



UNITÉ DE TABACOLOGIE

Accompagnement des personnes souhaitant arrêter de fumer ou étant contraintes de le faire, pour raisons médicales notamment.

Le tabagisme est à l'origine de nombreuses maladies, et 78 000 décès annuels lui sont attribués. Mais connaître cette information ne suffit pas à arrêter de fumer.

Le tabagisme est une habitude mais aussi une dépendance puissante : sans aide, seuls 3 à 5% des fumeurs décidés à s'arrêter y parviennent durablement.

Un accompagnement, sur mesure et à la carte, par des professionnels formés, associé si besoin à des traitements permet d'augmenter ses chances de vivre durablement sans fumer.

Comment ça se passe ?

Pas besoin d'être prêt à arrêter de fumer pour venir nous rencontrer

Beaucoup de gens voudraient arrêter de fumer mais ne se sentent pas prêts. Les professionnels sont formés à la technique de l'entretien motivationnel qui peut vous aider à y voir plus clair et à trouver votre propre motivation.

Les consultations de tabacologie sont en accès direct

Il n'est pas nécessaire de passer par votre médecin traitant. Si vous souhaitez que celui-ci soit informé de votre démarche, un compte-rendu lui sera adressé, ainsi qu'à vos autres correspondants médicaux.

Un questionnaire vous est alors adressé par courrier ou par courriel.Chez vous, tranquillement, vous prenez le temps de compléter ce dossier. Il nous permettra de mieux vous connaître.

Lors de votre premier entretien, qui dure environ une heure, vous remettrez ce questionnaire au tabacologue.**Cette première consultation permet de faire avec vous un bilan, qui portera sur votre dépendance, mais aussi sur votre motivation.**

A l'issue de l'entretien, vous convenez avec le tabacologue d'un ou plusieurs objectifs, et des moyens à utiliser pour atteindre cet objectif. **L'objectif peut être un arrêt du tabac, mais aussi une réduction de consommation, un changement des habitudes tabagiques, ou tout autre objectif conduisant à augmenter vos chances d'arrêter de fumer.**

Consultation sages-femmes tabacologues

Si vous êtes enceinte ou si vous avez un projet de grossesse, vous pouvez consulter des sages-femmes spécialisées en tabacologie pour vous aider dans vos démarches de diminution ou d'arrêt du tabac. Pour cela, vous pouvez contacter le secrétariat de la maternité du CHU au 02 99 26 71 20

Traitements

La dépendance tabagique est complexe, c'est pour quoi, selon votre profil, différentes approches seront proposées.

Vous pourrez si besoin utiliser des substituts nicotiques pour votre confort.Avec une ordonnance, ceux-ci sont remboursés par l'assurance maladie.

D'autres médicaments peuvent également être utilisés.

Mais pourquoi donner de la nicotine ?

Ce n'est pas la nicotine qui est à l'origine des maladies liées au tabagisme, mais l'exposition à la fumée qui accompagne la nicotine. La nicotine apportée seule, par exemple avec un patch ou une pastille, est sans danger pour la santé.

Suivi

Le suivi dure en moyenne 6 mois, les rendez-vous sont convenus entre vous et le tabacologue. Ils peuvent être rapprochés, toutes les semaines, ou plus éloignés selon votre besoin.

Équipe

<https://www.chu-rennes.fr/je-cherche/prise-en-charge-specifique/unite-de-tabacologie-511>



A votre service, des compétences multiples : une secrétaire, deux médecins, trois infirmières tabacologues, une diététicienne, une psychologue.

Infos pratiques

Accueil téléphonique au 02 99 28 37 10 de 9h à 12h30

Venir au centre cardio-pneumologique

VOIR
AUSSI

- Addictaïde
- Témoignages campagne tabac SPF
- France 3 Bretagne - Mois sans tabac

VOIR
AUSSI

- Tabac Info Service

CONTACT

Adresse :

CHU de Rennes - Hôpital Pontchaillou
Centre cardio-pneumologique
Unité de tabacologie
2 rue Henri Le Guilloux
35033 Rennes cedex 9

Courriel :

tabacologie@chu-rennes.fr

Tél. :

[02 99 28 37 10](tel:0299283710)