

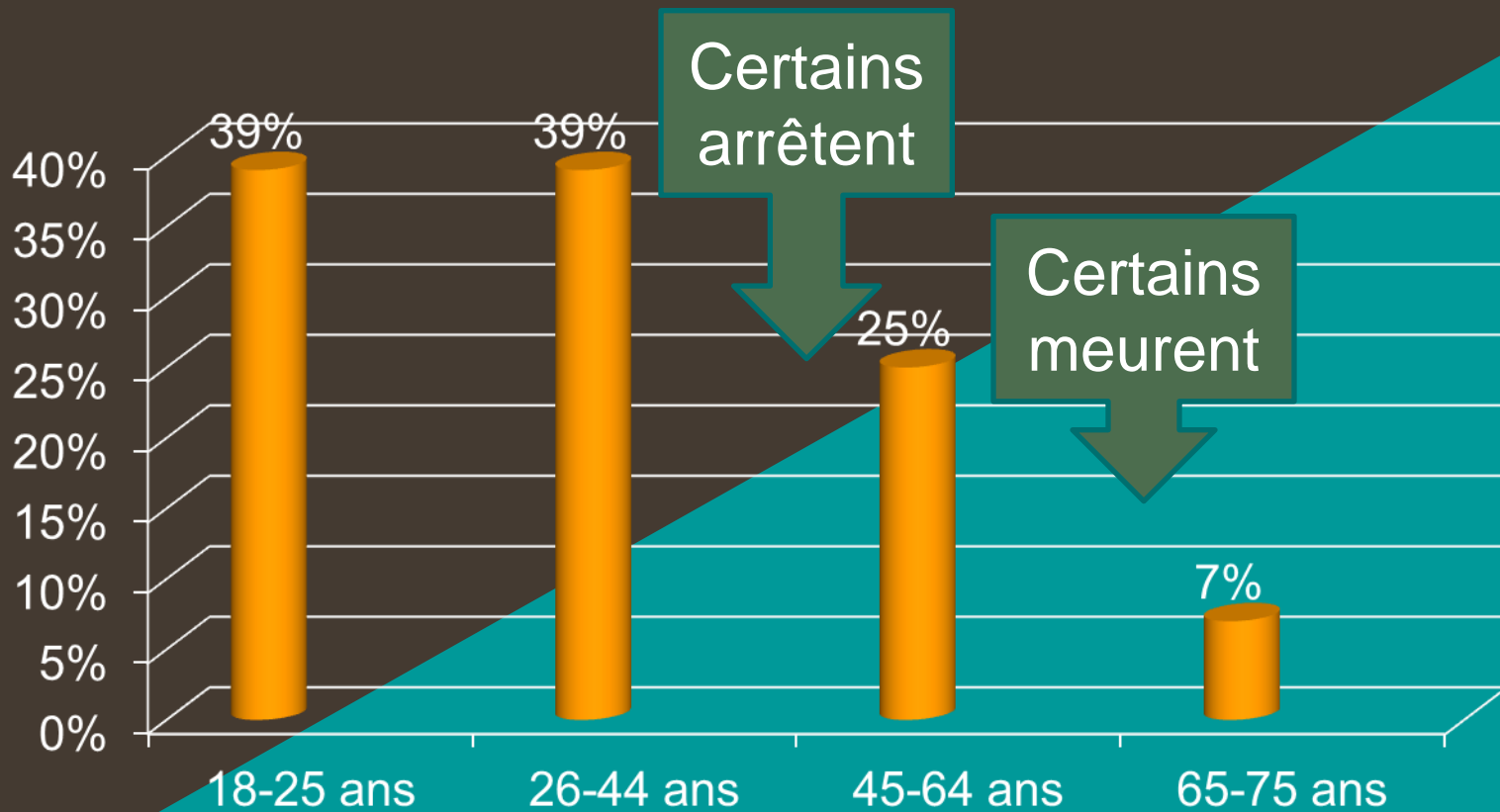
---

# Prise en charge du fumeur en soins primaires

---

24 Novembre 2014





Baromètre santé 2010 - INPES

73000 morts/an en France

Anticiper l'arrêt spontané ++++  
Favoriser le changement ++++

---

# Le sevrage tabagique

- **Réduit la mortalité totale**, surtout cardio-vasculaire et par cancers (poumons, vessie, mais aussi, ORL, rein, colon, sein.....).
- **Il n'est jamais trop tard pour arrêter**
  - Arrêter à 40 ans, + 7 ans d'espérance de vie
  - Arrêter à 50 ans, + 4 ans d'espérance de vie
  - Arrêter à 60 ans, + 3 ans d'espérance de vie
- **Ne pas attendre les premiers dégâts**
- **Ne pas attendre la demande du patient**

# Envisager l'intervention des 5 A chez tout fumeur

**Ask**



...Toujours demander le statut du fumeur

**Advise**



... Conseiller l'arrêt

**Assess**



... Renforcer motivation pour un sevrage

**Assist**



... Proposer un traitement

**Arrange**

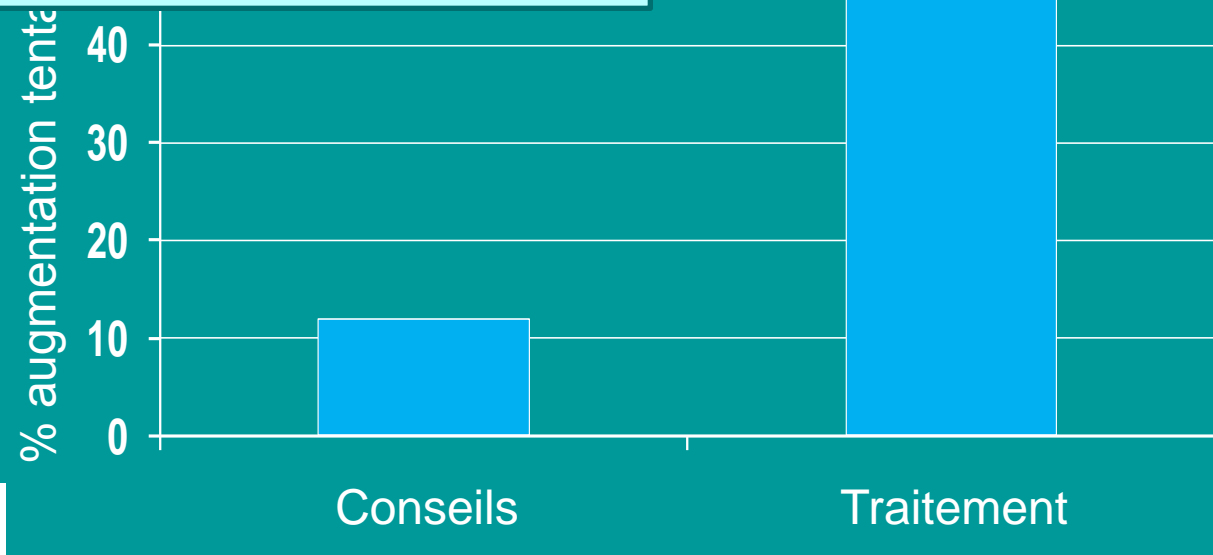


... Assurer un suivi

Fiore MC, et al. Treating Tobacco Use and Dependence: 2008 Update. Clinical Practice Guideline. US Department of Health and Human Services. Public Health Service; May 2008. Available at: [www.surgeongeneral.gov/tobacco/default.htm](http://www.surgeongeneral.gov/tobacco/default.htm)

# Conseils *versus* prescription d'un traitement

**Importance d'être proactif +++**



# L'accompagnement du fumeur

Le taux d'abstinence continue est multiplié par:

- 2 par le médicament seul
- 3 par l'accompagnement relationnel
- 6 par les deux associés

---

# L'accompagnement psychologique

- La plupart des fumeurs (3/4) sont au moins au **stade d'intention** (ils souhaiteraient arrêter de fumer, mais ne se sentent pas capables ou pas prêts).
- Au stade intention, le patient est **ambivalent et non résistant** : il hésite.
- La **psychothérapie de soutien, dans un entretien de type motivationnel**, a fait la preuve de son efficacité, au même titre que les thérapies cognitivo-comportementales (TCC).
- Le médecin traitant peut constituer le **décllic** propice au changement.

# Les méthodes de base

## Une « façon d'être » Ou.V.E.R.T.E.

- 1. **Ouvrir** (poser des questions ouvertes)
- 2. **Valoriser** (renforcer le sentiment d'efficacité personnelle)
- 3. **Écouter** (écouter et reformuler)
- 4. **Résumer**
- 5. **Transcrire** (noter le résumé final dans le dossier)
- 6. **Empathie**



---

# Les Traitements de Substitution Nicotinique (TSN)

- **Première intention.**
- L'objectif partagé = **amélioration de la qualité de vie** .
- Le moyen pour y arriver = arrêt ou 1<sup>ère</sup> étape de réduction sous TSN.
- La substitution à la **dose maximale supportée** (pour lutter contre le craving et non seulement contre le manque).
- Plusieurs formes peuvent être associées (ex: plusieurs patchs et gommes).
- Le **TSN est adapté** à l'intensité du tabagisme, à la tolérance du patient et aux effets obtenus.
- Cette adaptation suppose un **accompagnement régulier et rapproché.**

---

# Des consultations dédiées

- Un suivi hebdomadaire est conseillé dans un premier temps (1 mois), puis une fois par mois pendant 3 à 6 mois.
- Des outils d'auto-support peuvent être utiles:
  - Tabac-info-service
  - Sites internet
- Des consultations spécialisées sont possibles en cas de coaddictions, de comorbidités, de difficultés importantes : [www.addictoclic.com](http://www.addictoclic.com).

---

# Les points clés pour le patient

- **Renforcer sa confiance** (je suis capable) plutôt que l'importance (c'est dangereux)
- **Lever les obstacles** : prescrire ou donner les TSN pour qu'il est tout sous la main, le jour où il se décide, à dose adaptée et suffisante
- **Des consultations dédiées et à un rythme soutenu**
- **Valable pour tous les professionnels de santé qu'il rencontre**

# P.A.C.T\*

## Etudes, AGIR33-Aquitaine

### Mémoire de 5<sup>ème</sup> année de pharmacie

- Rôle du pharmacien d'officine dans le sevrage tabagique

### Mémoire master 2 « promotion de la santé »

- Etude qualitative pour évaluer la pertinence de P.A.C.T et s'il est utile, l'optimiser

### Thèse de médecine générale : PACT 2 « étude contrôlée randomisée »

- Etude d'une proposition systématique de tentative de sevrage à tout fumeur. 300 patients – randomisation par grappes

### Thèse de médecine générale : PACT 3 « évaluation à plus

- Enquête à plus de 6 mois sur les patients inclus

---

**Merci de votre attention**