



Hôpitaux de Lyon

Vous désirez un enfant

Vous attendez un enfant

Vous fumez



Vous souhaitez
de l'aide ?

Consultations de tabacologie dans les maternités des Hospices Civils de Lyon :

Hôpital de la Croix-Rousse

C. LAVEISSIERE, Sage-femme
Service de Gynécologie obstétrique
du Pr RUDIGOZ
Prise de rendez-vous :
04 72 07 19 40 / 04 72 07 16 50

Hôpital de l'Hôtel-Dieu

(Fermeture en mai 2009)

J. LAFARGE-LEBOUCHER, Sage-femme
Service de Gynécologie obstétrique
du Pr RAUDRANT
Prise de rendez-vous : 04 72 41 34 78

Hôpital Femme-Mère-Enfant

C. PREVOT, Sage-femme
Service de Gynécologie obstétrique
du Pr GAUCHERAND
Prise de rendez-vous : 04 27 85 56 63

Centre Hospitalier Lyon-Sud

A. JERMER, Sage-femme
Service de Gynécologie obstétrique
du Pr BERLAND
Prise de rendez-vous :
04 78 86 56 20 / 04 78 86 56 21

Il n'est jamais trop tard
pour arrêter de fumer

Arrêter de fumer
n'est pas une question de volonté

Avec une prise en charge,
on peut réguler la prise de poids

Allaiter est toujours préférable
même si vous n'avez pas encore réussi
à arrêter de fumer

© H.C.L. - Coordination de Tabacologie / Direction de la Communication - PNO : Christelle Terrine - Crédits photographiques : Fotolia.com - 02/09

Pourquoi arrêter de fumer ?

Arrêter de fumer augmente vos chances d'être enceinte

Arrêter de fumer est immédiatement bénéfique pour vous et votre bébé

Vous protégez votre grossesse en limitant les risques de complications :

- * Grossesse extra-utérine
- * Fausse couche
- * Décollement prématuré de la poche des eaux
- * Accouchement prématuré

Vous améliorez les échanges sanguins entre vous et votre bébé :

- * En éliminant le CO (monoxyde de carbone) contenu dans la fumée de vos cigarettes
- * En permettant à l'oxygène de favoriser le développement de votre bébé notamment au niveau du périmètre crânien

A l'accouchement, les contractions utérines sont efficaces et de meilleure qualité

Après la naissance, vous protégez votre enfant du tabagisme passif. Ainsi vous diminuez ses risques :

- * De mort subite du nourrisson
- * De maladie ORL et infection respiratoire à répétition : bronchite, otite, bronchiolite, asthme

Allaiter est une chance pour poursuivre ou pour instaurer le sevrage tabagique

Arrêter de fumer, oui, mais...

“Je n'ai pas assez de volonté”
“Ma grossesse est déjà avancée ! Est-ce trop tard pour arrêter ?”
“Si je fume moins, y a-t-il quand même des risques pour mon bébé ?”



“J'ai peur de grossir” “Est-ce que je peux utiliser des patchs ?”
“J'ai peur d'être stressé” “Je ne fume que 5 cigarettes par jour...”
“J'ai peur de rechuter”

Pourquoi une aide ?

Pour bénéficier d'un soutien personnalisé répondant à vos questions et à vos objectifs librement choisis

- * Prendre des substituts nicotiques c'est mieux que fumer !
Votre enfant vous en remerciera

