

# Roken en het coronavirus (COVID-19)

## **Informeer (aanstaande) ouders over kans op (ernstiger verloop) corona**

Zwangere vrouwen en ouders kunnen zich momenteel zorgen maken over hun eigen gezondheid en die van hun (ongeboren) kind. Ze kunnen vragen hebben over het coronavirus. Ze kunnen ook vragen hebben over stoppen met roken. Mensen die roken zijn waarschijnlijk gevoeliger voor het coronavirus. Eenmaal besmet lopen rokers een groter risico om ernstig ziek te worden. Het is belangrijk dat je als zorgverlener weet wat je kunt vertellen over roken en corona, en welke stoppen-met-roken hulp er op dit moment beschikbaar is. Zo kun je zwangere vrouwen en ouders voor hulp bij stoppen met roken online aanmelden voor de telefonische coaching [Rookvrije Ouders](#).

Wil je (aanstaande) ouders informeren over roken en corona? Gebruik dan deze [voorbeeldtekst](#). Je vindt de voorbeeldtekst ook op de [website Rookvrije Start](#).

Meer weten over stoppen met roken en corona? Lees verder in de [FAQ over corona](#) van het Trimbos-instituut (voor professionals) of op [Ikstopnu.nl/corona](#) (voor publiek).

### **Heb ik meer kans om het coronavirus te krijgen als ik rook?**

- Als je rookt, heb je meer kans op een virus. Dat geldt waarschijnlijk ook voor het coronavirus. Als je rookt kun je ook ernstiger ziek worden als je het coronavirus hebt.
- Het is altijd een goed idee om te stoppen met roken. Juist nu is stoppen met roken belangrijk om ervoor te zorgen dat je minder ziek wordt van het coronavirus. Als je stopt, werken je longen en je hart gelijk al beter.
- Stoppen met roken lukt beter met hulp. Zeker nu, als je misschien meer stress hebt, is het fijn om hier goede hulp bij te krijgen. De telefonische coaches van Rookvrije Ouders geven je tips, adviezen en steun bij je stoppoging. Ga voor meer info of aanmelden naar [Ikstopnu.nl/rookvrijeouders](#).

Meer weten over stoppen met roken en corona? Kijk op [Ikstopnu.nl/corona](#). Je kunt ook altijd bellen met de gratis Stoplijn (0800-1995).