

Contact :
Dr Rose-Marie Rouquet
Unité de Coordination d'Aide au
Sevrage Tabagique
Hôpital Larrey
05 67 77 18 27



En partenariat avec la Mairie de Toulouse et Tisséo.

(affichage sur le réseau bus et diffusion d'annonce sonore dans le métro du 1^{er} au 7 octobre)

COMMUNIQUE DE PRESSE DU CHU DE TOULOUSE

Toulouse, le 27 Septembre 2010

Journée Tabac : mobilisation des professionnels de santé pour l'aide à l'arrêt du tabac à l'hôpital Larrey – CHU de Toulouse

Le tabac est responsable d'environ 200 décès par jour en France par maladies cardio-vasculaires, cancers et BPCO (broncho-pneumopathie obstructive chronique).

La BPCO est caractérisée par une obstruction progressive mais irréversible des bronches et une destruction des poumons. Cette maladie reste longtemps silencieuse et seul un dépistage systématique permet de la diagnostiquer à un stade précoce. **L'arrêt total et définitif du tabac permet alors de la stopper.**

Le sevrage tabagique est souvent difficile, émaillé de nombreuses reprises, car le tabac induit une triple dépendance : physique à la nicotine, psycho-comportementale et psychologique. Le syndrome de manque mal contrôlé, une tendance dépressive ou une prise de poids excessive sont les causes les plus citées dans les rechutes. **Pourtant, il existe des moyens efficaces pour l'aide à l'arrêt du tabac.**

Des ateliers pratiques pour un sevrage tabagique réussi

L'Unité de Coordination d'Aide au Sevrage Tabagique (UCAST) organise une journée d'information à destination de tous les publics :

Judi 7 Octobre 2010 de 10 h à 17 h
Hall d'Accueil - Hôpital Larrey
24, chemin de Pourville (métro ligne B et bus n°88)
Renseignements : 05 67 77 17 43

Point presse à 11 h
en présence du Docteur Rose-Marie Rouquet
qui répondra aux questions des journalistes

Plusieurs ateliers seront proposés aux visiteurs :

- un atelier d'information de l'UCAST : conseils d'aide personnalisée au sevrage tabagique, mesure du CO (reflet de l'intoxication tabagique), mesure du souffle pour dépister la BPCO ou un asthme.
- un atelier activités physiques avec un tapis roulant et conseils de professionnels de médecine du sport.
- un atelier "bien être " : conseils pour la gestion du stress, séances de sophrologie/relaxation, conseils environnementaux.
- un atelier diététique/cuisine : conseils diététiques et élaboration de plats adaptés à un sevrage réussi grâce au concours des élèves du Lycée Hôtelier de Toulouse