

Persbericht Koninklijk Nederlands Genootschap voor Fysiotherapie (KNGF)

Fysiotherapeuten helpen bij stoppen met roken

Amersfoort, 4 juli 2008

Fysiotherapeuten in heel Europa kunnen vanaf volgend jaar hun patiënten helpen bij stoppen met roken. Het Koninklijk Nederlands Genootschap voor Fysiotherapie ontwikkelt hiervoor, met Europese subsidie, een beweegprogramma. Speciaal voor mensen die bij een fysiotherapeut onder behandeling zijn voor long- en ademhalingsproblemen, hart- en vaatziekten, dementie, depressie óf mensen die een operatie moeten ondergaan. Stoppen met roken vermindert vooral bij deze mensen hun klachten. Het is wetenschappelijk onderbouwd dat de oefeningen in het beweegprogramma een positief effect hebben op stoppen met roken.

Bewegen helpt bij stoppen met roken en het bestrijden van bijeffecten zoals concentratieproblemen en gewichtstoename. Vooral de korte termijn effecten van bewegen zijn groot. Na een korte wandeling heeft u een kwartier geen of minder last van bijeffecten. Na een stuk intensief fietsen houdt dat effect 40 minuten aan. Hoe intensiever u sport – hoe hoger uw hartslag – hoe langer het positieve effect aanhoudt.

Voor de langere termijn loont het vooral om in aanvulling op bewegen gangbare stoppen-met-roken therapieën toe te passen zoals nicotine vervangende middelen en leefstijl begeleiding.

Onder de noemer “Staying Clean” ontwikkelt het KNGF het beweegprogramma in samenwerking met de Universiteit Maastricht en de Europese Regio van de World Confederation for Physical Therapy. In het voorjaar van 2009 is het nieuwe beweegprogramma voor alle fysiotherapeuten in Europa gereed.

Over het KNGF

Het KNGF behartigt de belangen van ongeveer 20.000 fysiotherapeuten. Vanuit het hoofdkantoor in Amersfoort en vanuit vijf regiokantoren biedt het KNGF ondersteuning op beroepsinhoudelijk, sociaal-maatschappelijk en economisch gebied.

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met:
Natascha Walenberg, communicatieadviseur KNGF
Tel: 06 – 45 75 07 69 , E-mail: naw@kngf.nl

Website Staying Clean: www.stayingclean.eu
Hier vindt u ook het onderzoeksrapport (bij News).