

« Quel motif l'homme a-t-il de souhaiter une longue vie sinon de pouvoir être utile au plus grand nombre ? » ERASME (1466-69 - 1536)

**Hôpital Erasme**  
Route de Lennik 808 - B - 1070 Bruxelles  
T 02 555 31 11 - M [webmaster@erasme.ulb.ac.be](mailto:webmaster@erasme.ulb.ac.be)

**Service de Gynécologie Obstétrique**  
**Pôle mère-enfant**

Centre d'Aide aux Fumeurs - T 02 555 35 08 et 02 555 37 73

**Polyclinique du Lothier**  
Quai aux Pierres de Taille 16 - B - 1000 Bruxelles  
*Dès août 2015 : Boulevard Baudouin 27 - 1000 Bruxelles*  
T 02 221 87 11 - F 02 221 87 02  
M [polyclinique.lothier@erasme.ulb.ac.be](mailto:polyclinique.lothier@erasme.ulb.ac.be)

**Polyclinique de Nivelles**  
Rue des Conceptionnistes 3 - B - 1400 Nivelles  
T 067 84 06 92 - F 067 84 06 91  
M [policlinique.nivelles@erasme.ulb.ac.be](mailto:policlinique.nivelles@erasme.ulb.ac.be)

[www.erasme.ulb.ac.be](http://www.erasme.ulb.ac.be)

Editeur responsable : Patrick Goblet et Jean-Paul Van Vooren  
Hôpital Erasme ULB - Route de Lennik 808 - B - 1070 Bruxelles  
07/2015 • Graphisme : © Geluck, Suykens & Partners • 25236/0

Hôpital  
Erasme



ULB

# Être parent et fumer

Service de Gynécologie Obstétrique  
Pôle mère-enfant



# Tout ce qui se fume, est dangereux pour votre fœtus, votre bébé, votre enfant

## Si vous fumez, votre enfant fume aussi.

Le **CO (monoxyde de carbone)** de la fumée bloque le transport d'oxygène par les globules rouges, ce qui diminue l'apport en oxygène à tous les organes ; ceci cause de nombreux dégâts, particulièrement chez le fœtus et l'enfant.

La **nicotine** passe via le placenta vers le fœtus. Elle se concentre aussi dans le lait maternel.

La **fumée de tabac** est le principal polluant atmosphérique des habitations et s'accroche aux vêtements et tissus. C'est le tabagisme passif.

Le **principe actif du cannabis** reste présent plusieurs jours dans le sang. Des études récentes montrent que le développement neurologique des enfants dont les mères ont fumé du cannabis pendant leur grossesse est moins bon.

### • **Cannabis ( Haschich, marijuana)**

1 joint = la nicotine de 2-3 cigarettes  
et le CO de 6-7 cigarettes.

• **La Chicha (narguilé)** ne permet pas la filtration des toxines par son eau et elle peut transmettre des maladies respiratoires infectieuses. Fumer une heure de chicha vaut autant que plusieurs paquets de cigarettes...

• **La cigarette électronique** n'est pas actuellement conseillée par manque de contrôle de sa composition et pour la méconnaissance de ses effets à long terme.

## Arrêter de fumer améliorera la santé de votre enfant

La diminution des risques d'hémorragie placentaire pendant la grossesse, de rupture prématurée de la poche des eaux et de souffrance fœtale entraîne une **diminution du risque de prématurité**.

### De plus :

- **Normalisation** du poids et du périmètre crânien du bébé.
- **Augmentation** de la qualité et du volume du lait maternel.
- **Suppression** du syndrome de **sevrage** nicotinique du bébé.
- **Diminution du risque de mort subite du nourrisson.**
- **Réduction** du risque des **bronchites** et des **otites**.
- **Économies** financières appréciables.

## Que faire si arrêter de fumer est une difficulté pour vous ?

- Évitez de fumer en présence des enfants et dans les pièces où ils ont accès, ainsi que dans la voiture.
- Si vous allaitez, ne fumez qu'après la tétée.
- Fumez à l'extérieur.
- Fumez sous une hotte ou près de la fenêtre ne suffit pas.

## Arrêter de fumer à n'importe quel moment est toujours bénéfique

## Pour arrêter de fumer ou y réfléchir avec un professionnel

Les tabacologues du **Centre d'Aide aux Fumeurs®** de l'Hôpital Erasme ainsi que votre **médecin traitant** peuvent vous aider.

Ils peuvent vous informer, vous aider à vous préparer à une démarche d'arrêt et vous y accompagner.

T 02 555 35 08 et 02 555 37 73

Des informations concernant les autres Centres d'Aide aux Fumeurs et les tabacologues peuvent être obtenues auprès de la ligne **Tabacstop** au 0800.111.00 (n° gratuit)

Ou sur le site [www.tabacstop.be](http://www.tabacstop.be)