

HNO

Hôpitaux
Nord-Ouest
Villefranche-sur-Saône

Vous accompagner

Tabac et grossesse

Bénéfices à l'arrêt du tabac



Chiffres clés

- Première cigarette en moyenne à 14 ans, un an avant le premier joint
- A 17 ans 1 fille sur 4 fume quotidiennement
- Parmi les 18 -75 ans, plus d'une femme sur 5 fume quotidiennement
- 30% des femmes enceintes fumaient avant leur grossesse
- Parmi elles, 16% restent fumeuses durant toute la grossesse
84% ont réduit leur tabagisme ou sont devenues non fumeuses
- Le tabagisme féminin français est l'un des plus élevés au monde (globalement 7ème en Europe)
- Chez les femmes entre 50 et 75 ans, la mortalité par cancer du poumon est quasi équivalente à la mortalité liée au cancer du sein

Sources : *Rapport du comité national contre le tabagisme en France 2022*

Bénéfices de l'arrêt du tabac

Pour la femme enceinte

L'arrêt du tabac diminue les risques :

- De saignements
- De fausse couche
- De grossesse extra utérine
- De rupture de la poche des eaux avant terme
- D'accouchement prématuré
- D'infection vaginale

Et améliore la santé bucco-dentaire !



Pour le fœtus

L'arrêt du tabac améliore :

- L'oxygénation et les apports nutritifs de mon bébé
- Le bon développement morphologique et la croissance de mon bébé
- La résistance et le terme de naissance de mon bébé
- Le bien-être de mon bébé à sa naissance



Pour l'enfant

L'arrêt du tabac améliore :

- La qualité du sommeil de mon enfant, et réduit le risque de mort inattendue du nourrisson
- Les facultés d'apprentissage de mon enfant
- Sa santé respiratoire
- Sa résistance aux maladies



Pour l'homme et la femme

L'arrêt du tabac améliore :

- La santé cardiovasculaire
- La santé pulmonaire et la capacité respiratoire
- La fertilité : elle redevient normale après quelques semaines
- La qualité des spermatozoïdes
- La fonction érectile
- L'énergie
- L'activité sexuelle
- La qualité de la peau
- L'odorat et la finesse gustative
- Le compte en banque



L'espérance de vie ... Et la qualité de vie !

Pour en savoir plus

Tabac info service - www.tabac-info-service.fr

Une application gratuite : tabac info service

Un numéro de téléphone : 39 89

L'Assurance Maladie - www.ameli.fr

Par la barre de recherche, on y trouve la liste des substituts remboursés ou sur : www.ameli.fr/rhone/assure/remboursements/rembourse/medicaments-vaccins-dispositifs-medicaux/prise-charge-substituts-nicotiniques

www.stop-tabac.ch

Un site suisse très bien réalisé, et son application mobile

www.cdhs.fr

Pour la liste des CDHS qui proposent des accompagnements en tabacologie

<https://fr-fr.facebook.com/assojnfp/>

Un groupe d'entraide sur facebook, très vivant modéré par une tabacologue

www.respadd.org

Réseau de prévention des addictions

Pour des informations plus détaillées et concernant toutes les addictions

Numéros HNO

Rendez-vous avec une sage-femme tabacologue 04 74 09 28 43

Rendez vous avec l'équipe de liaison et de soins en addictologie au 04 74 09 24 09



Sources et références

Publications du RESPADD : Prévention du tabagisme et accompagnement au sevrage tabagique 2021

Premiers gestes en tabacologie 2018

Santé publique France

Améli