



Tabagisme

Thérapeutique

🟢 Thérapeutique et suivi par une prise en charge globale

Il faut prendre en charge tous les aspects du tabagisme, et en particulier la dépendance physique à la nicotine, la dépendance psychocomportementale, les facteurs anxiodépressifs et les désirs et besoins du fumeur.

Substitution nicotinique

Par l'utilisation de gommes 2 ou 4mg, de comprimés microtab.2mg, d'inhaleur 10mg ou de dispositifs transdermiques 21mg/24h, 14mg/24h, 7mg/24h en choisissant de préférence des patchs matriciels. La durée classique de traitement est de 3 fois 1mois, à adapter en fonction du patient.

Chez la femme enceinte ou en cas de troubles du sommeil on préférera ménager une fenêtre thérapeutique par utilisation de patchs sur 16h.

Thérapies psychocomportementales

Suivent les étapes du changement de comportement

- Psychothérapie de soutien
- Thérapies cognitives et comportementales

Traitements médicamenteux

De nombreuses molécules ont été testées (clonidine, nortryptiline...) mais deux catégories peuvent être utiles :

- Les antidépresseurs
- Le Zyban (bupropion) est un médicament non nicotinique de la famille des inhibiteurs complets de la recapture de la Noradrenaline et partiel de la recapture de Dopamine. Il peut être utilisé sur prescription médicale chez le fumeur motivé à l'arrêt du tabac et dépendant ($F > 4$). L'arrêt du tabac se fait entre le 1^o et le 7^o jour de traitement. Le traitement dure environ 7 à 9 semaines à raison d'un cp/jour pendant 6 jours puis de 2cp/jours avec un intervalle de 8 heures, jusqu'à la fin du traitement. La prise de Zyban est contre indiquée chez la femme enceinte ou allaitante, les patients souffrant d'épilepsie, les patients souffrant de troubles du comportement alimentaires ou de troubles bipolaires, les patients atteints de tumeurs cérébrales ou de cirrhose du foie. Attention en cas de sevrage d'alcool ou de psychotropes, interactions médicamenteuses (surtout IMAO).

- Le Champix (varénicline) est un médicament utilisé chez l'adulte (en cas d'échec des TSN) pour faciliter le sevrage tabagique. Il est délivré sur prescription médicale uniquement. Il permet de diminuer le besoin impérieux de fumer et d'atténuer les symptômes de manque selon des principes agonistes et antagonistes. Effet agonistes partiels en se fixant sur les récepteurs nicotiques et en atténuant les symptômes de manque ; effet antagoniste avec inhibition de la satisfaction due à la nicotine. L'arrêt du tabac se fait progressivement au cours de la première semaine de traitement. Le traitement se fait sur une durée d'environ 12 semaines, à doses variables et doit toujours être accompagné d'un suivi avec un tabacologue. Il est contre indiqué chez les patients ayant une hypersensibilité à la varénicline ou aux excipients utilisés (voir notice), chez l'enfant de moins de 18 ans, la femme enceinte ou allaitant ; son utilisation est déconseillé chez les personnes souffrant d'insuffisance rénale.

Le Champix fait partie des produits de traitement du tabagisme et fait l'objet d'une prise en charge de la sécurité sociale à concurrence de 50€ par an.

Autres (acupuncture, homéopathie, hypnose...)

Aucune étude scientifique ne peut actuellement valider ce type de traitement, l'empathie et le soutien psychothérapique semblant prépondérant.

Suivi

Il intégrera :

- Les troubles du sommeil (hypnotiques, adaptation de la nicotinothérapie)
- La prise pondérale (diététique, sport, nicotinothérapie)
- La décompensation anxiodépressive.
- La perte motivationnelle et les aspects sociaux ou environnementaux.