



Tabagisme

Prise en charge

📍 CAT en médecine générale

Principes de la prise en charge

- Identifier les fumeurs
- Antécédents et histoire de leur tabagisme
- Voir où ils se situent dans leur préparation au changement (Prochaska)
- Motiver les fumeurs hésitants
- Etudier avec le patient la stratégie adaptée à ses capacités
- Proposer un accompagnement

Conseil minimal

- Est-ce que vous fumez ?
- Voulez vous arrêter ?
- Si OUI, remise d'un document.

Cette première intervention en direction du fumeur a fait la preuve de son efficacité pour obtenir un arrêt spontané dans 5 à 10% des cas où il est appliqué. Elle est adaptée aux fumeurs non prêts à l'arrêt.

Entretien motivationnel

Il faut inviter le patient à explorer son ambivalence vis à vis de son arrêt, en lui faisant peser le pour et le contre, les avantages et les inconvénients, les aspects positifs et négatifs du tabac ET du sevrage, ses craintes et ses espoirs. Surtout pour les fumeurs hésitants.

Décision du fumeur prêt à l'arrêt

Les raisons précisées, fixer une date et valoriser l'arrêt au cours des entretiens itératifs programmés.

Les reprises (40-80% à 1 an)

Les reprises doivent être anticipées et présentées comme des succès différés.