kan u dus helpen het thema 'roken' aan te kaarten, biedt de zwangere een interventie op maat en bespaart u tijd en inspanning. Wanneer zwangeren de interventie doorlopen is er mogelijk een grotere kans dat zij succesvol stoppen. Hiermee draagt u bij aan de rookvrije start van het kind.

Voorlichtingsmaterialen voor deelnemers

Om potentiële deelnemers zo goed mogelijk over het onderzoek te informeren zullen we u, wanneer u de werving wilt faciliteren, toerusten met de volgende ondersteunende materialen:

- Een overzicht met in- en exclusiecriteria t.a.v. potentiële deelnemers.
- Een kort gespreksprotocol met voorbeeldzinnen die u kunnen helpen om het thema 'roken' aan te kaarten, het rookprofiel en de stopmotivatie uit te vragen en zo nodig de stopmotivatie te verhogen.
- Cliëntfolders met informatie over deelname aan het onderzoek en de interventie.
- Toestemmingsformulieren ('informed consent') voor cliënten + portovrije retourenveloppen.
- Een overzicht met mogelijke 'veel gestelde vragen' + antwoorden.

Er zal tevens een toegankelijke 'Stress- en Rookvrij Zwanger' website worden gemaakt, waarop bovengenoemde informatie en materialen eveneens te vinden zijn, en waar u uw cliënten naar kunt verwijzen. Ook kunt u hier terecht voor informatie.

Onderzoek en zorgpad gescheiden

Er worden geen risico's verwacht van deelname aan het onderzoek, omdat de interventie informatie bevat die is gebaseerd op de huidige, evidence-based stoppen-met-roken counseling voor zwangeren in Nederland. Er is geen reden om aan te nemen dat deelname aan het onderzoek voor de zwangere tot gevolg heeft dat er van de standaardzorg kan worden afgeweken. Het onderzoeksprotocol is goedgekeurd door de Vaste Commissie Wetenschap & Ethiek van de Vrije Universiteit.

Om privacyredenen zullen de onderzoekers u niet op de hoogte stellen wanneer uw cliënten deelnemen aan het onderzoek. Uiteraard kunt u dit zelf wel met hen bespreken. Evenmin kunnen de onderzoekers u inzage geven in persoons- of onderzoeksgegevens die zijn verzameld in het kader van het onderzoek. Omgekeerd zullen de onderzoekers bij u geen cliëntgegevens opvragen. Indien u hier prijs op stelt, houden wij u graag op de hoogte van de bevindingen van het onderzoek.

Waarom is dit onderzoek belangrijk?

Roken tijdens de zwangerschap komt veel voor

Maar liefst 9% van alle zwangere vrouwen rookt op enig moment gedurende de zwangerschap en 5% rookt gedurende de hele zwangerschap. Vooral lager opgeleide zwangeren roken door: meer dan één op de vijf (22%) rookt gedurende de zwangerschap. Onder hoger opgeleiden is dit 3%.

Ernstige gezondheidsrisico's

Roken tijdens de zwangerschap brengt veel en ernstige gezondheidsrisico's met zich mee, voor zowel de moeder als het kind. Zo verhoogt het de kans op een laag geboortegewicht (en dus een zwakker kind), vroeggeboorte, aangeboren afwijkingen, sterfte rond de geboorte en wiegendood. Op lange termijn gaat roken tijdens de zwangerschap gepaard met een verhoogde kans op astma, overgewicht, effecten op het cardiovasculaire systeem en mogelijke gedragsproblemen van het kind.

Stress speelt belangrijke rol

Daarbij komt stress vaak voor bij rokende vrouwen, vooral wanneer deze in een kwetsbare positie verkeren – bijvoorbeeld vanwege een lagere opleiding en/of een minder gunstige financiële omstandigheden. Omdat de meeste stoppen-met-roken interventies niet bewezen effectief zijn voor deze zwangeren, is het belangrijk om voor hen passende interventies te ontwikkelen.

Helpt u mee?

Indien u het belang van dit onderzoek onderschrijft en het vanaf najaar 2018 bij uw cliënten onder de aandacht wilt brengen, dan kunt u dit kenbaar maken bij Imke Jansen: imke.jansen@vu.nl. We houden u graag op de hoogte van het onderzoek.

Meer informatie

Indien u vragen heeft over de interventie of het project 'Stress- en Rookvrij Zwanger', dan kunt u eveneens contact opnemen met Imke Jansen. Voor vragen is Imke te bereiken via imke.jansen@vu.nl.