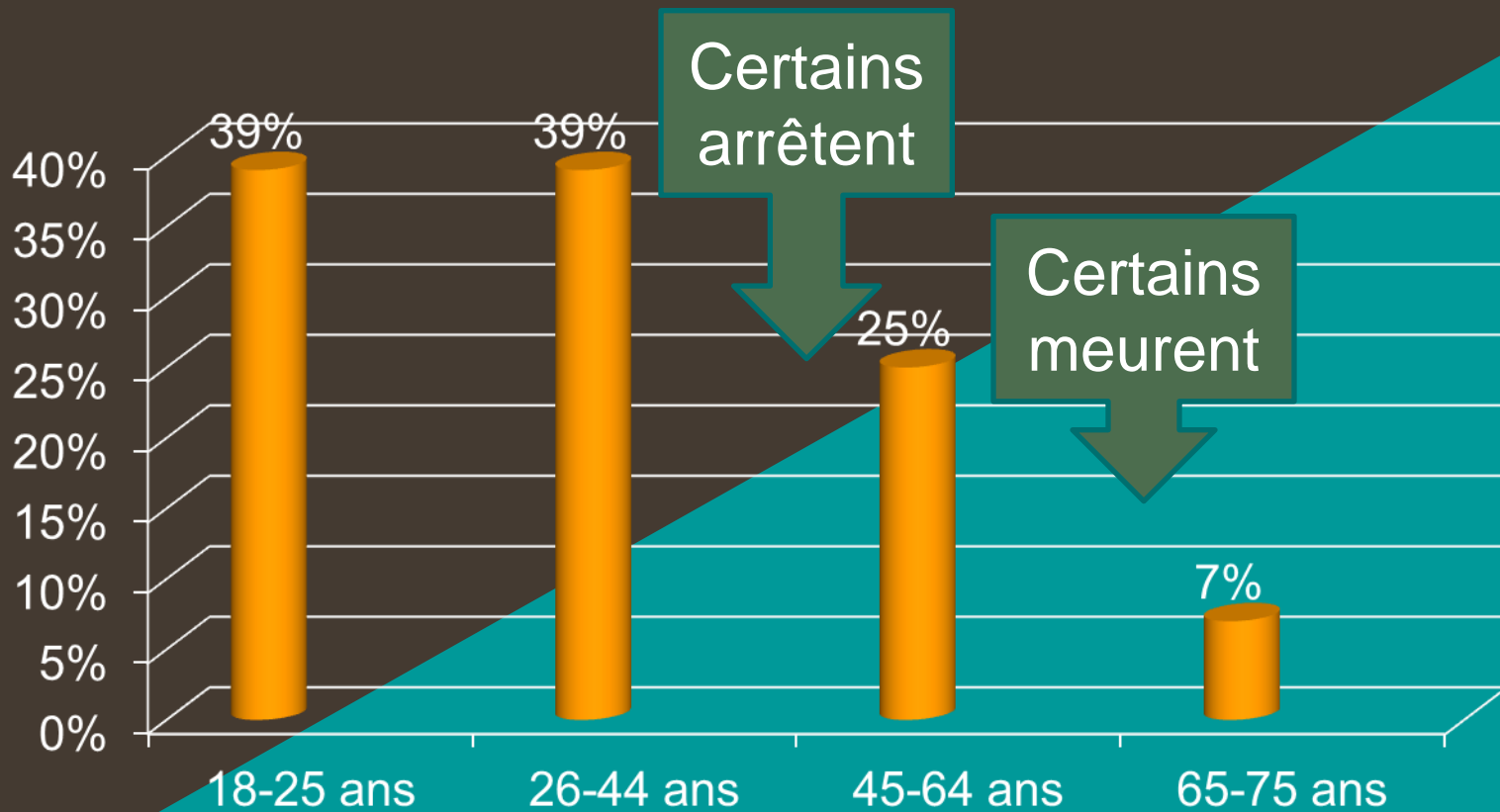

Prise en charge du fumeur en soins primaires

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

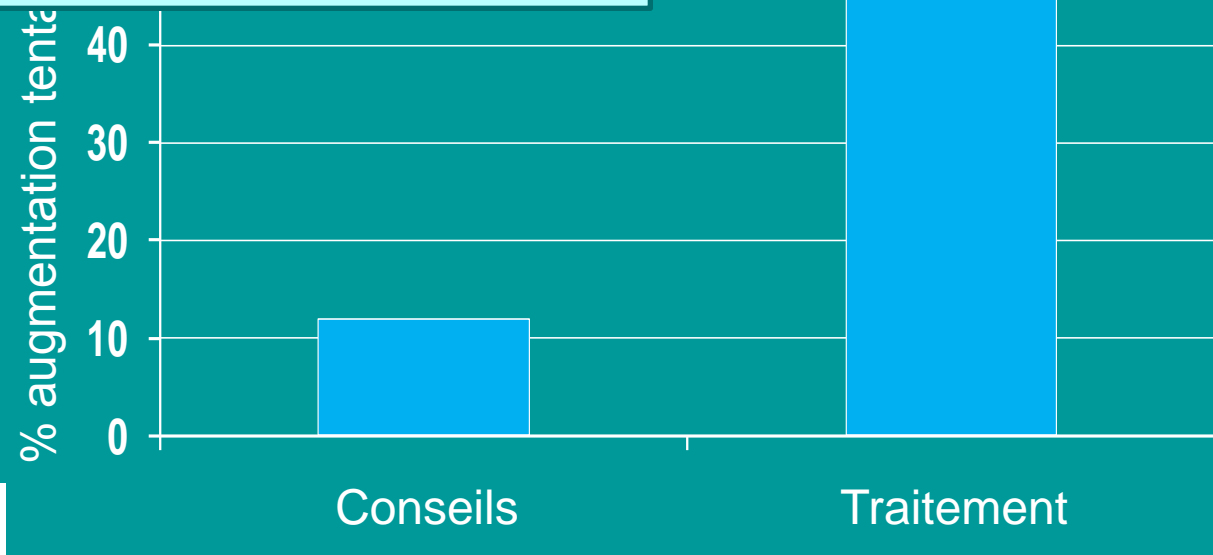


... Assurer un suivi

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

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 **déclat** 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^{ère} 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.

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^{ème} 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