



(6)

## USAGES DE TABAC ET PRATIQUES INFIRMIERES

**Benjamin ROLLAND**

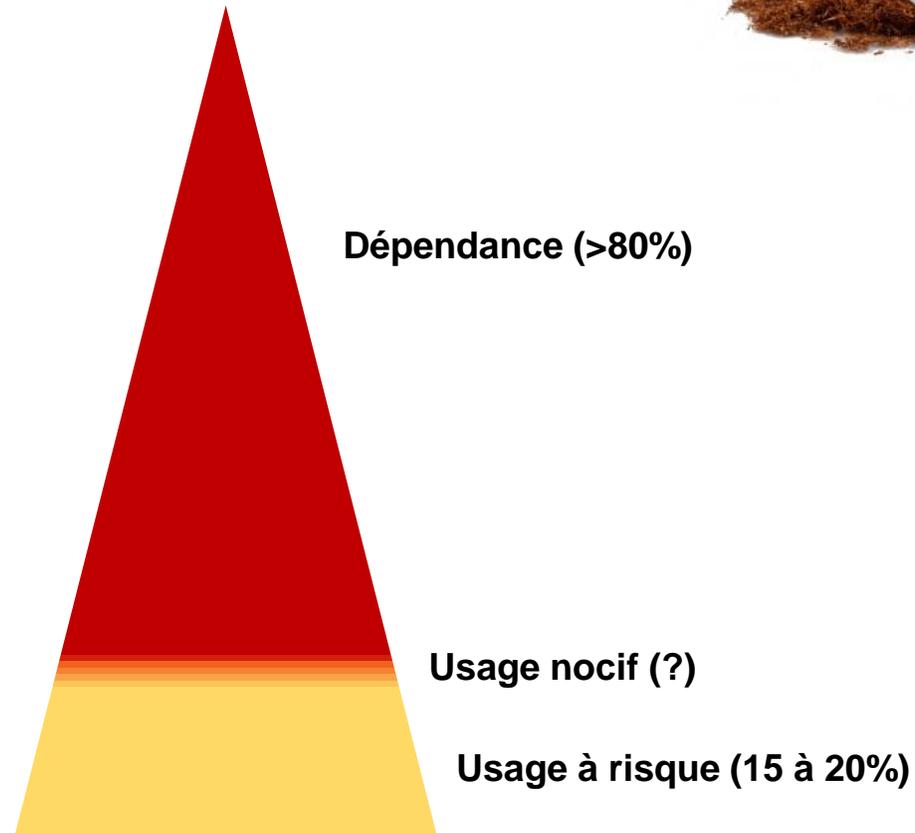
Psychiatre, Addictologue  
Maitre de Conférences des Universités



# RAPPEL

## catégorisation clinique

Environ 30% de la population fume du tabac  
**60 000 morts par an**



# REPERAGE

- **Catégorisation de l'usage de tabac**
- **En examen de routine ou sur point d'appel**
- **Comment faire en pratique:**
  - Au sein d'un interrogatoire global sur l'hygiène de vie
  - Questions neutres permettant les réponses ouvertes



# REPERAGE d'un mésusage

## 3 questions indispensables

- Fréquence de consommation de tabac (quotidien ou autre)
- Moyenne de consommation lors des épisodes (nbre de cigarettes)
- Autres modes d'usage de la nicotine (e-cigarette, chicha..)



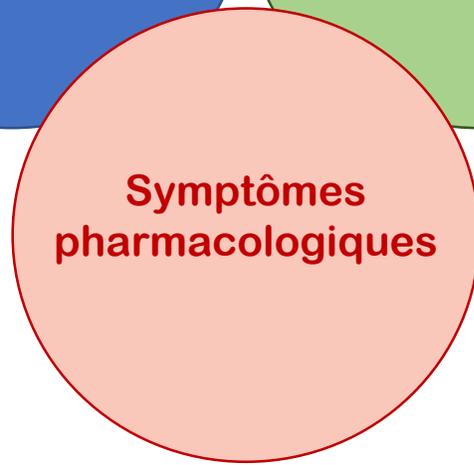
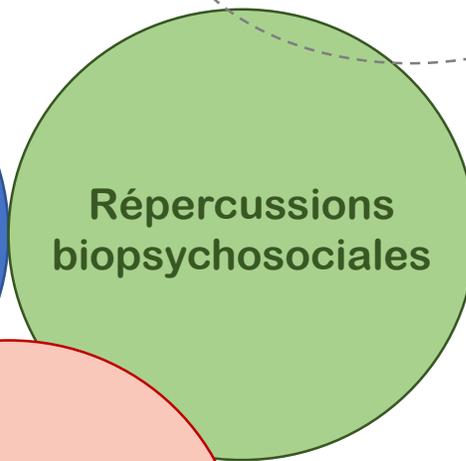
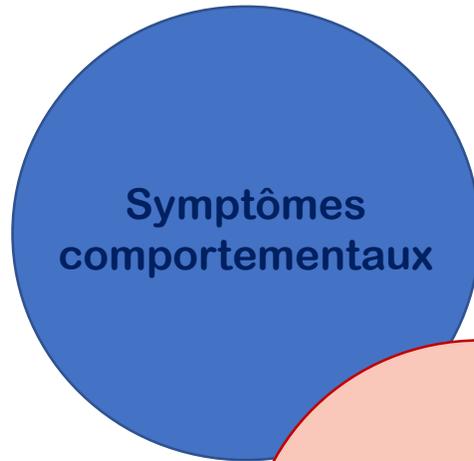
- **FAGERTSTRÖM**

<b>1. Le matin, combien de temps après votre réveil fumez-vous votre première cigarette ?</b>	
Dans les 5 premières minutes	3
Entre 6 et 30 minutes	2
Entre 31 et 60 minutes	1
Après 60 minutes	0
<b>2. Trouvez-vous qu'il est difficile de vous abstenir de fumer dans les endroits où c'est interdit ?</b>	
Oui	1
Non	0
<b>3. À quelle cigarette de la journée renoncerez-vous le plus difficilement ?</b>	
La première le matin	1
N'importe quelle autre	0
<b>4. Combien de cigarettes fumez-vous par jour, en moyenne ?</b>	
10 ou moins	0
11 à 20	1
21 à 30	2
31 ou plus	3
<b>5. Fumez-vous à intervalles plus rapprochés durant les premières heures de la matinée que durant le reste de la journée ?</b>	
Oui	1
Non	0
<b>6. Fumez-vous lorsque vous êtes malade au point de devoir rester au lit presque toute la journée ?</b>	
Oui	1
Non	0

# REPERAGE TROUBLE D'USAGE

- Perte de contrôle
- Temps d'usage croissant
- Craving
- Essais d'arrêt infructueux

- Somatiques
- Psychiatriques
- Cognitives
- Environnementales



- Tolérance
- Symptômes de sevrage

# REPERAGE: CO Testeur

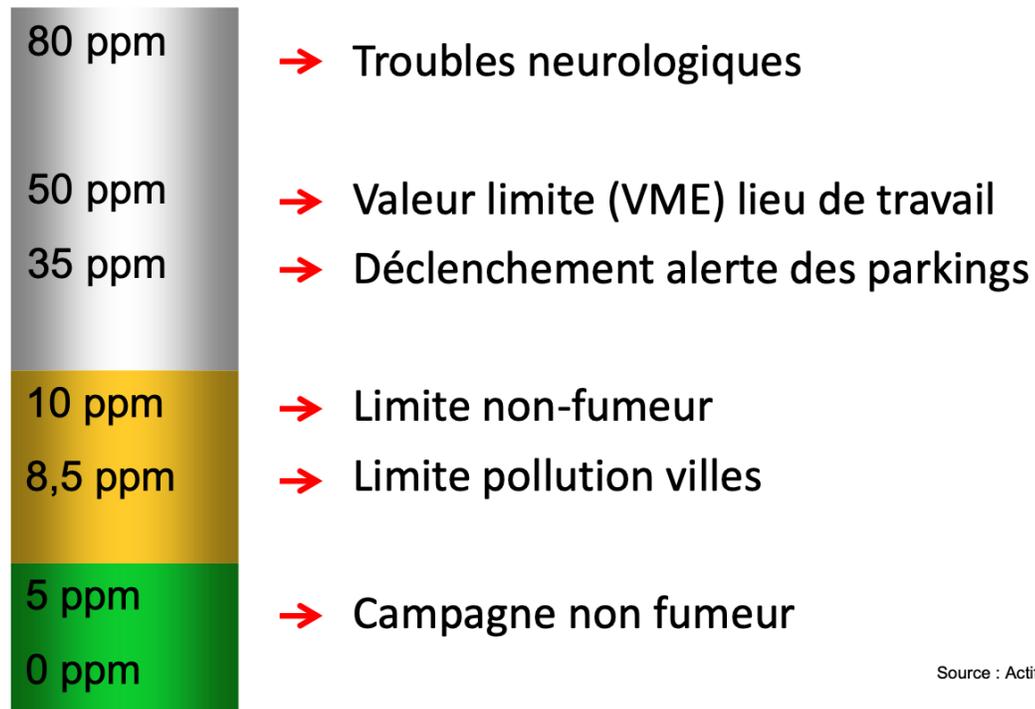


[https://www.icm.unicancer.fr/sites/default/files/le\\_co\\_testeur.pdf](https://www.icm.unicancer.fr/sites/default/files/le_co_testeur.pdf)

- **Marqueur du tabagisme**
- **CO = Durée vie 6h**
- **Evaluation visuelle de l'imprégnation au tabac**
- **Mesure longitudinale**
- **Aspect motivationnel**

# REPERAGE: CO Testeur

## Echelle d'interprétation de la mesure du CO (monoxyde de carbone) en ppm



Source : Actif

# TOUT USAGE DE TABAC: INTERVENTION BREVE

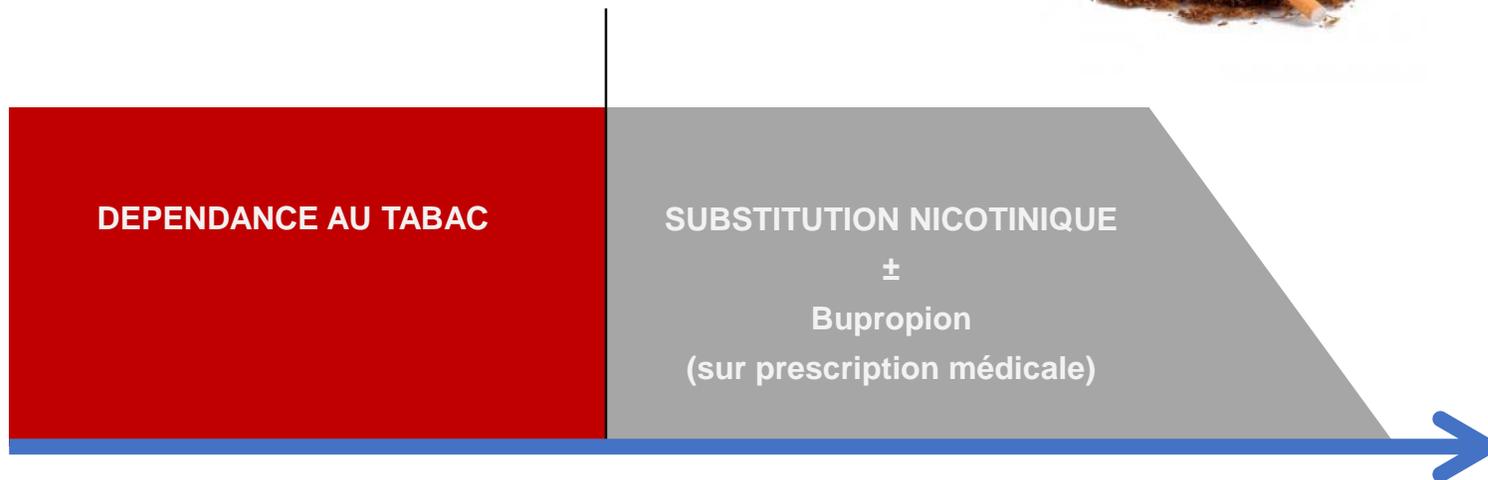
- 3 min max
- Restitution du repérage
- Gains de santé d'une réduction / Arrêt
- Objectifs demandés au patient
- Réévaluer à distance si possible



Des formations spécifiques à l'Intervention Brève existent

# DEPENDANCE AU TABAC: PRINCIPES D'INTERVENTION

## STRATEGIE VALIDEE 1: SUBSTITUTION NICOTINIQUE



- Prescription infirmière POSSIBLE
- Patches: nombre de mg = nombre de cigarettes
- Ajouts de gommes au besoin



# DEPENDANCE AU TABAC: PRINCIPES D'INTERVENTION

## STRATEGIE VALIDEE 2: VARENICLINE



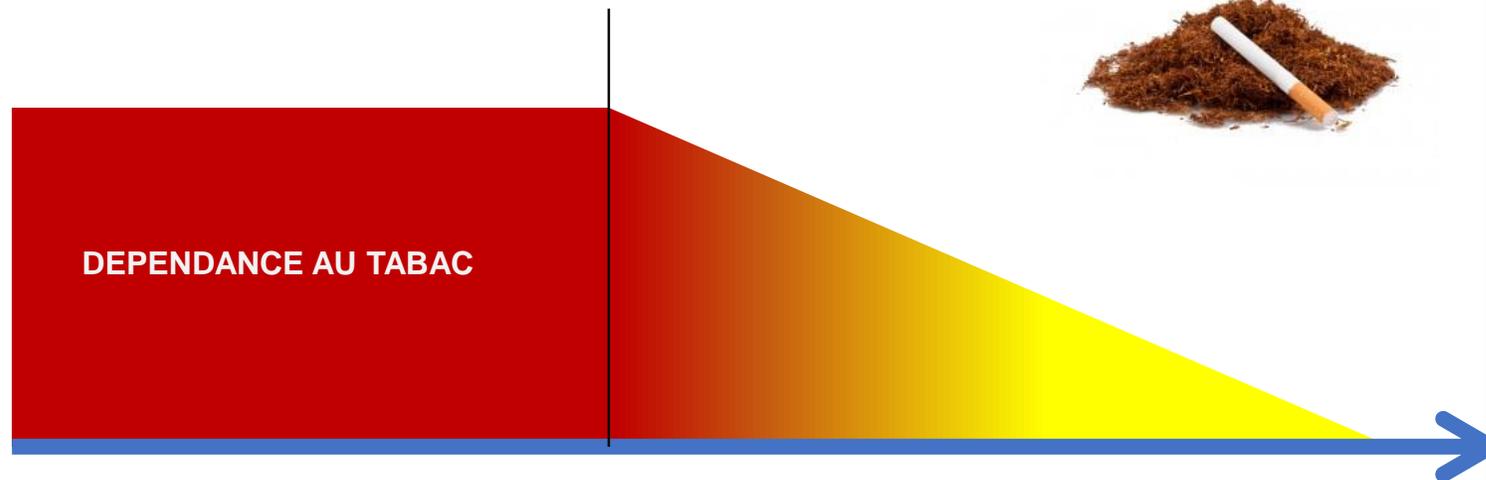
DEPENDANCE AU TABAC

VARENICLINE (Champix®)  
12 semaines  
(sur prescription médicale)



# TROUBLE D'USAGE: PRINCIPES D'INTERVENTION

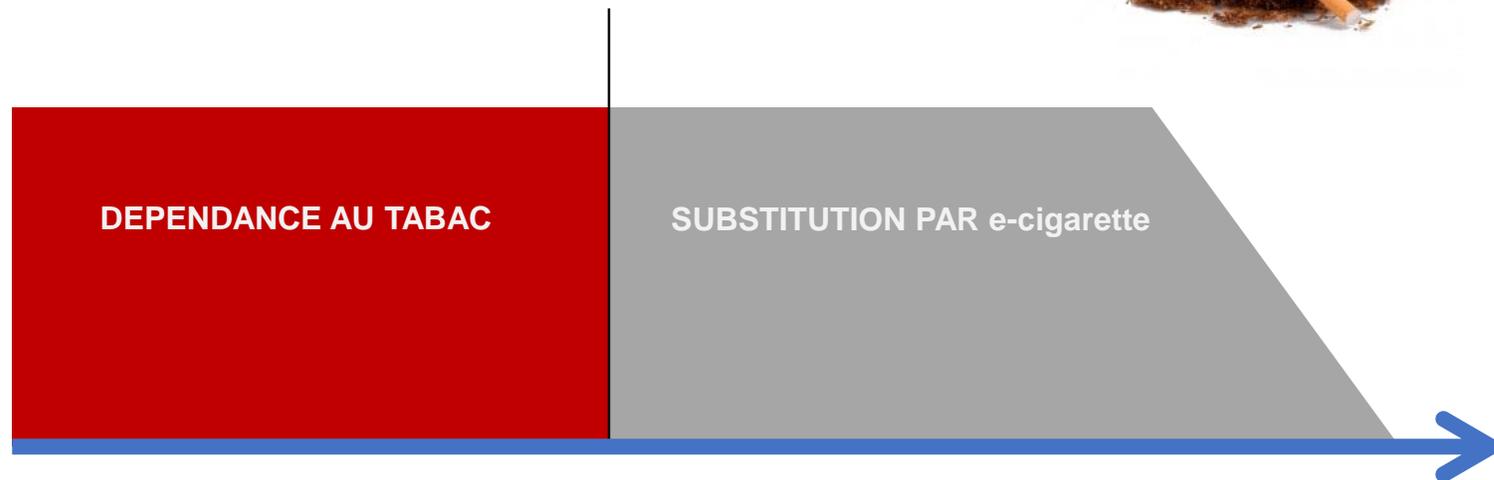
## STRATEGIE NON-VALIDEE 1: REDUCTION DE CONSOMMATION



- Le gain de santé global d'une réduction d'usage de tabac est faible
- Accompagner dans la réduction un patient qui ne veut pas (encore) arrêter est important dans une démarche soignante

# DEPENDANCE AU TABAC: PRINCIPES D'INTERVENTION

STRATEGIE NON-VALIDEE 2: e-cigarette



- Pas de preuve d'innocuité au long-cours
- MAIS attire une grande majorité de fumeurs
- Pour certains spécialistes:  
Réduction des risques



# DEPENDANCE AU TABAC: PRINCIPES D'INTERVENTION

## STRATEGIES AUXILIAIRES



- **Validées: THERAPIES COGNITIVO-COMPORTEMENTALES**
- **Non-validées: hypnose, acuponcture, ...**

# Objectifs Pédagogiques

- Lister les principes du repérage
- Expliquer l'utilité et l'utilisation du CO-testeur
- Lister les principes de l'intervention brève
- Expliquer les principes des 2 stratégies de prise en charge validées
- Expliquer les principes et les limites des 2 principales stratégies de prise en charge non-validées
- Mentionner les stratégies auxiliaires