

Arrêt de la consommation de tabac : du dépistage individuel au maintien de l'abstinence en premier recours

Le tabac demeure un fléau inégalé de santé publique qui tue un fumeur régulier sur deux et fait perdre 20 à 25 ans d'espérance de vie. C'est la première cause de mortalité évitable en France. Les professionnels de santé - au premier rang desquels les médecins généralistes - doivent devenir de véritables partenaires anti-tabac des fumeurs qui veulent arrêter. Ils doivent engager une démarche active auprès de leur patient fumeur quel que soit le motif de consultation. Ces recommandations de bonne pratique actualisées en 2014 par la HAS font le point sur les méthodes de sevrage tabagique efficaces ainsi que sur la cigarette électronique. Elles se présentent sous la forme d'un guide et d'outils pratiques pour aider les professionnels de santé à suivre et accompagner leurs patients fumeurs.

L'objectif d'amélioration des pratiques de cette recommandation est de définir les recommandations de bonne pratique pour :

- le dépistage individuel de l'usage du tabac et de la dépendance en pratique médicale ;
- la prise en charge de l'arrêt de l'usage du tabac, du sevrage au maintien de l'abstinence au long cours.

Cette recommandation répond aux questions suivantes :

- Dépistage de l'usage et de la dépendance
 - Qui peut dépister ?
 - Qui dépister ?
 - Comment dépister ?
- Évaluation initiale
 - Comment identifier la dépendance ?
 - Comment évaluer les comorbidités (anxieuses, dépressives, co-consommations) ?
 - Comment donner le conseil d'arrêt ?
 - Comment évaluer la motivation à l'arrêt ?
- Comment conduire l'aide à l'arrêt de la consommation de tabac ?
 - Quels sont les traitements recommandés en première intention ?
 - Quelles sont les recommandations relatives aux autres traitements et méthodes disponibles ou à l'étude ?
 - Quelle est la stratégie thérapeutique recommandée ?
 - Quelles sont les modalités de suivi recommandées ?
 - Comment aborder la rechute ?
 - Quand faire appel à un spécialiste ?
- Quels sont l'intérêt et la place de la réduction accompagnée de la consommation ?
- Quels sont l'intérêt et la place de la réduction des risques ?
- Quelle sont l'intérêt et la place des cigarettes électroniques ?

- Quelles spécificités en cas de situations particulières ?
- Quel est le rôle du pharmacien d'officine ?
- Quelle est la prise en charge financière recommandée ?
- Quelles sont les recommandations relatives à la formation des professionnels ?

Date de validation
octobre 2014

Documents

- Reco2 clics - Arrêt de la consommation de tabac

Documents complémentaires

La reco2 clics ci-dessus s'appuie sur les documents suivants :

Recommandations : Arrêt de la consommation de tabac

Argumentaire scientifique : Arrêt de la consommation de tabac

« Boîte à outils » de la recommandation

Outils de dépistage

- Algorithme « Dépistage »
- Tests de Fagerström
- Exemples de conseil d'arrêt

Outils d'évaluation initiale

- Modèle de Prochaska et Di Clemente
- Échelle analogique d'évaluation de la motivation
- Questionnaires CAGE
- Questionnaires CAST
- Échelle HAD

Outils d'aide à l'arrêt

- Exemple de méthode d'entretien motivationnel
- Évaluation du sentiment d'efficacité
- Fiche « Attitude recommandée en fonction du stade de changement du patient »
- Fiche « Soutien psychologique du patient fumeur »
- Fiche « Les traitements de substitution nicotiques en pratique »
- Fiche « Varénicline
- Fiche « Bupropion »
- Algorithme « IDEAL » : parcours du patient désireux d'arrêter de fumer

Outils de prévention de la rechute

- Adaptation des colonnes de Beck à la prévention de la rechute

Annexes à l'argumentaire scientifique

- Tableau de synthèse des recommandations internationales
- Critères CIM-10 d'abus et de dépendance à une substance psychoactive
- Critères CIM-10 du Trouble dépressif récidivant
- Critères DSM-IV d'abus, de dépendance et de sevrage à la nicotine
- Échelles diverses tabac
- Test de Horn
- Test QCT2 de Gilliard
- Test de Richmond
- Test de Khimji et Watts
- Méthode des 5A
- Fiche Nicomède

Autres outils pour les professionnels

- Documents Tabac Professionnels - INPES
- Dossier consultation de tabacologie - INPES
- Outils d'intervention auprès des adolescents : Attraction - le manga : un nouvel outil d'intervention pour lutter contre le tabagisme - INPES
- « Les essentiels de l'INPES – Aide au sevrage tabagique – Renforcer la motivation »
- Fiches thématiques pour le dépistage chez les adolescents - Direction générale de l'enseignement scolaire
- Site Tabac Info service et ligne téléphonique Tabac Info Service 39 89
- Formation au dépistage individuel et à l'aide à l'arrêt du tabagisme : Logiciel d'autoformation Nicomède

Outils pour les patients

- Documents Tabac Grand Public de l'INPES
- « Arrêter de fumer sans prendre du poids », INPES
- Outils d'intervention auprès des adolescents : Attraction - le manga : un nouvel outil d'intervention pour lutter contre le tabagisme - INPES
- « Éviter la prise de poids au moment de l'arrêt », Tabac Info Service
- Plan National Nutrition Santé : www.mangerbouger.fr

Mis en ligne le 17 nov. 2014

En savoir +

- Arrêter de fumer et ne pas rechuter : la recommandation 2014 de la HAS
- Stratégies thérapeutiques d'aide au sevrage tabagique : efficacité, efficacité et prise en charge financière
- Sevrage tabagique : des outils pour repérer et accompagner les patients

©http://www.has-sante.fr/portail/jcms/c_1718021/fr/arret-de-la-consommation-de-tabac-du-depistage-individuel-au-maintien-de-labstinence-en-premier-recours

- CHAMPIX
- Documents de travail

VOIR AUSSI

- Grossesse et tabac
- Propositions portant sur le dépistage individuel chez l'enfant de 7 à 18 ans, destinées aux médecins généralistes, pédiatres et médecins scolaires
- Comment mieux informer les femmes enceintes ?