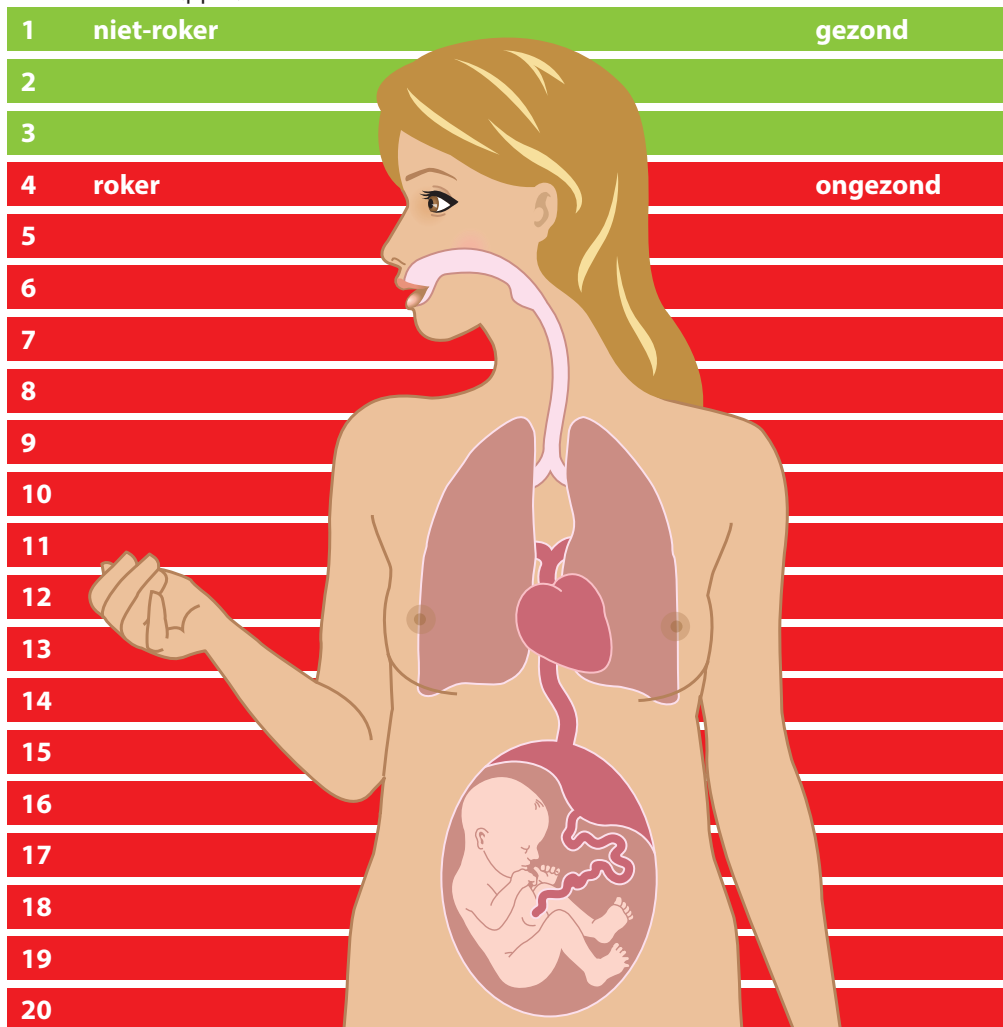


Resultaten CO-meter

Moeder

Baby

koolmonoxide (ppm)



Hoe gebruik ik de CO-meter?

Je kunt de CO-meter inzetten bij alle vrouwen die zwanger zijn of zwanger willen worden. Ook is het mogelijk om de CO-meter bij de partner in te zetten. Gebruik de CO-meter bij het eerste consult. Je kunt het ook bij ieder consult daarna gebruiken. Laat de cliënt weten dat het geen controlemiddel is, maar een routinehandeling. Het is bedoeld om de motivatie om te stoppen of rookvrij te blijven te verhogen. Op deze kaart lees je hoe je de CO-meting uitvoert en wat je hierbij kunt vertellen.

STAP 1	Uitleg geven <ul style="list-style-type: none">• Dit apparaat laat zien hoeveel koolmonoxide (CO) er naar jou en je baby gaat. Dat is een gevaarlijke stof die in sigaretten zit. Als je rookt krijg je die stof in je lichaam. Het zorgt ervoor dat er minder zuurstof naar je baby gaat. Je baby groeit dan minder goed.• Dit apparaat is niet bedoeld om jou te controleren. Door te zien hoeveel CO er naar je baby gaat, kan het makkelijker voor je zijn om te stoppen. Of om rookvrij te blijven.
STAP 2	Blazen <ul style="list-style-type: none">• Adem diep in, wacht 15 seconden, en adem dan pas uit.• Het apparaatje telt af van 15 naar 0.• Bij 0 blaas je rustig door het rietje uit.
STAP 3	Uitslag <p>Score 0 - 3: De vrouw rookt niet</p> <ul style="list-style-type: none">• Een score van X, hartstikke goed! Dit betekent dat er bijna geen koolmonoxide naar je baby gaat.• Zullen we samen kijken wat je nodig hebt om dit vol te houden? <p>Score 4 - 6: De vrouw rookt of rookt mee</p> <ul style="list-style-type: none">• Een score van meer dan 4 kan betekenen dat je rook binnenkrijgt. Dit kan van jezelf zijn of van anderen.• Geen rook binnenkrijgen is het allerbeste voor je baby. <p>Score 7 en hoger: De vrouw rookt</p> <ul style="list-style-type: none">• Een score van 7 of hoger betekent dat je rook binnenkrijgt. Hoe is dat voor jou om dit zo te zien?• Als je rookt en je stopt, krijgt je baby gelijk meer zuurstof binnen. Je baby kan dan beter groeien. Als je na het stoppen weer blaast, zal je zien dat de uitslag beter is.

Let op!

- Informatie is gebaseerd op het gebruik van de Pico Baby. Waardes kunnen verschillen bij een ander type CO-meter. Wees hier alert op.
- In de ochtend zijn de uitslagen vaak lager dan de echte score. Zeker als de zwangere de avond ervoor voor het laatst heeft (mee)gerookt. Vraag dit na.
- Heeft de vrouw alcohol of cannabis gebruikt? Dan is de meting onbetrouwbaar.
- Bij een score van 4 t/m 6 kan er ook sprake zijn van een verhoogde koolmonoxide-blootstelling op een andere manier, bijvoorbeeld door verwarming. Indien dit laatste het geval is, neem dan contact op met de GGD of brandweer.
- Lees de uitgebreide handleiding van de CO-meter voor meer voorbeeldzinnen en informatie.