

# TABAC GROSSESSE ET ACUPUNCTURE

Près d'un tiers des femmes enceintes continue de fumer pendant leur grossesse.

Triste record : la France est le pays d'Europe où les femmes enceintes fument le plus. Si certaines arrêtent dès l'annonce de leur grossesse, pour d'autres l'arrêt du tabac est plus compliqué.

*Par La rédaction d'Allodocteurs.fr - Rédigé le 25/09/2013, mis à jour le 27/09/2013*

## Quels sont les effets du tabac sur le fœtus ?

**La cigarette est toxique pour le bébé.** Quand une femme est enceinte, le fœtus reçoit les nutriments et l'oxygène par la circulation sanguine maternelle. Or, lorsque la mère fume, les **4.000 substances chimiques** de la cigarette passent dans les poumons, atteignent les alvéoles et rejoignent la circulation sanguine.

Bien que le fœtus soit protégé au sein de l'utérus dans la poche amniotique, le système de filtration qui est le placenta n'a pas la capacité de bloquer tous les produits chimiques contenus dans une cigarette. Ces substances atteignent alors le fœtus par l'intermédiaire du cordon ombilical.

Le contenu de la cigarette risque de provoquer un **retard de croissance intra-utérin** qui affecte à la fois le poids du bébé, sa taille et son périmètre crânien ainsi que la croissance de ses poumons. La nicotine a, par exemple, un effet vasoconstricteur sur les artères du placenta et sur l'artère ombilicale, ce qui rend la circulation sanguine moins bonne. Résultat, il y a une mauvaise oxygénation du bébé.

Du côté maternel, le **tabagisme** augmente le risque que le placenta se fixe trop bas dans l'utérus. Ce qui peut entraîner des saignements lors du troisième trimestre de grossesse. Les membranes peuvent se rompre bien avant le terme et être responsable de naissance prématurée.

Des solutions existent pour **aider les futures mamans à arrêter de fumer** ou du moins à réduire le nombre de cigarettes.

## Tabac et grossesse : des consultations spécialisées pour les futures mamans

Pour **arrêter de fumer quand on est enceinte**, les structures hospitalières et les maternités proposent des consultations spécialisées.

## Tabac et grossesse : les bienfaits de l'acupuncture

Patches, chewing-gum à la nicotine... Ces solutions ne conviennent pas à toutes les femmes. Pour **arrêter de fumer pendant la grossesse**, certaines futures mamans préfèrent se tourner vers des méthodes plus naturelles comme l'**acupuncture**.

Fatigue, digestion difficile... les aiguilles de l'acupuncture s'attaquent d'abord à tous les désagréments de la grossesse. *"On ne soigne pas un symptôme, on soigne l'ensemble des terrains des patients"*, explique le Dr Manola Souvanlasy, médecin acupuncteur en précisant qu'il faut *"tenir compte de tout le terrain énergétique et émotionnel du patient pour arriver à un bon résultat à long terme"*.

Le travail du médecin se concentre ensuite l'oreille du patient, ce qu'on appelle l'**auriculothérapie**. Une pratique de médecine dérivée de l'acupuncture. *"L'auriculothérapie permet de sevrer du tabac, elle va diminuer l'envie de fumer, elle va donner le mauvais goût à la cigarette et elle va aussi calmer les émotions de la maman pour fumer moins"*, souligne le Dr Manola Souvanlasy. L'acupuncture aide à enlever l'envie de fumer, à donner le mauvais goût à la cigarette mais la volonté des femmes enceintes participent à 50% du traitement ou de la réussite du traitement selon le Dr Souvanlasy.