

# SAINT-LUC, HÔPITAL SANS TABAC



## Centre d'aide aux fumeurs



Cliniques universitaires  
**SAINT-LUC**  
UCL BRUXELLES

BROCHURE  
À L'ATTENTION DES PATIENTS  
ET DE LEUR FAMILLE

## Cher patient,

Bienvenue au Service de pneumologie des Cliniques universitaires Saint-Luc.

Cette brochure vous donne de plus amples informations sur le Centre d'aide aux fumeurs.

Si vous avez encore des questions, n'hésitez pas à envoyer un e-mail à l'adresse suivante : [caf-saintluc@uclouvain.be](mailto:caf-saintluc@uclouvain.be).

## Votre rendez-vous (à compléter par vos soins)

Date: .....

Heure: .....

Lieu: .....



COMMU-DSO-337  
mai 2019



SUIVEZ-NOUS SUR  
f t in y



Éditeur responsable : Thomas De Nayer / Service de communication  
Caroline Bleus et Rudy Lechantre

**Cliniques universitaires Saint-Luc**  
Avenue Hippocrate, 10 – 1200 Bruxelles  
[www.saintluc.be](http://www.saintluc.be)

© Cliniques universitaires Saint-Luc  
Aucun élément de cette brochure ne peut être repris sans accord préalable

## INFORMATIONS

DÉPARTEMENT DE MÉDECINE INTERNE  
ET SERVICES ASSOCIÉS  
SERVICE DE PNEUMOLOGIE

PRISE DE RENDEZ-VOUS : +32 2 764 19 02  
E-MAIL : [caf-saintluc@uclouvain.be](mailto:caf-saintluc@uclouvain.be)

## Hôpital et tabac

L'hôpital est un lieu consacré à la santé. Les personnes malades sont plus fragiles, en particulier sur le plan respiratoire et cardiovasculaire, quelle que soit la maladie.

Les Cliniques universitaires Saint-Luc sont un « hôpital sans tabac », n'y a donc pas de salle fumeur au sein au sein de l'hôpital.

Nous vous rappelons qu'il est strictement interdit de fumer dans votre chambre même si celle-ci est privée.

L'arrêt du tabac apporte très rapidement de nombreux bénéfices à la santé. Il évite de multiples complications dont une hospitalisation plus longue. Vous pouvez profiter de ce temps d'arrêt pour mieux vous informer au sujet des différentes possibilités de sevrage et rencontrer l'équipe du Centre d'Aide aux Fumeurs.

## Comment pouvons-nous vous aider ?

Des moyens d'aide sont disponibles pour gérer votre arrêt tabagique tels que substituts nicotiques ou des médicaments.

Il existe des professionnels de la santé formés à la prise en charge du tabagisme.

Ils sont à votre disposition dans notre Centre d'Aide aux Fumeurs (CAF). N'hésitez pas à prendre rendez-vous au +32 2 764 19 02.

## Le test de Fagerström vous donne une vous une idée de votre dépendance à la nicotine

|  |                        |   |
|--|------------------------|---|
| Combien de temps après votre réveil fumez-vous votre première cigarette ?                        | dans les 5 min         | 3 |
|  | après 6 à 30 min       | 2 |
|  | après 31 à 60 min      | 1 |
|  | au delà d'une heure    | 0 |
| Avez-vous des difficultés à rester sans fumer dans les endroits où c'est interdit ?              | Oui                    | 1 |
|  | Non                    | 0 |
| Quelle cigarette abandonneriez-vous le plus difficilement ?                                      | la première matinale   | 1 |
|  | n'importe quelle autre | 0 |
| Combien de cigarettes fumez-vous par jour ?  | 10 ou moins            | 0 |
|  | 11 à 20                | 1 |
|  | 21 à 30                | 2 |
|  | 31 ou davantage        | 3 |
| Fumez-vous plus souvent pendant les premières heures après le lever que le reste de la journée ? | Oui                    | 1 |
|  | Non                    | 0 |
| Fumez-vous même si votre état de santé vous cloue au lit la plus grande partie de la journée ?   | Oui                    | 1 |
|  | Non                    | 0 |

EN FONCTION DE LA SOMME DE POINTS OBTENUS, DÉTERMINEZ VOTRE NIVEAU DE NICOTINO-DÉPENDANCE :

Très bas : 0/2  
Bas : 3/4  
Moyen : 5  
Élevé : 6/7  
Très élevé : 8/10