

Des aides possibles?

Pour les femmes qui sont très dépendantes, l'arrêt total peut être difficile et nécessiter un accompagnement psychologique et un traitement par substitution nicotinique. Celui-ci pourra être mis en route sous contrôle médical si la future maman a déjà essayé d'arrêter et n'y est pas parvenue. Plus d'informations?

Demandez conseil à votre gynécologue et/ou votre médecin traitant.



Un programme d'aide à l'arrêt du tabac pour la femme enceinte et son partenaire

Un programme a spécialement été conçu pour les femmes enceintes et leur partenaire qui ont envie de se faire aider. Il s'agit d'un remboursement partiel des consultations chez un tabacologue* reconnu par l'INAMI.

Envie d'en savoir plus?

www.grossessesanstabac.be

Ou

Ligne Tabac-Stop: 0800/111.00

*Tabacologue: professionnel de santé ou licencié en psychologie ayant suivi une formation en tabacologie.

FARES asbl
Rue de la Concorde, 56
1050 Bruxelles
Tél.: 02/512.29.36
Fax: 02/512.32.73
www.fares.be



Grossesse et tabac

Le monoxyde de carbone



Le monoxyde de carbone

Qu'est-ce que le monoxyde de carbone?

Le monoxyde de carbone, un gaz polluant lié à la combustion, est produit, entre autres, par les pots d'échappement des véhicules et la consommation de tabac. Il s'agit d'un gaz incolore et inodore mais hautement toxique.

Chez les fumeurs, le niveau de CO présent dans le corps est souvent supérieur au taux de CO autorisé dans l'air ambiant dans les villes de l'Union européenne (établi à 8,5 ppm). Il s'élève en moyenne à 19,1 ppm.

Quel est son action?

Tout comme l'oxygène (O₂), le CO se fixe sur les globules rouges de l'hémoglobine avec une affinité 240 x supérieure à celle de l'O₂. En d'autres termes, le CO prend la place de l'O₂ dans le sang. Les organes sont moins bien oxygénés.

La moelle osseuse va donc multiplier la production de globules rouges afin d'augmenter le taux d'oxygène dans le sang. Celui-ci devient plus épais et plus visqueux et augmente, entre autres, le risque de boucher les artères (thrombose).

Le CO chez le fœtus?

Chez le fœtus, le CO a une affinité pour l'hémoglobine 400x supérieure par rapport à l'O₂. Le taux de CO du fœtus est donc toujours plus élevé que celui de la future maman qui fume.

Les conséquences du CO chez le fœtus

Un taux de CO élevé chez le fœtus indique que celui-ci ne reçoit pas suffisamment d'oxygène (hypoxie fœtale). C'est d'ailleurs le CO qui est responsable du retard de croissance intra-utérin, très fréquent chez les futures mamans qui fument. Plus le taux de CO augmente dans l'air expiré chez la mère, plus le risque d'anomalie du rythme cardiaque fœtal augmente.

L'importance de la mesure du CO chez la future maman fumeuse

La mesure du CO expiré chez la femme enceinte qui fume est importante vu les conséquences sur la santé du fœtus. Elle permet de prédire une éventuelle hypoxie fœtale.

Elle permet également d'évaluer la dépendance physique à la nicotine de la future maman. En effet, au plus le taux est élevé, au plus l'imprégnation nicotinique risque d'être importante.

Faut-il diminuer ou arrêter totalement durant la grossesse?

La diminution de la consommation de tabac n'est pas à conseiller car la future maman risque de fumer plus intensément ses cigarettes, d'inhaler plus profondément la fumée pour extraire la dose de nicotine dont elle a besoin quotidiennement. Cette façon de fumer est souvent bien involontaire. Le testeur de CO permet de voir si la future maman compense son manque de nicotine. En effet, au plus le taux de CO reste élevé durant la diminution, au plus il est probable que la femme enceinte fume plus intensément ses cigarettes.

Seul l'arrêt total est à conseiller lors d'une grossesse.

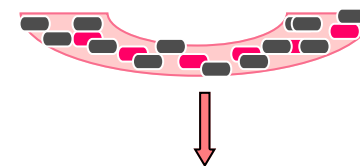
Globules rouges du sang d'une future maman **non-fumeuse**





Globules rouges du sang d'une future **maman fumeuse**



Globules rouges du sang d'un **fœtus** d'une future **maman fumeuse**



Le taux de **CO** chez le fœtus est **plus élevé** que chez la future maman qui fume

-  Globule rouge oxygéné
-  Globule rouge chargé de CO