

LA CONSOMMATION DE SUBSTANCES PENDANT LA GROSSESSE

En France, au cours de leur grossesse :

- Environ 1/4 des femmes sont fumeuses
- 1/20 souffrent d'une consommation inappropriée de l'alcool
- 3/100 consomment du cannabis

Chacune de ces substances présentent des dangers pour le bon déroulement de la grossesse, le développement du fœtus puis de l'enfant nouveau-né.

PENDANT LA GROSSESSE

Elles entraînent un risque accru de :

- Retard de croissance intra-utérin
- Malformations congénitales
- Complications médicales (grossesse et accouchement)
- Prématurité.

SUR LE PLAN PÉDIATRIQUE

Il existe pour l'enfant un risque de trouble :

- De croissance
- Du sommeil
- Respiratoires (asthme notamment)
- Du langage et des apprentissages, etc.

Le tabagisme parental fait aussi partie des principaux facteurs de risque de mort inattendue du nourrisson.

Ces conséquences sont la plupart du temps dose-dépendantes, donc une réduction de consommation sans sevrage complet reste bénéfique !

CHANGER SES HABITUDES : PAS SI FACILE

La très grande majorité des femmes qui consomment une de ces substances sait très bien qu'elle est néfaste, mais s'il suffisait de l'entendre une seule fois pour cesser toute consommation, aucune d'entre elles ne le continuerait pendant la grossesse !

Il est très difficile de changer ses habitudes de consommation. Même en étant enceinte.

Tous ces produits créent une addiction, c'est-à-dire une dépendance, avant tout physique, à une substance : nicotine pour le tabac, THC pour le cannabis...

Cependant, les femmes en cours de grossesse se préoccupent très souvent de leur santé et de celle de leur fœtus, c'est donc une période appropriée pour leur proposer de l'aide afin d'initier ces changements vertueux. Et malheureusement elles entendent trop souvent des paroles moralisatrices plutôt que de soutien à cette occasion.

À la maison de santé pluriprofessionnelle de Rieux-Volvestre, les professionnels sont là pour aborder ces sujets avec vous, sans juger qui vous êtes ni ce que vous faites. L'équipe est là pour vous écouter, vous accompagner et vous soutenir, quelle que soit la démarche que vous souhaitez entreprendre.

Il y a toujours bénéfice à réduire sa consommation.

Il y a toujours un bénéfice à réduire sa consommation de tabac, de cannabis ou d'alcool quel que soit le terme de la grossesse, il n'est jamais trop tard, et c'est toujours beaucoup plus facile lorsqu'on se fait aider.

Tous les professionnels ont pleinement conscience que vous êtes la première à souffrir de cette addiction, et sont formés pour répondre à toutes les questions que vous aimeriez poser concernant votre santé et vos consommations.

Au sein de notre équipe, il existe également une « micro-structure » dédiée aux addictions, comportant les médecins généralistes, une psychologue et un travailleur social spécialisés dans ce domaine.

N'hésitez pas à en parler à votre médecin ou votre sage-femme lors de votre prochaine consultation.

2024. Dr Bastien Jeudy-Brosset, médecin généraliste