

Rokersprofiel

Administratieve gegevens

Naam (voornaam en achternaam)	
Geboortedatum:	
Geslacht:	
Adres:	
Rijksregister nummer	
GSM:	
Email:	
Huisarts:	
Laatst genoten opleiding	
Gezinssituatie	
Werkt u? Wat doet u?	

Rookgedrag

Algemene gegevens

Stopreden	
Wanneer rookt u de eerste sigaret?	
Wanneer rookt u de laatste sigaret?	
Rookt u 's nachts?	
Waar rookt u?	
Waar of wanneer rookt u niet?	
Rokende vrienden/naasten?	
E sigaret? Zo ja, met nicotine?	

Rookgeschiedenis/pakjaren

Wanneer rookte u uw allereerste sigaret? In welk gezelschap?	
Verloop rookgeschiedenis: hoeveel sigaretten rookte u in de beginperiode? Hoe is dit geëvolueerd? Wat was het maximum aantal	

sigaretten dat u gerookt heeft? Hoeveel jaar rookt u nu?	
Heeft u nog stoppogingen ondernomen?	
Hoe komt het dat u herbegonnen bent?	

Fagerström

Aantal sigaretten per dag (gemiddeld)	
Hoe snel na het ontwaken rookt u de eerste sigaret, uitgedrukt in minuten?	
Inhaleert u altijd, vaak, soms of niet?	
Kent u het nicotinegehalte van de sigaret? Welk merk rookt u?	
Vindt u het moeilijk om niet te roken op plaatsen waar het verboden is?	
Rookt u meer de eerste uren na het ontwaken dan gedurende de rest van de dag?	
Rookt u als u ziek bent en het grootste deel van de dag in bed ligt?	
Welke sigaret zou het moeilijkste zijn om op te geven? Op een wel bepaald tijdstip of om het even welke?	

Motivatiepeiling (score van 1 tot 10: 1 is weinig, 10 is veel)

Hoe belangrijk is stoppen met roken voor jou	
Hoeveel vertrouwen heb je er in dat het je zal lukken?	
Hoe gemotiveerd bent u om te stoppen met roken?	
Hoe bereid ben je om de bijwerkingen er bij te nemen	

Reden van rookgedrag: A= Akkoord, NA= niet akkoord: aankruisen wat van toepassing is.

	A	NA
1. Ik rook om te vermijden dat ik me zou laten gaan.		
2. Roken is voor mij ontspannend en plezierig.		
3. Ik rook uit automatisme, soms zonder hiervan zelfs bewust te zijn.		
4. Ik voel me tijdens een gesprek met anderen meer op mijn gemak wanneer ik rook.		
5. Ik rook om energie te hebben, om me op te kikkeren.		
6. Ik rook graag, deels omdat ik geniet van het opsteken zelf van een sigaret.		

7. Ik vind het roken zeer aangenaam.		
8. Het gebeurt dat ik een sigaret opsteek terwijl er nog één in mijn asbak aan het opbranden is.		
9. Ik voel me zekerder in mijn sociale contacten wanneer ik rook.		
10. Ik rook om me op te peppen.		
11. Wanneer ik rook, geniet ik ook van het kijken naar de rook die ik uitadem.		
12. Ik rook wanneer ik me droevig voel of wanneer ik mijn zorgen wil vergeten.		
13. Ik heb al eens een sigaret in mijn mond zonder dat ik me kan herinneren dat ik ze opgestoken heb.		
14. Ik rook veel meer wanneer ik samen ben met anderen.		

Gezondheid

Hoeveel glazen alcohol drinkt u per week?	
Gebruikt u cannabis of andere middelen? Zo ja: welke en hoeveel?	
Hoeveel sigaretten rookt u momenteel?	
Hoe is uw eetgedrag?	
Beweging/sport?	
Neemt u geneesmiddelen? Zo ja, welke?	