

## Ça souffle fort à l'hôpital Mémorial !

Associée au Moi(s) sans tabac, la journée du souffle a mobilisé les (ex) fumeurs. Mercredi, ils ont testé leur respiration à Saint-Lô.

Dans le hall de l'hôpital Mémorial, à Saint-Lô, ils sont nombreux, mercredi après-midi, à patienter pour « **tester leur souffle** ». Patrice Drieux, du Puy-de-Dôme, a profité de son séjour à Saint-Lô pour participer à cette journée mondiale. « **Ma fille travaille en pneumologie à l'hôpital Mémorial et je suis venu sur ses conseils.** » Aux côtés de cet ancien fumeur, Joseph Vastel, septuagénaire de Guilberville, a lui aussi « **cessé de fumer depuis plus de vingt ans** ». Leur questionnaire rempli à la main, les deux retraités attendent pour souffler dans le spiromètre.

Ce petit appareil permet de tester, en quelques instants, leur capacité respiratoire. « **Quand le voyant est vert, pas de souci. Si l'affichage vire au jaune, voire au rouge, on conseille aux usagers de consulter leur médecin** », commente Stéphanie Hamel, infirmière en pneumologie.

Les volontaires enchaînent par six minutes de marche sur tapis, « **au rythme de chacun** », sous l'œil vigilant de Jeanne Drieux, éducatrice en activité physique adaptée au centre hospitalier. Fréquence cardiaque, contrôle de l'oxygène et prise de tension, avant et pendant l'exercice : tout est contrôlé.

### Une appli pour s'aider

Fabienne Blanchet-Lehmann, infirmière au Mémorial et coordinatrice de la journée, affiche sa satisfaction. « **Nous avons beaucoup plus de participants que l'an dernier.** » À la mi-journée, 60 diagnostics avaient



*Sur son smartphone, Denise consulte quotidiennement son coach personnalisé pour arrêter le tabac.*

déjà été établis. Le test, gratuit, a permis aux personnes âgées de « **se rassurer** ». Les moins de 40 ans sont plus absents.

Devant le stand du Moi(s) sans tabac, une première édition nationale, Josette Lehuby, bénévole à la Ligue contre le cancer, distribue flyers et kits de motivation. Elle interpelle et incite, avec tact, à cesser de fumer.

Denise a été interpellée par le slogan « **En novembre, on arrête ensemble** ». Elle a téléchargé l'application sur son smartphone, qui « **permet un coaching personnalisé** ». Chaque jour, elle consulte ses progrès. « **Mes supporters m'envoient des mails et des vidéos de soutien.** » Depuis le début du mois, « **j'ai diminué ma consommation par deux** ». Ses objectifs : « **Économiser et reprendre le sport.** »

Sylvie ROUSSINE.