

VOS AVANTAGES

- Un suivi personnalisé par des professionnels de santé spécialisés en tabacologie pendant toute votre grossesse.
- L'aide gratuite au sevrage tabagique y compris des patchs gratuits.
- Une substitution nicotinique adaptée à vos besoins individuels.
- La participation aux progrès de la recherche médicale dont bénéficieront des futures femmes enceintes rencontrant des difficultés pour arrêter de fumer.

L'arrêt du tabac est toujours bénéfique quel que soit le moment de la grossesse,

aussi bien pour la future maman que pour le fœtus et l'enfant né.

Absence d'exposition aux produits toxiques de la fumée pour vous et votre bébé donc :

- amélioration du poids de naissance ;
- développement harmonieux du bébé (taille et périmètre crânien) ;
- réduction du risque d'accouchement prématuré et des complications périnatales.

Il n'est jamais trop tard pour arrêter de fumer, même en fin de grossesse.

Pour plus de renseignements

→ Appelez **Tabac info service** au **39 89**

(du lundi au samedi, de 9 h à 20 h, 0,15 euro/min depuis un poste fixe, hors surcoût éventuel de l'opérateur)

- pour en savoir plus sur l'étude et sur les centres participants ;
- que vous souhaitiez ou non participer à cette étude, vous y trouverez de l'aide pour arrêter de fumer.

→ ou rendez-vous sur **www.snipp.fr**



PARI-MAGE Réf.: 220-61809-DE

Vous êtes enceinte et vous souhaitez arrêter de fumer ?

Nous pouvons vous aider

Participez à l'étude SNIPP



tabac-info-service.fr
39 89 0.15€/min.



ASSISTANCE PUBLIQUE HÔPITAUX DE PARIS

www.inpes.sante.fr
inpes
Institut national de prévention et d'éducation pour la santé



Comme beaucoup de fumeuses, **vous souhaitez peut-être profiter de la venue de votre bébé pour arrêter de fumer.** Mais sans doute éprouvez-vous des réticences, de la peur, d'autant plus si votre dépendance au tabac est élevée.



L'Assistance publique - Hôpitaux de Paris (AP-HP), en collaboration avec le Ministère de la Santé et des Sports et l'Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (Inpes), vous propose, pour vous aider, de **participer à une étude¹ sur l'efficacité des substituts nicotiques pendant la grossesse².**



En participant à cette étude, **vous serez suivie par des professionnels de santé spécialisés dans l'aide au sevrage tabagique** (gynécologue, tabacologue, infirmière tabacologue, sage-femme tabacologue...) **et des traitements nicotiques vous seront fournis gratuitement** tout au long de votre grossesse et même jusqu'à 2 mois après votre accouchement.

¹ SNIPP : *Study on Nicotine Patch on Pregnancy.*

² La prescription de substituts nicotiques est officiellement admise pour les femmes enceintes depuis 1997.

Les 4 critères pour pouvoir participer à l'étude

- 1 Vous avez **plus de 18 ans.**
- 2 Vous êtes enceinte de **moins de 4 mois et demi.**
(soit moins de 18 semaines de grossesse)
- 3 Vous fumez au moins **5 cigarettes par jour.**
- 4 Vous êtes motivée pour **arrêter de fumer.**
Sur une échelle de 0 (pas motivée) à 10 (extrêmement motivée), vous placez votre degré de motivation pour l'arrêt du tabac entre 5 et 10.

Vous remplissez les critères et souhaitez participer à l'étude

Nous vous invitons à vous rapprocher du centre d'études le plus proche de chez vous. Vous retrouverez la liste de ces centres et leurs coordonnées :

- en vous connectant sur le site www.snipp.fr ;
- ou en appelant Tabac info service au 39 89* (du lundi au samedi, de 9 h à 20 h).

Vous ne répondez pas aux critères de l'étude

Nous vous encourageons à discuter de votre désir d'arrêt et de votre tabagisme avec un professionnel de santé. Vous pouvez également poser toutes vos questions à Tabac info service au 39 89* (du lundi au samedi, de 9 h à 20 h) ou trouver de l'information et bénéficier d'un coaching personnalisé par mail sur www.tabac-info-service.fr.

* 0,15 euro/min depuis un poste fixe, hors surcoût éventuel de l'opérateur.