

■ Qui est concerné par les consultations de tabacologie ?

Le fumeur qui souhaite arrêter de fumer

Mais aussi :


- Toutes les personnes, qui se posent des questions sur le tabagisme et sur les méthodes d'arrêt.
- Les personnes qui souhaitent arrêter progressivement leur dépendance.
- Les personnes qui doivent stopper leur tabagisme pour des raisons de santé.
- Les futurs parents, les femmes enceintes ou les mères qui allaitent.
- Les fumeurs qui ont déjà essayé d'arrêter de fumer mais qui ont rechuté.
- Les ex-fumeurs qui veulent éviter la rechute.
- Les fumeurs de chicha



■ Comment prendre un rendez-vous?



- JULIE NOEL, pneumologue tabacologue
Clinique Saint -Pierre
9,avenue Reine Fabiola à Ottignies
010 437 758 ou 010 437 370
- BRIGITTE MEULEMANS, infirmière en santé communautaire tabacologue
Centre Médical,10 avenue Charlot à Jodoigne,
010 812 193
- JOELLE DUTRIEUX, sage-femme tabacologue
Centre médical de Wavre
2, rue du pont Saint Jean à Wavre
010 232 910 ou 010 232 922
- NICOLAS DIGIACOMO, psychologue tabacologue
Centre Médical de Wavre
2 rue du pont Saint Jean à Wavre
010 232 910 ou 010 232 922



Centre d'aide aux fumeurs de la
Clinique Saint-Pierre

Si le tabagisme vous pose question...

Des professionnels de la santé
peuvent vous accompagner.

■ Pourquoi vouloir arrêter de fumer ?

- Avantages pour votre santé :
Forte diminution du risque de maladies cardio-vasculaires et pulmonaires.
- Avantages pour votre bien-être immédiat:
Récupération du goût, de l'odorat, du souffle.
Amélioration du teint et de l'haleine.
- Avantage pour votre portefeuille :
Un paquet de cigarettes par jour = 1650 € épargnés par an.

■ Pourquoi est-ce difficile d'arrêter de fumer ?



Le tabac engendre une triple dépendance :

- Dépendance physique, très puissante, liée principalement à la nicotine
- Dépendance psychologique liée à la place que la cigarette prend dans la gestion des émotions
- Dépendance comportementale liée aux habitudes.

■ Qui sommes-nous ?

- Une pneumologue
- Un médecin généraliste
- Une sage-femme
- Une infirmière en santé communautaire
- Un psychologue

Nous sommes tous diplômés en tabacologie*.

En nous associant, nous mettons en commun nos compétences afin de vous offrir un accompagnement qui réponde le plus possible à vos attentes.

■ Pourquoi se faire accompagner ?

Des premières questions sur le tabac à une vie sans fumée, le cheminement est complexe.

Un bon accompagnement multipliera fortement vos chances de succès.

En effet, la démarche proposée s'adaptera à votre projet, votre contexte de vie, votre rythme, vos inquiétudes...



■ Que proposons-nous ?

- Des consultations individuelles ou en couple
- Des séances d'informations
- Des interventions pour les professionnels
- Des groupes de parole

La consultation vous permet de réfléchir à votre tabagisme et de trouver les solutions qui conviennent à votre rythme et à votre motivation. Une mesure du CO (monoxyde de carbone) expiré vous sera proposée à chaque rencontre.



Ces consultations bénéficient d'un remboursement forfaitaire de 30 Euros pour la première et de 20 euros pour les 7 suivantes. Le remboursement pour la femme enceinte est de 30 Euros jusqu'à la 8ème consultation.

Nous travaillons de concert avec votre médecin traitant et si nécessaire avec des partenaires locaux (diététiciens ,kinésithérapeutes formés en gestion du stress,...)

* tabacologie : enseignement inter universitaire dispensé au sein du FARES (Fonds des affections respiratoires).