

PRENDRE EN CHARGE UN PATIENT FUMEUR

Le conseil minimal

La prise en charge doit être adaptée à chaque fumeur en tenant compte de son degré de motivation et de l'intensité de sa dépendance.

Tout professionnel de santé peut appliquer le conseil minimal d'aide à l'arrêt du tabac. Simple, rapide et efficace, cette méthode consiste à encourager les tentatives d'arrêt et soutenir le patient dans sa démarche. En pratique, poser à chaque patient qui consulte deux questions : « **Fumez-vous ?** » puis « **Voulez-vous arrêter de fumer ?** »

- Si la réponse à la deuxième question est oui, il convient de proposer le guide pratique « j'arrête de fumer »
- Si la réponse est non, saisissez chaque occasion pour en reparler avec votre patient, sans le culpabiliser, sa décision d'essayer d'arrêter de fumer viendra peut-être plus tard. Ces deux questions posées par un médecin doublent le taux de succès à l'arrêt, après un an, par rapport à l'arrêt spontané dans un groupe témoin (Slama K).

La démarche éducative

Cette démarche consiste dans l'accompagnement, en plusieurs étapes d'information, de conseil et d'éducation, du patient fumeur, afin de respecter ses choix personnels et son rythme. L'information est centrée sur les contenus scientifiques, les données actuelles de la science. Le conseil est centré sur celui qui le délivre, autrement dit le médecin, qui va dire ce qu'il pense être bon pour le patient. L'éducation est, quant à elle, centrée sur le patient ou plus précisément sur la relation entre le médecin et le patient.

Il s'agit d'un acte d'accompagnement, son objectif n'est donc pas que le patient suive aveuglément les conseils du médecin mais qu'il fasse son propre choix, en toute connaissance de cause, et qu'il soit accompagné dans ce choix par le médecin. Afin de vous aider à mettre en place cet accompagnement, l'Inpes vous propose un support pédagogique mis au point pour le médecin généraliste : « Tabac, ouvrons le dialogue ». L'objectif de cet outil est d'aider le médecin à mener une démarche d'éducation pour la santé auprès de ses patients fumeurs, en trois étapes qui permettent de respecter les choix personnels et le rythme de chaque patient.

- D'abord, on ouvre le dialogue.
- Ensuite, si le patient le souhaite, on l'aide à faire le point sur son usage du tabac : niveau de dépendance pharmacologique mais aussi habitudes de vie liées au tabac et motivations quant à l'arrêt.
- Enfin, si le patient se sent prêt à changer ses habitudes, on construit avec lui un projet d'arrêt et on l'accompagne tout au long du sevrage. A chaque étape sont prévus des documents pour le patient.