

**Comment une sage-femme arrive à poser une question non culpabilisante sur la fumée et la grossesse ?**

---

**L'invisibilité des femmes dans le champ des addictions.  
Quelles questions nous pose-t-elle?**

**43ème Forum addiction  
du 03.06.2022**

**Isabelle Gaudin Lorient  
Isabelle Domine , sages-femmes  
Claudie Godard , sage-femme cadre de santé**

---

**LA GROSSESSE UNE PARENTHÈSE ?**

**DÉROULÉ D'UNE CONSULTATION DE  
SEVRAGE TABAGIQUE/ TÉMOIGNAGE**

**CONCLUSION**

# LA GROSSESSE , UNE PARENTHÈSE ?

---

La Grossesse et la fumée  
rendent visibles  
les femmes enceintes  
par rapport à leur addiction face au tabac

---

▶ **Élément déclencheur**

▶ L'arrêt du tabac pendant la grossesse est souvent envisagé uniquement comme une **parenthèse**

▶ **Allaitement** = protecteur de la rechute mais le + souvent ne fait que retarder la rechute

---

# Maternité sans tabac

Objectif de **promotion de la santé publique pour la femme enceinte et l'enfant à venir**

Projet de la Fondation Privée des HUG, du CIPRET et de la Maternité des HUG dans le cadre du projet VISIO 2020 des HUG

# LA CONSULTATION D'AIDE À L'ARRÊT DU TABAC

---

Mise en place de la consultation : Début le 6 Mai 2019

- ▶ Au préalable, relai dans les journaux, TSR et radios de l'ouverture de cette consultation à la Maternité des HUG.
- ▶ **2 Sages femmes:** Isabelle Gaudin Lorient et Isabelle Domine
- ▶ **Tous les lundis**
- ▶ **Supervision et collaboration** avec Vanessa Vaucher infirmière clinicienne en tabacologie et le Docteur J.P. Humair
- ▶ Temps de consultation : **45 minutes**
- ▶ **Flyer d'information :**

## CONSULTATION GROSSESSE ET TABAC

Vous êtes enceinte et  
vous souhaitez arrêter de fumer



**HUG** Hôpitaux  
Universitaires  
Genève

Fondation  
privée des

**HUG**

## Présentation

### Une consultation spécialisée

A tous les stades de la grossesse et après la naissance, l'arrêt de la cigarette est bénéfique pour vous et votre bébé. Des études montrent que la maternité représente une réelle opportunité pour envisager un sevrage tabagique.

La Maternité, en collaboration avec le Centre d'information et de prévention du tabagisme (CIPRET), propose une consultation spécialisée sur rendez-vous. Elle est destinée aux femmes enceintes ou ayant récemment accouché qui désirent arrêter de fumer ou faire une pause.

### L'équipe

Composée de sages-femmes formées en tabacologie, l'équipe vous accompagne et vous soutient dans votre démarche, sans jugement. Elle se tient à votre disposition pour vous informer, vous conseiller et vous donner les moyens d'atteindre l'objectif que vous souhaitez poursuivre.

### Prise de rendez-vous

☎ 022 372 44 00

### Adresse

Maternité, Bd de la Cluse 30, 1205 Genève

+

### INFO

Le CIPRET a pour mission la prévention du tabagisme pour la population genevoise. Le centre est membre de Camelour AddictionS qui

bénéficie du soutien financier de la République et Canton de Genève pour mener à bien sa mission de prévention des dépendances.

**CIPRET**  
PRÉVENTION TABAC

# QUI ADRESSER À CETTE CONSULTATION ?

---

**TOUJOURS DEMANDER L'ACCORD** de la patiente pour parler du tabac  
Le tabac est toujours évoqué lors de la constitution du dossier à la 1 ère CPN

3 attitudes possibles des patientes :

- ▶ Non motivée à arrêter
- ▶ Ambivalente
- ▶ Motivée

Quelque soit l'âge de la grossesse :

« **il n'est jamais trop tard pour changer et pour commencer à arrêter** »

Voilà notre devise vis à vis du tabac car il n'existe pas de petit tabagisme.



# DÉROULÉ D'UNE CONSULTATION DE SEVRAGE TABAGIQUE :

---

- ▶ Notre consultation doit être présentée comme **une option , une possibilité.**
- ▶ Certaines viennent avec un projet de diminuer ou d'arrêter
- ▶ D'autres sont **curieuses** mais ne savent pas trop.
- ▶ Le fait d'accepter ce premier rendez vous montre un **intérêt.**
- ▶ C'est un **premier pas qui peut être fragile**
- ▶ Il faut donc avoir une **attitude non culpabilisante**

- 
- ▶ Il faut privilégier l'espace d'échange en n'ayant pas pour but un changement de consommation
  - ▶ mais une possibilité qu'elles décident d'entrer dans un changement de consommation
  
  - ▶ En fonction de ce 1<sup>er</sup> contact
  
  - ▶ Possibilité de mise en place d'un suivi
  - ▶ Ou échange ponctuel .... éventuellement faire mûrir une prise de conscience ... ultérieure ....

# CONSULTATION DE SEVRAGE TABAGIQUE / TÉMOIGNAGE

---

- ▶ **Importance de l'accueil**
- ▶ **La laisser se poser pour construire quelque chose dont le lien.**
- ▶ Les femmes enceintes sont sensibles à l'intérêt que l'on porte à leur grossesse
- ▶ **Être SAGE FEMME = un atout**
- ▶ Comment allez vous ?
- ▶ À travers la date du terme de la grossesse on peut ainsi savoir à quel moment de la grossesse on est ( 1<sup>er</sup> , 2<sup>ème</sup> ou 3<sup>ème</sup> trimestre )
- ▶ Savoir si le sexe est connu
- ▶ Comment se déroule cette grossesse en général en quelques mots

- 
- ▶ **TABACOLOGUE** permet de rentrer dans le vif du sujet :
  - ▶ De quoi voulez vous parler?
  - ▶ Vous êtes là pour évoquer le tabac ?
  - ▶ Vous fumez?
  - ▶ Vous avez envie de diminuer ou d'arrêter?
  - ▶ Pour déculpabiliser, il est **important de valoriser le moindre changement.**
  - ▶ Souvent elles sont là car
  - ▶ ont voulu arrêter ou diminuer mais n'ont pas réussi
  - ▶ Evoquer rapidement le fait qu'il y a autant de fumeurs que d'êtres humains sur terre

il n'y a pas de formule magique pour arrêter :

Pour comprendre son vécu du tabac il est important de connaître son histoire vis-à-vis du tabac

- 
- ▶ Proposer de commencer par parler de **l'historique de la consommation sans parler du bébé à venir**
  - ▶ A quel âge la 1<sup>ère</sup> cigarette?
  - ▶ A quel âge le début de la consommation journalière
  - ▶ Combien de cigarettes par jour
  - ▶ Y a-t-il déjà eu des tentatives de diminutions ou d'arrêt
  - ▶ Combien de fois et combien de temps
  - ▶ Si grossesses antérieures : quelle consommation avant, durant la grossesse , post-partum avec allaitement ou non et quand éventuelle reprise
  - ▶ Si 1<sup>ère</sup> grossesse : combien avant l'annonce de la grossesse , combien au 1<sup>er</sup> trimestre ( car parfois nausées ) et actuellement combien

---

En axant la conversation sur la consommation sans jamais aborder le fœtus, les patientes se sentent en confiance.

Progressivement elles abordent éventuellement

- ▶ ce qu'elles croyaient pouvoir faire
- ▶ Les freins
  - **Sous-estimation** de l'addiction
  - Sevrage = **lutte et frustration**
  - Refume quand **stress** ( par ex. la confrontation entre le bébé imaginaire, rêvé et la réalité de leur rôle de mère)

- 
- ▶ Si elles ont diminué valoriser cette diminution et tenter de verbaliser quelles sont les cigarettes restantes 1<sup>ère</sup> du matin, dernière avant de dormir, repas , café ?
  - ▶ Progressivement nous pouvons **évoquer les éléments déclencheurs dans la modification ou la prise de conscience de la consommation**
  - ▶ Y a-t-il des facteurs de **pressions** ? ( liés à la grossesse par l'entourage, les amis, le milieu professionnel )
  - ▶ L'attente sociale notamment au **3<sup>ème</sup> trimestre** de la grossesse sous tend une **honte**
  - ▶ Souvent les femmes se cachent pour fumer
  - ▶ Il faut faire le tour de ce sentiment
  - ▶ Besoin de les laisser s'exprimer

- 
- ▶ Proposer la mesure ponctuel du **CO** permet d'évoquer la possibilité d'avoir un **impact immédiat** sur un mieux pour le corps avec une meilleure oxygénation
  
  - ▶ **EVITER** l'impact sur le bébé : Elles font d'elles mêmes le lien



---

**L'entretien motivationnel** est l'outil utilisé

Conversation qui vise à aider aux changements en utilisant les outils de la patiente.

- ▶ Créer un lien de confiance ( entrer dans le monde de la patiente )
- ▶ **Focaliser** sur le tabac en explorant la situation et en reflétant ce que le patiente nous dit pour valider que l'on a bien compris.
- ▶ **Evoquer** le changement ( pourquoi changer ?)
- ▶ **Planifier** ( comment changer ?)

---

## COLLABORATION avec le service de Médecine de premiers recours des H.U.G. au 75 boulevard de la Cluse :

- ▶ Si lors de notre consultation en sevrage tabagique, la patiente évoque que son compagnon aimerait aussi arrêter, lui donner les coordonnées de la consultation individuelle de tabacologie du 75 Bd de la Cluse, 1205 Genève , 022 372 95 37
- ▶ Si la femme semble avoir une dépendance très forte au tabac, isolée ou associée à une autre addiction nous lui proposons également de l'adresser à un médecin tabacologue et/ou addictologue du 75 Bd de la Cluse.

# SPÉCIFICITÉS DE NOTRE CONSULTATION

---

Assurance de ne pas être jugée

Ecoute personnalisée

Valorisation de la démarche

## Les Outils:

- ▶ Entretien motivationnel
- ▶ C.R.E.A.( Changer, Remplacer, Eviter, Anticiper)
- ▶ Substituts nicotiques ( Patches, Gums, Comprimés)
- ▶ Mesure du CO

## Le Suivi:

- ▶ Régulier pendant la grossesse
- ▶ Prise de contact téléphonique à 1,3 et 6 mois après l'accouchement

# QUELQUES CHIFFRES : BILAN AU BOUT D'UNE ANNÉE PARTICULIÈRE COVID 19

---

Analyse sur un échantillon de 54 patientes ayant accouchées et suivies jusqu'au 6 mois du post partum :

- ▶ 43% ne fument plus à l'accouchement
- ▶ 35% ne fument pas à 1 mois du post partum
- ▶ 33% ne fument pas à 3 mois du post partum
- ▶ 44% ne fument pas à 6 mois du post partum

## Si stop tabac

Réduction de 11% des bébés morts nés

Réduction de 5 % de la mortalité néonatale

