

CHU DE BREST

CONSULTATIONS DE
TABACOLOGIE
EN OBSTETRIQUE

LES « LUNDI DE LA SANTE »
12 DECEMBRE 2005

Anne COLLON Sage-femme Tabacologue

HISTORIQUE

- 2000 Premières consultations de tabacologie femmes enceintes hospitalisées Grossesses pathologiques
- 2002 Mise en place des consultations externes

QUAND ARRÊTER ?

- Avant la grossesse
- Le plus tôt possible pendant la grossesse
- Mais il n'est jamais trop tard
- L'arrêt est immédiatement bénéfique pour l'enfant à naître et pour sa mère

COMMENT ARRÊTER ?

- Conseil minimal du professionnel avec information sur les aides à l'arrêt du tabac
- Arrêt total du tabac préconisé
- Proposition d'une consultation de tabacologie

POURQUOI UNE CONSULTATION ?

- Efficacité des interventions individuelles intensives par les tabacologues démontrée
- Instauration d'un climat de confiance propice à l'émergence des difficultés
- Écoute pour mieux percevoir l'importance des facteurs personnels, antécédents

PRISE EN CHARGE

- Antécédents de santé personnels et familiaux
- Milieu socioprofessionnel
- Histoire tabagique
 - Âge de la première cigarette, durée du tabagisme, quantité de tabac fumée, tentatives éventuelles d'arrêts antérieurs, causes de la reprise
- Co-addictions éventuelles (alcool, cannabis, etc.)

PRISE EN CHARGE

- Examen clinique
- Évaluation de la motivation à l'arrêt
- Recherche d'un état anxio-dépressif si besoin
- Évaluation de la dépendance

Test de Fagerström

test de dépendance

- Combien de temps après votre réveil fumez-vous?
 - Dans les 5 premières minutes 3
 - Entre 6 et 30 minutes 2
 - Entre 31 et 60 minutes 1
 - Après 60 minutes 0

Test de Fagerström

- Trouvez-vous difficile de s'abstenir de fumer dans les endroits où c'est interdit ?
 - Oui 1
 - Non 0
- A quelle cigarette de la journée vous sera-t-il plus difficile de renoncer ?
 - La première le matin 1
 - N'importe quelle autre 0

Test de Fagerström

- Combien de cigarettes fumez-vous par jour?

- 10 ou moins

0

- 11 à 20

1

- 21 à 30

2

- 31 ou plus

3

Test de Fagerström

- Fumez-vous à un rythme plus soutenu le matin que l'après-midi ?

- Oui

1

- Non

0

- Fumez-vous lorsque vous êtes malade, que vous devez rester au lit presque toute la journée ?

- Oui

1

- Non

0

Test de Fagerström

test de dépendance

- Score de 0 à 2: non dépendant à la nicotine
- Score de 3 à 4: faiblement dépendant
- Score de 5 à 6: moyennement dépendant
- Score de 7 à 10: fortement dépendant

MARQUEUR DU TABAGISME

- Mesure du CO dans l'air expiré
 - non invasif
 - résultat immédiat
 - outil motivant, renforce la démarche d'arrêt



APPROCHE PERSONNALISEE

- Alimentation, boissons, transit
- Sommeil
- Moments favorisant la prise de cigarette

Téléphone, voiture, après ménage, ennui, télévision, réunion entre amis, etc.

- Tabagisme du conjoint

SUBSTITUTS NICOTINIQUES

- Probablement pas sans risque
- Mais risque négligeable par rapport à la cigarette
- Nicotémie 2 à 3 fois moins élevée
- Personnalisés et suffisants pour obtenir un arrêt complet

QUEL(S) SUBSTITUT(S) ?

- Patch sur 16 heures
- Gommages
- Comprimés sublinguaux
- Comprimés à sucer
- Inhalateur
- Possibilité d'associer 2 formes

DEBUT DE L'ARRÊT

Date judiciaire fixée par patiente

CIGARETTES CONSERVEES
OU NON ?

Variable selon les patientes

SUIVI DE L'ARRÊT

- 2ème consultation à 7 jours: évaluation des difficultés éventuelles, du dosage
- 3ème consultation à 15 jours
- 4ème consultation à 1 mois
- 5ème, 6ème... tous les mois jusqu'à l'arrêt des substituts

NB: diminution progressive du dosage

ALLAITEMENT

- Encouragé car toujours bénéfique pour l'enfant
- Forme orale de substitut nicotinique conseillée
- A distance de la tétée (2 à 3 heures avant)