



## Le sevrage des femmes enceintes

Rubrique : actualités - Date : jeudi 19 mai 2005

---

Le magazine ELLE a rencontré Chantal Birman, sage femme et tabacologue à la maternité des Lilas qui propose une consultation d'accompagnement au sevrage tabagique pour femmes enceintes. Elle explique que « les femmes enceintes sont généralement plus motivées et plus à l'écoute d'elles mêmes » et que « quatre jours après l'arrêt elles commencent à se sentir mieux alors qu'il faut plus de temps aux autres moments de la vie ». Indiquant que l'on peut utiliser des substituts nicotiques car ils n'ont que très peu d'effets négatifs sur la santé ( légère augmentation de la tension et du rythme cardiaque), elle précise toutefois qu'il « n'y a pas de règle » et que « chaque femme peut trouver le traitement qui lui convient ». Sur la durée du traitement par substituts nicotiques, la tabacologue dit que « l'oubli du patch le matin est le signe que le moment est venu de réduire les doses et que « chez la femme enceinte cela arrive souvent au bout de dix jours au lieu de 28 habituellement ». Toutefois selon elle « peu importe la durée. Au contraire brûler les étapes peut entraîner une reprise ». Quand on lui dit qu'en dessous de 5 cigarettes par jour les risques sont moins grands pour le bébé, elle répond que « l'on peut fumer cinq cigarettes (&) et avoir dans les poumons l'équivalent d'un paquet » car « l'important est la façon dont on tire sur la cigarette, ce dont on est pas conscient », sachant de plus que « la concentration des produits contenus dans le tabac est deux fois plus forte dans le sang fStal que dans le sang maternel ».