

JE SUIS ENCEINTE, Quels sont les dangers du tabac pendant la grossesse ?

Fumer est mauvais pour la santé de la femme enceinte.

La fumée de tabac est aussi très dangereuse pour la santé du fœtus. Les femmes fumeuses ont des risques de faire une grossesse extra-utérine, c'est-à-dire que le fœtus ne s'installe pas au bon endroit.

Le risque de fausse couche est plus grand au début de la grossesse.

L'accouchement peut avoir lieu prématurément et mettre le bébé en danger.

L'idéal est d'arrêter de fumer avant d'être enceinte. Si cela n'a pas pu se faire, l'arrêt sera toujours bénéfique à n'importe quel moment de la grossesse.

Il n'est jamais trop tard pour arrêter de fumer.

JE SUIS PATIENT ou VISITEUR, Quel accompagnement conseillez-vous pour arrêter ?

Différents professionnels de santé (médecin traitant, tabacologue, pharmacien) peuvent vous accompagner dans votre démarche d'arrêt. Au Centre Hospitalier de Denain, tabacologue et infirmiers(ères) vous prennent en charge :

- lors de votre hospitalisation : Il suffit d'en parler au médecin et soignants du service pour pouvoir bénéficier de consultations dans votre chambre
- en externe : en appelant directement le
03.27.24.31.69 : Dr BENNANI, tabacologue
03.27.24.34.15 : Mme GABER, inf. tabacologue
ou via la plateforme Doctolib

Ces spécialistes de l'arrêt du tabac vous proposent :

- une alliance thérapeutique avec une prescription de substitutions nicotiques (patchs, spray, gommes, pastilles...)
- une thérapie comportementale avec écoute et empathie. Elle vous permet de parler du tabac. Elle vous aide à renforcer votre motivation, changer vos habitudes, lever vos freins...

JE SUIS PROFESSIONNEL DE SANTÉ Pourquoi participer au Mois Sans Tabac ?

Nordine Kroubi, Infirmier dans le service de Santé au Travail au CH de Denain répond à vos questions et accompagne chaque agent souhaitant arrêter de fumer :

1) Si vous arrêtez de fumer pendant le mois sans tabac, connaissez-vous les chances d'arrêter définitivement ?

Dès le deuxième jour, vous commencez déjà à retrouver le goût et l'odorat. Lors du premier mois, les chances d'arrêter définitivement sont multipliées par cinq. Un vrai bénéfice lorsque l'on est motivé pour s'arrêter. En 2020, près de 95 000 participants se sont inscrits à ce défi collectif.

2) Dans le contexte du Covid 19, la consommation de tabac a-t-elle été impactée ?

Durant la période de confinement vécue entre mi-mars et mi-mai 2020, les Français soulignent qu'environ un quart des fumeurs déclare avoir augmenté sa consommation de tabac (19% l'ont diminuée) durant la période de confinement. L'augmentation de la consommation de tabac est plus fréquemment mentionnée par les 25-34 ans (41%), les actifs travaillant à domicile (37%).

3) D'après vous, qui représente la majorité des consommateurs de tabac, Homme ou Femme ?

Selon le Bulletin Épidémiologique hebdomadaire du 26 mai 2020, les fumeurs sont majoritairement des hommes (53,8%). Deux tiers (66,5%) des fumeurs ont entre 25 et 54 ans et 14,6% d'entre eux sont âgés de 18 à 24 ans : cette population d'adultes de moins de 55 ans est donc une cible prioritaire des actions de lutte contre le tabagisme.

Comprendre votre dépendance vous aidera à trouver la meilleure stratégie d'arrêt pour enfin vous libérer du tabac.

Retrouvez-vous, retrouvez votre liberté.

Dans tous les cas, la **PRISE EN CHARGE** de votre sevrage est **GRATUITE**.

Cela inclut les consultations avec le médecin ou l'infirmier ainsi que les substituts nicotiques.



POUR NOUS CONTACTER

CONSULTATION D'AIDE / REDUCTION DE SEVRAGE TABAGIQUE

Vous êtes enceinte ?

Vous et votre conjoint souhaitez arrêter de fumer :
Contactez la sage-femme tabacologue

- **03 27 24 31 33**

Vous êtes hospitalisé ou souhaitez bénéficier
d'une consultation

Contactez le médecin tabacologue

- **03 27 24 31 69** ou **DOCTOLIB**

ou l'infirmière tabacologue

- **03 27 24 35 14**

Vous êtes professionnel de santé

Contactez le service de santé au travail

- **03 27 24 35 37**



Centre Hospitalier de DENAIN
25 bis rue Jean Jaurès 59220 DENAIN
www.ch-denain.fr

VOUS SOUHAITEZ ARRÊTER DE FUMER ?

CH DENAIN

Le Centre Hospitalier de DENAIN
vous propose une prise en charge
globale et individualisée

