

Prise de rendez-vous

Vous pouvez contacter par téléphone le centre le plus proche de chez vous, pour convenir d'un rdv avec le médecin ou l'infirmier.

Avec un traitement et un accompagnement, vous multipliez par quatre vos chances de réussir un arrêt du tabac !

MOIS SANS TABAC

Chaque année en novembre, c'est le « Mois Sans Tabac », un défi collectif pour arrêter de fumer pendant au moins 30 jours. Le **CDHS** s'engage

et renforce ses actions durant cette période. Des actions d'information et de promotion de la santé sur la thématique du tabac sont organisées dans différents lieux.



Réalisation Janvier 2023

- 1 Villefranche-sur-Saône**
37 rue de Villars - 69400 VILLEFRANCHE
04 74 65 02 70
- 2 Lyon 7**
2 rue de Marseille - 69007 LYON
04 72 73 12 76
- 3 Villeurbanne**
19 rue Jean Bourgey - 69100 VILLEURBANNE
04 78 68 39 60
- 4 Vaulx-en-Velin**
25 rue Rabelais - 69120 VAULX-EN-VELIN
04 78 80 98 12
- 5 Vénissieux**
5 place de la paix - 69200 VENISSIEUX
04 72 50 08 68
- 6 Givors**
60 rue Roger Salengro - 69700 GIVORS
04 37 20 14 05

www.cdhs.fr

Sevrage Tabagique

Tabac



Comité Départemental d'Hygiène Sociale

CLAT du Rhône

Centre de Lutte Anti-Tuberculeuse


RÉPUBLIQUE
FRANÇAISE
*Liberté
Égalité
Fraternité*


Agence Régionale de Santé
Auvergne-Rhône-Alpes

Le CDHS

Le Comité Départemental d'Hygiène Sociale (CDHS) est une association reconnue d'utilité publique, financée et missionnée par les pouvoirs publics (via l'ARS d'Auvergne Rhône-Alpes) pour entre autres lutter contre le tabagisme.

Le CDHS comprend 6 Centres de Santé et de Prévention répartis dans le Rhône.

Le tabagisme est la première cause de mortalité évitable en France et constitue un des principaux facteurs de risque de cancers, de maladies cardiovasculaires et de maladies respiratoires.

Bien qu'en diminution, la prévalence du tabagisme reste en France à un niveau élevé.

La lutte contre le tabagisme a été renforcée depuis 2014 avec la mise en place de plans nationaux dont découlent un certain nombre de mesures telles que le paquet neutre, le remboursement des substituts nicotiques comme n'importe quel médicament, des campagnes de prévention renouvelées avec l'opération « Mois Sans Tabac ».

Les six centres du CDHS proposent des consultations individuelles gratuites d'aide à l'arrêt au tabac encadrées par des médecins tabacologues ou addictologues et des infirmiers formés en tabacologie dans un délai rapide de prise de rendez-vous.

Une prise en charge individuelle de qualité est proposée, en respectant le rythme du patient, son environnement, ses habitudes alimentaires, son hygiène de vie et ses co-addictions.

Prise en charge du Sevrage

Généralement la durée d'un suivi est de 6 mois à 1 an, cette durée est évaluée par le médecin.

La prise en charge du sevrage comporte trois niveaux :

Entretiens initiaux et de motivation



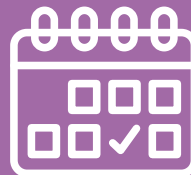
Ils ont pour objectif d'évaluer la situation tabagique, de faire évoluer le patient dans son processus de maturation et renforcer son engagement au changement.



Consultations de sevrage

Elles ont pour objectif l'arrêt effectif de la consommation de tabac.

Consultations de suivi



Elles sont primordiales pour maintenir l'arrêt du tabac, pour mener une réflexion et un travail autour des situations à risque pour prévenir les reprises de la consommation de tabac.

Elles peuvent être exceptionnellement réalisées en distanciel.

Les substituts nicotiques

Les substituts nicotiques sont efficaces pour vous aider à arrêter le tabac : ils augmentent vos chances de réussir de 50 % à 70 %.

Les substituts nicotiques sont des médicaments à base de nicotine que l'on utilise pour soulager les symptômes liés au manque quand on arrête de fumer.

Ils existent sous plusieurs formes : patchs (à diffusion lente) ou gommes, pastilles, comprimés à sucer...

La durée d'un traitement avec des substituts nicotiques est de 3 à 6 mois selon les personnes.

Depuis le 1er janvier 2019, les substituts nicotiques sont remboursés à 65 % par l'Assurance Maladie. Le ticket modérateur peut être pris en charge par votre complémentaire santé.

Ils peuvent être délivrés gratuitement par le

CDHS

