



LA CONSULTATION de tabacologie



LA CONSULTATION INITIALE

> Le recueil des antécédents, des traitements et des facteurs de risque.

L'objectif : sevrage ? Réduction de consommation ? Première prise de contact uniquement ?

La consommation de tabac :

- > Le nombre de cigarettes consommées par jour.
- > Le type de tabac consommé (manufacturé, roulé, autre).

L'utilisation d'une cigarette électronique.

L'histoire du tabagisme :

- > L'âge de début de la consommation.
- > Les précédentes tentatives d'arrêt du tabac : avec quels moyens ? Avec quels résultats ? Avec quelles conséquences (prise de poids, autres symptômes) ?
- > Circonstances de rechute.

L'évaluation de la dépendance physique :

- > Test de Fagerström en 2 questions.
- > Dosage du CO dans l'air expiré.

> Le recueil des informations sur la dépendance psychocomportementale :

Que recherchez-vous dans votre consommation de tabac ? À quels moments consommez-vous ? Où ? Avec qui ?

La motivation : rechercher ce qui motive le patient, le niveau de motivation (de 0 à 10).

La confiance dans la capacité à arrêter (de 0 à 10).

Les craintes à l'arrêt (en particulier la prise de poids maximale tolérée).

Les co-consommations : évaluer la consommation d'alcool, de cannabis.

Les comorbidités anxieuses et dépressives : évaluation par l'échelle HAD (par exemple).

Le déroulement de la consultation :

Débuter l'entretien :

- > La consultation initiale est essentielle pour construire l'alliance thérapeutique.
- > Le style motivationnel doit être présent d'emblée.
- > L'accueil : empathie, questions ouvertes : qu'est-ce qui vous amène aujourd'hui en consultation de tabacologie ? Que puis-je faire pour vous aider ?

Poursuivre la consultation et pratiquer l'évaluation initiale :

- > Prendre le temps de **laisser le patient s'exprimer**, de commenter ses propres réponses.
- > **Compléter** éventuellement par d'autres questions selon les orientations fournies par le patient et ce qu'il accepte de livrer.
- > **S'assurer de la bonne compréhension** des réponses (reformuler si besoin).

Conclure la consultation initiale :

- > **Prendre acte** de ce qui ressort de l'entretien : résumer, vérifier que le patient est d'accord avec votre résumé.
- > Si le patient est prêt à arrêter/réduire : initier, si besoin, **un traitement pharmacologique**, fixer une date pour le début du traitement et une date pour l'arrêt / la réduction du tabac, parler des aspects pratiques du traitement. Envisager les changements nécessaires des habitudes quotidiennes.
- > Si le patient n'est pas prêt à arrêter, en prendre acte, par exemple : « J'ai entendu que votre objectif est d'arrêter de fumer mais qu'un peu de temps vous sera nécessaire pour vous y préparer ».

Dans tous les cas proposer un deuxième rendez-vous.



LA CONSULTATION DE SUIVI

La consommation :

- > Évolution de la consommation depuis la dernière consultation.
- > Objectif atteint ?
- > Les faux-pas éventuels.

Le traitement :

- > Date de début, posologie, observance.
- > Si **TNS rechercher** : les signes de sous-dosage ou de surdosage, la tolérance locale des patchs et des formes orales, les autres effets secondaires (sommeil...).
- > Si **varécloline rechercher** : les effets secondaires, notamment, les nausées (rappel sur la prise des comprimés pendant les repas et de l'évolution généralement favorable avec la poursuite du traitement), les insomnies et les cauchemars. La réduction de la posologie est possible.
- > Si **bupropion rechercher** : les effets secondaires, qui sont principalement les insomnies. La réduction de la posologie est possible.

Les désagréments du sevrage :

- > **Craving** : à rechercher car risque de rechute précoce.
- > **Prise de poids** : recommandation de mise en place d'une activité physique dès la consultation initiale à renouveler si acceptable par le patient.

- > **Insomnies** : peuvent être liées au sevrage et/ou aux traitements (TNS, varécloline, bupropion).
- > Constipation.
- > Syndrome anxio-dépressif.
- > Labilité émotionnelle.
- > Symptômes ORL ou pulmonaires.
- > Aphtes.

Les bénéfiques :

- > **Sentiment de fierté.**
- > **Récupération sur le plan somatique** : souffle, toux, expectorations...
- > **Économies.**

L'accompagnement dans le maintien de l'abstinence :

- > Adapter le traitement si besoin.
- > Ne pas sous estimer les désagréments et tenter d'apporter des solutions.
- > Identifier les situations à risque et les anticiper.
- > Soutenir et encourager.



Consultation hospitalière de tabacologie

CHU MORVAN - Bâtiment 2 bis (sous-sol)

Tél. : 02 29 02 02 02

Mail : tabacologie@chu-brest.fr

PRISE DE RENDEZ-VOUS
EN LIGNE SUR :

Doctolib



L'unité d'addictologie de liaison (UAL) - ELSA

LA CAVALE BLANCHE - Pôle 3, 1^{er} étage

Tél. : 02 98 34 23 48 / Fax : 02 98 34 23 65