

Moi(s) sans tabac 2022, 7^{ème} édition !

13 Octobre 2022

Fidélité renouvelée

Le CHPC s'associe au lancement de la 7^{ème} édition de #MoisSansTabac à l'initiative de Santé publique France et du Ministère des Solidarités et de la Santé, en partenariat avec l'Assurance Maladie. Une opération qui a fait ses preuves depuis sa création en 2016.

Désormais incontournable, Mois sans tabac propose aux fumeurs un accompagnement personnalisé au sevrage et renforce cette année son dispositif avec un nouveau service leur facilitant l'accès à une consultation d'aide à l'arrêt. Les fumeurs sont invités à s'inscrire durant tout le mois d'octobre via le site dédié et à se préparer dès maintenant à relever ce défi dès le 1^{er} novembre prochain.

Pendant le Mois sans tabac, en novembre on arrête tous ensemble.

Le tabac reste aujourd'hui la première cause évitable de mortalité en France. Alors qu'on notait une baisse du tabagisme en France métropolitaine de 1,9 millions de fumeurs quotidiens entre 2014 et 2019, les derniers résultats du Baromètre de Santé Publique France, publiés en mai 2021, montrent que la prévalence s'est stabilisée en 2020, avec 25,5% de fumeurs quotidiens, sans variation significative par rapport à 2019.

Lutter contre le tabagisme reste une priorité de santé publique. Avec Mois sans tabac, Santé publique France invite les fumeurs, dans un élan collectif, à arrêter de fumer tous ensemble pendant un mois, en novembre. Ces 30 jours sont essentiels car ils multiplient par 5 les chances d'arrêter de fumer définitivement lorsque ce 1^{er} défi est accompli. Au-delà de 30 jours, les symptômes de manque (nervosité, irritabilité) sont largement réduits.

CHPC : lieu de santé sans tabac

Le Centre Hospitalier Public du Cotentin est adhérent au RESPADD et s'engage dans une démarche de réduction du Tabagisme. Lors de l'audit 2019 le CHPC a obtenu la médaille de bronze pour ses actions de prévention.

Les efforts vont se poursuivre avec la création d'un comité local de lutte contre le tabagisme et la formation aux premiers gestes en tabacologie proposées par l'IDE tabacologue et une sage-femme à l'ensemble des soignants.

Le médecin, l'infirmière et la diététicienne de l'équipe de tabacologie du CHPC proposent tout au long de l'année des consultations individuelles et de groupe totalement prises en charge financièrement sans avance de frais, pour l'aide au sevrage et au maintien de l'arrêt du tabac. Une solution individualisée est proposée selon les besoins, les envies, les habitudes pour un sevrage agréable et choisi.

La nouveauté : les consultations peuvent se faire en visio ! Ces téléconsultations sont possibles grâce au logiciel Therapie développé par l'ARS, très simple d'utilisation. Ce progrès permet à de nombreux patients éloignés ou à mobilité réduite de bénéficier des consultations.

Cette consultation est située au plateau de consultations externes (entrée verte) de médecine au rez-de-chaussée dans un espace dédié.

Rendez-vous au 02.33.20.70.60 ou par mail ide.tabacologie@ch-cotentin.fr.

Au programme

- 13 octobre : Formation en tabacologie proposée aux agents du CHPC
- 21 octobre : stand à l'EHPAD Le Gros Hêtre pour les soignants
- 10 novembre, 14h-16h30 : Portes ouvertes en Tabacologie, consultations sans RDV avec l'infirmière Tabacologue et la diététicienne dans le hall du site Pasteur avec distribution du kit "MOI(s) SANS TABAC"
- 17 novembre : Atelier de sevrage tabagique et conseils diététiques à l'Association FEMMES de Cherbourg
- 18 novembre : consultations de tabacologie délocalisées au Centre de Santé Brès Croizat de Cherbourg-en-Cotentin avec rencontre interprofessionnelle Ville-Hôpital
- 21 novembre : stand à l'EHPAD Le Pays Valognais pour les soignants

Et en octobre, novembre et décembre : consultations de tabacologie du lundi au vendredi, rdv au 02.33.20.70.60

Contact

Vous souhaitez contacter l'infirmière tabacologue pour plus de renseignements ? Emmanuelle CARRETEY se tient à votre disposition au 07 88 42 72 29 ou par mail à ide.tabacologie@ch-cotentin.fr