

Nieuw rookbeleid bij IVF/ICSI

Vanaf 1 januari 2023 heeft het Centrum Voortplantingsgeneeskunde een nieuw rookbeleid. Dit betekent dat u allebei (zowel de vrouw als de partner) minimaal 3 maanden gestopt moet zijn met roken voordat u mag starten met een IVF- of ICSI behandeling. Het Jeroen Bosch Ziekenhuis baseert dit beleid op wetenschappelijk onderzoek. Stoppen met roken vergroot de kans op een geslaagde behandeling.

Meer informatie? Kijk op de website van het Trimbos Instituut

(<https://www.trimbos.nl/aanbod/webwinkel/af2025-factsheet-roken-zwangerschap-update-2022/>).

Hoe gaat het in zijn werk?

Wij doen er samen met jullie alles aan om te zorgen dat we jullie kinderwens in vervulling kunnen laten gaan. Jullie moeten daarvoor wel stoppen met roken, anders stellen we de behandeling uit. Stoppen met roken is niet gemakkelijk, we helpen je hierbij.

Net zoals een ademtest bij alcoholcontrole, kan ook nicotine in je adem aangetoond worden. We meten dit met behulp van een CO meter

(<https://www.trimbos.nl/wp-content/uploads/sites/31/2021/09/pm0482-co-meter-een-motiverend-hulpmiddel-voor-zwangere-vrouwen-om-te-stoppen-met-roken.pdf>). Deze test nemen we bij de intake bij jou en je partner af. De test herhalen we op het moment dat jullie gaan starten met de behandeling. Blijkt uit de test dat 1 van jullie heeft gerookt, dan stellen we de behandeling uit.

Vruchtbaarheid en roken

Roken is nadelig voor de vruchtbaarheid van vrouwen. Roken heeft een slechte invloed op de kwaliteit van de eicellen. Ook vergroot het de kans op een miskraam.

Roken heeft niet alleen een negatief effect op de vruchtbaarheid van vrouwen. Het sperma van mannen die roken is van slechtere kwaliteit dan dat van mannen die niet roken. Bovendien zijn de zaadcellen van rokende mannen minder beweeglijk waardoor ze minder goed de eicel kunnen bereiken.

Wanneer een man stopt met roken, is de zaadkwaliteit na ongeveer 2 à 3 maanden verbeterd. Zo lang duurt namelijk het proces van de aanmaak van nieuwe zaadcellen.

Samen stoppen

Rook van andere mensen in de nabije omgeving wordt ook in het bloed opgenomen. Daarom is het belangrijk dat je samen stopt met roken.

Hulp bij stoppen

Wanneer je in aanmerking komt voor vruchtbaarheidsbehandelingen kan het extra zwaar zijn om te stoppen met roken. Het is een periode vol onzekerheid en soms stress. Als je daarnaast ook nog energie moet steken in het stoppen met roken kan dat een onmogelijke opgave lijken.

Toch vragen we om dit wél te doen. De vruchtbaarheid en de kans op een zwangerschap en een gezond kind nemen toe als jij en je partner de sigaretten laten staan. We helpen je daarbij: hieronder een paar mogelijkheden:

- www.ikstopnu.nl
- www.sinefuma.com (met QR code)
- Leefstijlloket van JBZ (geef dit aan bij uw behandelaar)
- Huisarts of praktijk ondersteuner

Stoppen met roken vóóordat je zwanger wordt, heeft veel voordelen:

- Je bent fitter en gezonder.
- Je bent vruchtbaarder (vrouwen én mannen); je wordt dus makkelijker zwanger.
- Je hebt minder kans op problemen in de zwangerschap.
- Je hebt minder kans op problemen bij de bevalling.
- Je hebt minder kans op problemen na de geboorte.
- Je kind heeft later minder kans op problemen met zijn gezondheid.

Code GYN-813