

# RADON & TABAC

Le radon est un gaz radioactif naturel provenant de sols riches en uranium (massifs granitiques, certains grès...). Lorsqu'il s'infiltré dans un espace clos (maison, sous-sol...), il peut s'accumuler à des concentrations élevées présentant un risque pour la santé, **d'autant plus lorsqu'il est associé à une exposition au tabac.**



**2<sup>ème</sup> cause de cancer  
du poumon en France**

Le radon serait responsable de :  
• 10 % des cancers du poumon ;  
• 3 000 décès par an.



**Associer le tabac et le radon, c'est multiplier  
par 20 le risque de cancer du poumon.**

**L'exposition au radon peut être domestique et/ou professionnelle.** Le risque augmente avec la durée d'exposition et la concentration en radon dans l'air intérieur.



**VOUS ÊTES FUMEUR OU EXPOSÉ AU TABAC  
ET VOUS VOUS INTERROGEZ SUR LA PRÉSENCE  
DE RADON DANS VOTRE LOGEMENT ?**

Pour connaître le potentiel radon de votre commune consultez [le site de l'IRSN](#).

**Flashez le QR Code pour savoir :**

- comment **procéder à une mesure de radon** dans votre logement ;
- comment **réduire votre exposition en adoptant les bons réflexes** (aération, entretien des systèmes de ventilation, étanchéification, ...).





## LES BONS RÉFLEXES À ADOPTER :



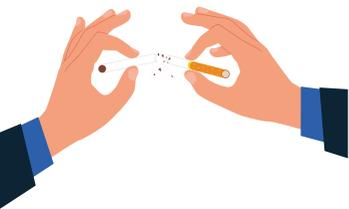
✓ renouveler l'air (ouvrez vos fenêtres au moins 10 minutes par jour) ;



✓ entretenir les systèmes de ventilation (veillez à ne pas gêner leur fonctionnement) ;



✓ étanchéifier les points d'entrée du radon dans le bâtiment (fissures, passage de canalisations, portes d'accès au sous-sol, etc.).



## VOUS VOULEZ ARRÊTER DE FUMER ?

Pour arrêter, **faites-vous accompagner, demandez conseil à un professionnel de santé** (médecin, pharmacien, tabacologue...) : trouvez ensemble la méthode la plus adaptée pour renforcer votre motivation, dépasser vos difficultés et changer vos habitudes.

Le professionnel vous aide à choisir les substituts nicotiques adéquats (patches, gommes, pastilles à sucer...) aux bons dosages et à les adapter si nécessaire.

Ils peuvent être prescrits par votre médecin, masseur-kinésithérapeute, sage-femme, dentiste ou infirmier et seront remboursés à 65 % par l'Assurance Maladie, sans avance de frais.

Plus de conseils sur [tabac-info-service](https://www.tabac-info-service.fr)  
« j'arrête de fumer seul ou accompagné ? »



**Vous n'êtes pas seul : vous avez 70 % de chances en plus de réussir votre sevrage grâce à l'accompagnement d'un professionnel de santé.**

### ARS Normandie

Esplanade Claude Monet - 2 place Jean Nouzille  
CS 55035

14050 Caen Cedex 4

 [ars-normandie-sante-environnement@ars.sante.fr](mailto:ars-normandie-sante-environnement@ars.sante.fr)



[www.normandie.ars.sante.fr](http://www.normandie.ars.sante.fr)