



11% des femmes enceintes et fumeuses ignorent les méfaits de la cigarette

Tabac et grossesse : en finir plutôt que réduire

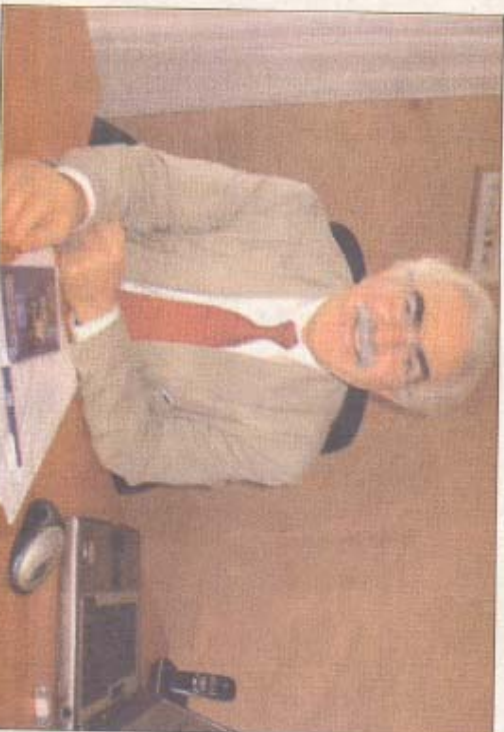
"Tabac et grossesse, un cocktail détonant pour le fœtus". L'affirmation, quasi lieu commun, est pourtant encore ignorée d'un nombre considérable de femmes enceintes et fumeuses. Pour en finir avec ce mélange désastreux, la Communauté périnatale de l'agglomération versaillaise vient de créer des ateliers de sevrage tabacologique.

L'N.Y.A., A l'évidence, rien de révolutionnaire à dire que tabac et grossesse forment un désastreux ménage. En revanche, ce qui l'est beaucoup plus, c'est de constater que les fumeuses enceintes sont encore beaucoup trop nombreuses à ne pas en prendre conscience. C'est ce que vient de démontrer le sondage établi par la Communauté périnatale de l'agglomération versaillaise (CPAV), réseau visant l'amélioration de la qualité du suivi médical et psychosocial de la femme enceinte et qui a reçu un financement public.

NEUF MOIS POUR ARRÊTER
En partenariat avec les maternités de l'agglomération (la clinique des Franciscaines, le centre médico-chirurgical de Parly 2, Frédéric André-Mignot

et la psychologue de Versailles), ainsi que des cabinets libéraux, l'association a sondé 1006 femmes enceintes suivies dans ces quatre maternités. Les chiffres qui en ressortent sont étonnants (voir encadré). Parmi les 14% de femmes enceintes fumeuses, 11% d'entre elles affirment ignorer les méfaits du tabac sur le fœtus. Les conséquences sur le fœtus. Les conséquences pourraient gravissimes : fausses-couches spontanées et prématurité multiples par trois, mort subite du nourrisson multipliée par quatre, production de lait réduite de 30%, malformations... all

arrive que certaines femmes arrivent au dernier trimestre de leur grossesse en déclarant ne pas connaître ces risques», assure le docteur Maurice Toledano, président de la CPAV.



D' Maurice Toledano, président de la CPAV.

DES CONJOINTS À ÉDUCER
La faute à une méconnaissance véritable mais aussi, et surtout, à une vérité que les femmes enceintes et fumeuses refusent de voir, toutes envisagent leur grossesse sans tabac. Mais lorsqu'il s'agit d'arrêter, la dépendance prend souvent le pas sur la volonté, souligne Edwige Daurizenberg, vice-présidente de l'association française des sages-femmes tabacologues et coordinatrice du projet.

Reste que, si elles sont les premières responsables, les femmes enceintes ne sont souvent pas les seules à devoir revoir leurs connaissances en la matière. Leurs conjoints, majoritairement fumeurs et désireux de le rester, n'aient résolument pas au sevrage. Ni les proches, ni les amis, ni même les collègues de travail.

«Ces femmes fumeuses sont intégrées socialement dans un milieu fumeur. Elles sont ainsi 15,7% à être surexposées, puis-elles fument et se trouvent soumises aux deux sources principales de tabagisme passif, chez elle et sur leur lieu de travail. Le pari est pourtant de taille puisqu'il est ques-

tion d'arrêter de fumer en un temps record, celui de la grossesse. Les ateliers de sevrage tabacologique, dont la création est directement liée aux résultats de ce sondage, ne trouvent d'autres objectifs que celui de ce sevrage immédiat et durable (voir article ci-dessous). L'association a proposé à la Caisse primaire d'assurance maladie des Yvelines, particulièrement motivée par cette question de santé publique, l'idée de

Des chiffres alarmants

- Enceintes et fumeuses :
- 14% fument ;
- 80% ont un conjoint qui fume ;
- 17% travaillent dans une atmosphère tabagique ;
- 15,7% sont surexposés ;
- 84% ont réduit leur consommation ;
- 40% souhaitent arrêter de fumer ;
- 15% ne veulent ni arrêter, ni réduire leur consommation ;
- 11% n'ont pas conscience des risques sur le fœtus.
- Enceintes et non-fumeuses :
- 15% ont arrêté au début de leur grossesse ;
- 27% ont connu des rechutes (33% lors de la grossesse) ;
- 19% sont victimes du tabagisme passif.

Edwige Dautzenberg, sage-femme tabacologue

Des ateliers pour le sevrage

Comment les méfaits du tabac se répèrent-ils sur le fœtus ?

Une cigarette compte environ deux mille composés. Lors de sa combustion, ce nombre double dans la fumée inhalée ou secondaire. Dans ces composés, il y a de la nicotine qui crée la dépendance, mais il y a surtout du monoxyde de carbone (CO). C'est celui-ci qui va prendre la place de l'oxygène dans le sang, qui sera de fait mal oxygéné. Il arrive ainsi sur l'artère utérine, le placenta, le colin et enfin le fœtus et entraîne toutes les pathologies que nous connaissons. Le fœtus prendra 2,2 à 2,4 fois plus d'hémoglobine chargée de CO que sa mère. C'est un taux considérable pour un être en devenir.

Une réduction de la consommation suffit-elle à diminuer ces risques ?

Non, c'est un leurre de penser que réduire sa consommation est suffisant. Chaque fumeur a besoin d'un certain taux de nicotine. Aussi, lorsqu'une patiente passera de trente cigarettes par jour à dix, elle aura tendance à "tirer" beau-



Avec cet outil, la tabacologue peut mesurer le taux de CO dans le sang.

coup plus et de façon inconsciente sur sa cigarette pour récupérer la dose de nicotine dont elle a besoin. Le résultat final est le même, alors que l'arrêt total aurait, lui, des bénéfices immédiats sur le fœtus.

Comment parvenir à un sevrage véritable et durable? La femme enceinte a une psychologie particulière : elle est motivée par sa grossesse pour arrêter de fumer. Ce qui importe alors, c'est d'essayer d'ouvrir un véritable espace de rencontre et d'écoute. Parvenir

à un sevrage efficace, c'est aussi explorer les conflits et les angoisses de la future mère. D'où la mise en place d'ateliers de sevrage tabacologique dans nos maternités partenaires. Ce sont des lieux où les femmes enceintes se rendent naturellement et fréquemment pendant leur grossesse. Avec ces ateliers, nous allons créer une dynamique de groupe car toutes ont un intérêt commun : leur enfant. Elles pourront s'enrichir des expériences des unes et des autres.

Comment vont-ils fonctionner ?

Ces ateliers, gratuits et également ouverts aux conjoints, seront animés par un tabacologue. Les femmes pourront y mesurer leur taux de CO, être informées sur le tabac, ses effets, et les diverses méthodes de sevrage. Il n'y aura, en revanche, aucune prise en charge thérapeutique. Chacune d'entre elles aura un dossier de suivi, ainsi qu'une fiche de transmission qui sera donnée au praticien responsable du suivi de sa grossesse.

Aurélie Charlot, 19 ans, "sevrée" au cinquième mois

«Je voulais avant tout protéger mon enfant»

DANS QUELQUES JOURS, Aurélie Charlot, jeune Saint-Cyrienne, mettra au monde son premier enfant.

Un enfant qu'elle voulait voir naître, comme toute mère de ce nom, en bonne santé. La chose n'était pourtant pas si évidente : au premier trimestre de sa grossesse, Aurélie continue de fumer ses trente cigarettes par jour, «de funails depuis l'âge de 14 ans, avec la jeune mère. Je savais que je devais arrêter pour mon bébé et j'avais une réelle motivation». Une volonte d'autant plus indispensable qu'Aurélie est intégrée dans un milieu très tabagique : «Même à part ma mère, tout le monde fume autour de moi. Mon ami est à deux paquets

par jour. Ça ne m'a pas vraiment aidée. Ça a même été un frein au début.» Alors Aurélie commence par réduire sa consommation. Au

fil de ses rendez-vous avec Edwige Dautzenberg, qui la suit depuis le début de sa grossesse, elle prend conscience des dangers qu'elle fait courir à son enfant. Et à cinq mois et demi, avec le soutien

de la sage-femme, elle arrête définitivement. L'imagerie positive que renvoie la jeune mère ira même jusqu'à atteindre sur son entourage : «Mon père était tellement impressionné qu'il a lui aussi diminué sa consommation. Aujourd'hui,



personne ne fume autour de moi.» L'objectif désormais, est de consolider le sevrage une fois la grossesse terminée. Une épreuve qu'elle espère également parvenir à surmonter la jeune mère.

S. D. C.

Prenez note...

Les ateliers de sevrage tabacologique démarrent au mois de novembre. Une plaquette d'information sera disponible d'ici la fin du mois dans les quatre maternités partenaires, ainsi qu'à la CPAM. Ils se tiendront le mercredi ou le jeudi, de 17h30 à 19h30 (un par

semaine et par maternité).
• Pour plus d'informations :
- sur le site : www.nat78.com
- CPAM : 29, rue de Versailles, au Chesnay, Tél. : 01 39 43 12 04/Fax : 01 39 43 13 58, e-mail : cpav@wanadoo.fr