© Drogues Info Service - 11 juin 2025

Vos questions / nos réponses

Enceinte et fumeuse régulière

Par Poukpouk Postée le 02/02/2023 18:51

> Bonjour, j'ai besoin de conseil pour arrêter de fumer pendant ma grossesse. Merci pour votre retour

---

Mise en ligne le 08/02/2023

Bonjour,

Nous tenons d'abord à insister sur le fait qu'un arrêt est bénéfique à n'importe quel moment de la grossesse et que même une diminution est positive dans le cas où l'arrêt total est difficile.

Il est donc important de faire du mieux que vous pouvez et de ne pas culpabiliser. La grossesse est un moment de bouleversements hormonaux et psychologiques qui ne facilitent pas forcément l'arrêt d'un produit.

Nous vous joignons un lien vers un article de notre site qui propose différentes pistes d'aide pour réussir à arrêter sa consommation dans le cadre d'une grossesse.

Si vous souhaitez être aidée par des professionnels, vous pouvez contacter gratuitement et anonymement un centre de soin, d'accompagnement et de prévention en addictologie (CSAPA). Vous serez reçue sans jugement en consultation individuelle pour envisager des solutions pour arrêter. Pour trouver une structure a proximité de chez vous, vous pouvez suivre le lien adresses utiles indiqué en fin de réponse.

Nous vous encourageons également à en parler avec l'équipe médicale qui vous suit dans le cadre de votre grossesse. Ils sont les mieux placés pour vous soutenir et vous accompagner au mieux tout au long de la grossesse.

Si vous souhaitez dialoguer directement avec un.e écoutant.e, vous pouvez nous appeler au 0 800 23 13 13 tous les jours de 08h à 02h. Nous avons également un tchat ouvert de 08h à 00h du lundi au vendredi et de 14h à 20h le week-end.

Bon courage et bonne fin de journée,

Bien à vous,

En savoir plus :

- Adresses utiles du site Drogues info service
- Article - Arrêter l'alcool pendant la grossesse