



Lieu de santé
sans tabac

L'ÉQUIPE DE TABACOLOGIE

03 85 27 58 58 - tabacologie@ch-macon.fr



CENTRE HOSPITALIER
DE MÂCON



GRUPE HOSPITALIER
BOURGOGNE MÉRIDIONALE

Une équipe à votre écoute



Besoin de vous libérer
du tabac, envie de réduire votre
consommation de tabac, ou d'avoir
des informations concernant les
méthodes de sevrage ?

*L'équipe de tabacologie du Centre
Hospitalier de Mâcon peut vous aider*

L'équipe de tabacologie vous propose
des consultations d'aide au sevrage tabagique.

Ces consultations s'adressent :

- aux patients hospitalisés
- au personnel hospitalier
- aux consultants,
orientés ou non par
leur médecin traitant
- aux femmes enceintes

L'accompagnement proposé :

Une offre de soins
pluridisciplinaire par un
médecin, des infirmières
et une psychologue :

- des consultations
individuelles physiques
et/ou téléphoniques
- à votre rythme

Comment faire ?



Votre premier contact : prenez rendez-vous
du lundi au vendredi de 9h à 17h

- **03 85 27 58 58** pour un rendez-vous avec une infirmière
- **03 85 27 57 68** pour un rendez-vous avec la psychologue
- **03 85 27 53 03** pour un rendez-vous avec le médecin

Toutes les consultations sont sans avance de frais.
Tout au long de votre suivi, l'équipe est disponible et à votre écoute.
Elle vous accompagne avec bienveillance et en
toute confidentialité.

Test de dépendance à la nicotine

1. Le matin, combien de temps après vous être réveillé fumez-vous votre première cigarette ?	Dans les 5 minutes 6 à 30 minutes 31 à 60 minutes Plus de 60 minutes	3 2 1 0
2. Trouvez-vous qu'il est difficile de vous abstenir de fumer dans les endroits où c'est interdit (par exemple cinémas, bibliothèques) ?	Oui Non	1 0
3. A quelle cigarette renonceriez-vous le plus difficilement ?	A la première de la journée A une autre	1 0
4. Combien de cigarettes fumez-vous par jour, en moyenne ?	10 ou moins 11 à 20 21 à 30 31 ou plus	0 1 2 3
5. Fumez-vous à intervalles plus rapprochés durant les premières heures de la matinée que durant le reste de la journée ?	Oui Non	1 0
6. Fumez-vous lorsque vous êtes malade au point de rester au lit presque toute la journée ?	Oui Non	1 0

Interprétation : Dépendance : Très faible 0-2, Faible 3-4, Moyenne 5, Forte 6-7, Très forte 8-10

Sur rendez vous : Consultations au Centre Ambulatoire
du CH de Mâcon, Bd Louis Escande -71000 Mâcon

1er rendez vous : _____