

# L'Internet pour les dentistes

## AIDE À LA DÉSACCOUTUMANCE AU TABAC SUR LE WEB

© J Can Dent Assoc 2001; 67:137

Pour refléter le thème de cette édition spéciale, l'article du mois s'attardera sur les sites Web, un serveur de liste et quelques groupes de discussion qui traitent de la désaccoutumance au tabac et de la prévention en matière de tabagisme.

<http://www.cancer.ca/inewf.htm>

La Société canadienne du cancer offre plusieurs ressources en direct sur la désaccoutumance au tabac, dont *Une étape à la fois, un programme anti-tabac novateur*.

<http://www.hc-sc.gc.ca/hppb/cesser/index.html>

Ces pages Web de Santé Canada s'attardent sur les effets du tabagisme. On y trouve des suggestions pour vivre sans fumée et des liens à d'autres sites connexes.

<http://ash.org/>

Le site primé de l'organisme anti-tabac Action on Smoking and Health informe les non-fumeurs sur la protection de leurs droits.

<http://www.smokefreekids.com/smoke.htm>

Le site No Smoking Software est une ressource informatique pour les gens qui essaient de cesser de fumer. On prétend que le logiciel peut aider les adolescents à se défaire de leur habitude. Le logiciel coûte 20 \$ US plus les frais d'expédition.

<http://www.lungusa.org/tobacco/index.html>

L'Association pulmonaire des États-Unis offre de nombreuses ressources sur la désaccoutumance au tabac. Le site traite des options existantes comme la thérapie de remplacement de la nicotine et les anti-dépresseurs. Vous pouvez commander sa publication sur la désaccoutumance au

tabac, *Seven Steps to a Smoke-Free Life*, en direct.

<http://tobaccofreekids.org/>

Le site Tobacco-Free Kids cherche à aider les jeunes à éviter de commencer à fumer ou à arrêter.

<http://www.quitsmoking.com/>

La compagnie Quit Smoking offre des renseignements et des produits pour aider à cesser de fumer. La section des questions fréquemment posées donne de nombreux conseils pratiques aux fumeurs qui vivent la période difficile de la désaccoutumance.

<http://www.trytostop.org/>

Le site du ministère de la Santé publique du Massachusetts aide les fumeurs à établir un plan de désaccoutumance gratuitement.

<http://www.cda.org/public/cch5fs.html>

Si certains de vos patients chiquent du tabac, renvoyez-les à ce feuillet d'information de l'Association dentaire de la Californie.

<http://www.cancer.org/tobacco/>

La société américaine du cancer a affiché de nombreuses références sur les cancers liés au tabagisme.

<http://www.americanheart.org>

Le site de la Société américaine de cardiologie parle des modifications dans le style de vie, y compris la désaccoutumance au tabac, pour prévenir les problèmes cardiaques.

<http://smokesignals.org>

Maintenu par la Société des chirurgiens thoraciques, ce site affiche une collection d'images, dont des photos de chirurgie d'ablation du poumon, montrant les effets nocifs du tabagisme.

<http://www.cctc.ca/>

L'ADC est l'une des nombreuses organisations de la santé qui appuient le Conseil canadien pour le contrôle du tabac, un organisme spécialisé dans les questions touchant la santé et le tabagisme.

<http://www.dontgetsucked.in.com>

Tactiques-chocs multimédias à l'intention des adolescents.

<http://www.tobaccofreezone.com/marketing.htm>

Le groupe anti-tabac qui a créé ce site veut que les gens reconnaissent les effets de la

commercialisation du tabac chez les enfants et y mettent un terme.

[http://www.cdc.gov/tobacco/educational\\_materials/iquit.htm](http://www.cdc.gov/tobacco/educational_materials/iquit.htm)

Le Centre national de promotion de la santé et de la prévention des maladies chroniques des États-Unis a affiché des ressources à l'intention des fumeurs tentant de cesser de fumer, dont sa plaquette «I Quit» qui peut être téléchargée en format PDF. Le même site comprend une liste des anciens rapports du chef des services de santé des États-Unis à <http://www.cdc.gov/tobacco/sgrpage.htm>.

<http://www.ada.org/prof/pubs/daily/0003/0331mich.html>

Tapez «tobacco» dans la fonction recherche pour accéder à plusieurs ressources de l'Association dentaire américaine, dont des renseignements sur le tabagisme et la dentisterie.

### Serveur de liste anti-tabac

Pour vous y abonner, envoyez un courriel à [listserv@arizvml.ccit.arizona.edu](mailto:listserv@arizvml.ccit.arizona.edu). Dans votre message, tapez simplement «subscribe tobactalk» puis votre adresse électronique.

### Groupes de discussion

Les groupes de discussion sont des forums où les correspondants s'échangent de l'information sur un sujet particulier. Vous n'avez pas besoin de vous abonner à un groupe pour accéder à cette information. Les messages sont lus à l'aide d'un «lecteur de messages» (Netscape et Microsoft en ont chacun un).

[alt.smokers](mailto:alt.smokers)

[alt.support.stop-smoking](mailto:alt.support.stop-smoking)

<http://groups.google.com>, puis tapez «tobacco» dans la fonction recherche du groupe de discussion.

---

*Le Dr Scott MacLean exerce dans un cabinet privé à Halifax (Nouvelle-Écosse). Courriel : [dr.scott.maclea@ns.sympatico.ca](mailto:dr.scott.maclea@ns.sympatico.ca).*

*Les vues exprimées sont celles de l'auteur et ne reflètent pas nécessairement les opinions et les politiques officielles de l'Association dentaire canadienne.*

---

## Sites Internet en français sur le tabagisme

<http://www.uqtr.quebec.ca/tabagisme/menu.htm>

Site de l'Université du Québec à Trois-Rivières qui s'adresse aux enfants du primaire.

<http://www.allumelagang.com/Ville.html>

Site interactif du ministère de la Santé pour les adolescents.

<http://www.nsra-adnf.ca/francais/>

Site de l'Association pour les droits des non-fumeurs

<http://www.cqts.qc.ca/>

Conseil québécois sur le tabac et la santé

<http://www.arrete.qc.ca/>

Organisme sans but lucratif fondé en 1994, Info-tabac a pour mission d'encourager et de soutenir la diffusion, par les médias québécois francophones, de renseignements sur le tabagisme.

<http://www.infotabac.com/>

Site de Santé Canada sur les dangers du tabagisme.

<http://www.santepub-mtl.qc.ca/Tabagie/Expertise/femme.html>

Le tabagisme au féminin. Site de la Direction de la santé publique de Montréal-Centre

[http://pages.infinit.net/lanteign/vivre\\_avec/tabagisme.htm](http://pages.infinit.net/lanteign/vivre_avec/tabagisme.htm)

Le tabagisme et le cancer du sein.

### **Sites Internet en français sur le tabagisme**

<http://www.uqtr.uquebec.ca/tabagisme/menu.htm>

Site de l'Université du Québec à Trois-Rivières qui s'adresse aux enfants du primaire.

<http://www.allumelagang.com/Ville.html>

Site interactif du ministère de la Santé pour les adolescents.

<http://www.nsra-adnf.ca/francais/>

Site de l'Association pour les droits des non-fumeurs

<http://www.cqts.qc.ca/>

Conseil québécois sur le tabac et la santé

<http://www.arrete.qc.ca/>

Organisme sans but lucratif fondé en 1994, Info-tabac a pour mission d'encourager et de soutenir la diffusion, par les médias québécois francophones, de renseignements sur le tabagisme.

<http://www.infotabac.com/>

Site de Santé Canada sur les dangers du tabagisme.

<http://www.santepub-mtl.qc.ca/Tabagie/Expertise/femme.html>

Le tabagisme au féminin. Site de la Direction de la santé publique de Montréal-Centre

[http://pages.infinit.net/lanteign/vivre\\_avec/tabagisme.htm](http://pages.infinit.net/lanteign/vivre_avec/tabagisme.htm)

Le tabagisme et le cancer du sein.