

Door middel van deze folder willen we u graag inlichten over de positieve effecten die het stoppen met roken op u en uw gezondheid kunnen hebben, in het bijzonder wanneer u geopereerd wordt.

Roken en een operatie

Als u geopereerd moet worden, is stoppen met roken extra belangrijk. Door niet te roken neemt het risico op bepaalde complicaties tijdens en na de operatie aanzienlijk af:

- Een goede wondgenezing is van groot belang bij het voorkomen van infecties. Door te stoppen met roken verbetert de zuurstoftoevoer en neemt het risico op infecties en slechte wond- en botgenezing af.
- Roken irriteert de luchtwegen en zorgt voor extra slijmvorming in de luchtwegen. Als u onder anesthesie (narcose) bent, wordt u via een buisje in de luchtpijp beademd. Dit buisje kan verstopt raken als er overmatig veel slijm aanwezig is. Door ruim voor de operatie te stoppen met roken is er veel minder slijm aanwezig en neemt het risico op complicaties tijdens de beademing af.
- Roken verhoogt de aanmaak van maagzuur waardoor voeding minder goed en minder snel wordt verteerd. Dit verhoogt de kans op aspiratie, het per ongeluk 'inademen' van maaginhoud tijdens de operatie. Door vóór de operatie te stoppen met roken neemt het risico op aspiratie, misselijkheid en braken na de operatie af.

Effecten gezondheid stoppen met roken

Stoppen met roken heeft áltijd zin, ook voor een korte tijd. Al na 20 minuten zijn er effecten merkbaar in uw lichaam.

- *Na 20 minuten:* De bloeddruk en hartslag dalen al
- *Na 24 uur:* De longen beginnen aan de grote schoonmaak. U hoest waarschijnlijk slijm op. Alle koolmonoxide is al uit uw lichaam.
- *Na 48 uur:* Alle nicotine is uit uw lichaam. U ruikt en proeft al wat beter.
- *Na 72 uur:* U hebt meer energie. Ademen gaat makkelijker.
- *Na 2-12 weken:* De longfunctie en bloedsomloop zijn verbeterd.

- *Na 1 maand:* Uw conditie is beter geworden en u beweegt gemakkelijker. Als u een rokershoestje had, verdwijnt dit.
- *Na 1 jaar:* Uw risico op hart- en vaatziekten is inmiddels gehalveerd. Uw risico op allerlei andere ziekten neemt de komende jaren steeds verder af.
- *Na 5-15 jaar:* Het risico op een beroerte is gelijk aan dat van een niet-roker.
- *Na 10 jaar:* Het verhoogde risico op longkanker is gehalveerd en het risico op andere kankersoorten is duidelijk verminderd.
- *Na 15 jaar:* Het risico op hart- en vaatziekten is gelijk aan dat van een niet-roker.

Bron; Trimbos instituut

Ons advies

Wij adviseren u daarom om minimaal 4-6 weken voor de geplande operatie te stoppen met roken.

Dit kan uiteraard niet als u binnen kortere tijd geopereerd moet worden, maar ook in dat geval heeft het stoppen met roken voor de operatie zin.

Ondersteuning of vragen

Bent u gemotiveerd om te stoppen met roken en wilt u hierbij ondersteuning, dan kunt u dat aangeven aan uw behandelend arts of aan de medewerker van de POS.

U kunt ook vragen stellen via de 'BeterDichtbij app'. Meer informatie vindt u via onze website onder tabblad '[ik kom voor een behandeling/beterdichtbij](#)'.

Vergoeding ziekenhuiszorg

Niet alle ziekenhuiszorg wordt vergoed door uw zorgverzekeraar. Ook betaalt u altijd de hoogte van uw eigen risico. Vraag vooraf bij uw zorgverzekeraar na of uw bezoek en/of behandeling in het ziekenhuis wordt vergoed. Meer informatie vindt u op onze website onder '[kosten en vergoedingen](#)' en op www.dezorgnota.nl.



VAN WEEL-BETHESDA
ziekenhuis

Stationsweg 22

3247 BW Dirksland

www.vanweelbethesda.nl

Telefoon algemeen 0187 60 73 00

Telefoon afsprakenbureau 0187 60 23 55

Telefoon afsprakenbureau röntgen 0187 60 74 99

Polikliniek Dirksland

Ingang Secretarieweg

Telefoon afsprakenbureau 0187 60 23 55

Telefoon afsprakenbureau röntgen 0187 60 74 99

Polikliniek Hellevoetsluis

Vliet 4

3224 HE Hellevoetsluis

Telefoon afsprakenbureau 0187 60 23 55

Telefoon afsprakenbureau röntgen 0187 60 74 99

Polikliniek Brielle

Amer 21

3232 HA Brielle

Telefoon afsprakenbureau 0187 60 23 55

Telefoon afsprakenbureau röntgen 0187 60 74 99

Het Van Weel-Bethesda Ziekenhuis levert excellente basiszorg aan de inwoners van Goeree-Overflakkee en westelijk Voorne-Putten. Het ziekenhuis heeft haar hoofdvestiging in Dirksland en poliklinieken in Hellevoetsluis en Brielle. Gastvrije, deskundige zorg met compassie en respect voor de patiënt en zijn naasten is het uitgangspunt in onze dagelijkse omgang met patiënten. Om de beste zorg te leveren, werken we nauw samen met andere ziekenhuizen en zorgaanbieders in de regio Zuid-Holland Zuid met als motto goede zorg dichtbij als het kan, ver weg als het moet. Daarnaast levert Het Van Weel-Bethesda Ziekenhuis samen met CuraMare een compleet pakket aan zorg, van geboorte tot de laatste fase.