

Il n'est jamais trop tard pour arrêter de fumer



Le fait de fumer et de consommer du tabac avant et pendant le traitement contre le cancer peut-il nuire à ma santé?

Oui, voici ce que fumer peut faire :

- retarder la guérison
- allonger la durée de votre convalescence
- diminuer l'efficacité de votre traitement
- aggraver les effets secondaires

Le fait de fumer et de consommer du tabac peut-il influer sur mon risque de développer un cancer, même si j'ai déjà un cancer?

Oui. Le fait de fumer et de consommer du tabac alors que vous êtes atteint d'un cancer peut avoir les effets suivants :

- réapparition de votre cancer (récidive)
- développement du cancer dans une autre partie de votre corps

Cela peut se produire même si votre premier cancer n'a pas été causé par le tabagisme.

Comment le tabagisme provoque-t-il le cancer et d'autres maladies?

Les cigarettes et les produits du tabac contiennent de nombreuses substances chimiques nocives qui peuvent avoir les effets suivants :

- provoquer des modifications anormales de la croissance et du fonctionnement des cellules de votre corps
- endommager de nombreux organes
- affaiblir votre système immunitaire

De quel genre de soutien puis-je profiter?

- **Counseling en personne, par téléphone ou en ligne.** Le counseling peut vous aider à arrêter de fumer, à gérer le stress et vos changements d'humeur, et à comprendre pourquoi vous fumez.
- **Médicaments.** Il existe différents types de médicaments qui peuvent être utilisés pour réduire l'envie de fumer et soulager les symptômes liés à l'abandon du tabac. Dans certains cas, une assurance médicaments peut vous aider en couvrant une partie ou la totalité des coûts.

Pour en savoir plus, parlez-en à l'un des membres de votre équipe de soins en oncologie, appelez la ligne 811 ou consultez le www.gov.nt.ca/tabc