

DOCUMENTATIE

Smooff Stop Met Roken

Ook al ben je nog zo gemotiveerd en vastberaden en heb je een datum voor het stoppen met roken geprikt, het stoppen met roken zonder hulp lukt helaas slechts weinig rokers. De oorzaak hiervan is dat je jezelf dwingt om in één keer zowel je nicotinebehoefte als je rookgewoonte te overwinnen.

De Deense zorgautoriteit benadrukt daarom dat het een goed idee is om het roken eerst af te bouwen en dan pas helemaal te stoppen. Zie de door deze autoriteit uitgegeven gids 'Stoppen met roken – 2020'.

Smooff Stop Met Roken helpt je met het geleidelijk afbouwen van het roken en de nicotinebehoefte. Dit gebeurt stapje voor stapje en het bereidt je er mentaal op voor om op de geplande datum – dat wil zeggen na in totaal 28 dagen – definitief met roken te stoppen. Op deze wijze wordt de sprong naar het totaal rookvrij zijn kleiner en gemakkelijker. Er wordt een handleiding meegeleverd die je helpt je bij het stoppen met roken – week voor week. Je krijgt ook een persoonlijke motivatiekaart, die je goede adviezen geeft en je eraan herinnert waarom je met roken wilt stoppen.

Smooff Stop Met Roken is zonder medicijnen, nicotine, afhankelijkheid of bijwerkingen. Er kunnen echter wel natuurlijke bijwerkingen optreden doordat stoppen met roken betekent dat je lichaam een reiniging ondergaat en gezonder wordt. Neem bij twijfel contact met je huisarts op.

Rookvrij-filters voor het geleidelijk afbouwen van roken en stoppen met roken zijn eerder met succes in de VS getest. Lees [hier](#) verder. Smooff Stop Met Roken (filters) werken volgens precies hetzelfde principe en zijn ingedeeld in medische hulpmiddelen klasse I. Ze zijn bovendien van het CE-merk voorzien.

We hebben in samenwerking met Deense apotheken mensen geholpen bij het rookvrij worden. 22% van deze groep mensen was na 6 maanden rookvrij.

Stoppen met roken is een samenspel tussen roker en product. Het lukt niet iedereen om met Smooff Stop Met Roken van het roken af te komen. We hebben echter kunnen constateren dat het product een bevredigend succespercentage oplevert, en hebben vele Denen, Zweden, Finnen, Duitsers en Oostenrijkers van het roken afgeholpen. Lees [hier](#) de ervaringen van klanten.

Als je al eerder geprobeerd hebt om met roken te stoppen, maar totaal hebt opgegeven, kan Smooff Stop Met Roken je misschien motiveren om het opnieuw te proberen!

Er heeft geen vergelijkend onderzoek van Smooff Stop Met Roken en andere rookstopmethoden plaatsgevonden.

Je kunt Smooff Stop Met Roken [hier](#) kopen

Het Smooff-filter

Het Smooff-filter is discreet en van goedgekeurd plastic materiaal gemaakt. Het werkt door de rook en nicotine uit de sigaret met de lucht uit de omgeving te mengen en daarbij kleine hoeveelheden rook in het filter te verzamelen. Alle filters zijn in het laboratorium op het doorlaten van rook en nicotine gecontroleerd. Wanneer je op gewone wijze rookt, neem je bij gebruik van het laatste filter slechts 14% nicotine en slechts 19% rook in. Als een extra voordeel zorgen de filters ervoor dat je geen gele nagels en vingers krijgt.

