



# Arrêt du tabac : Quelle prise en charge pour les substituts nicotiniques ?



**Les études scientifiques\* ont montré que les substituts nicotiniques sont efficaces dans l'aide à arrêt du tabac : ils augmentent les chances de réussir des patients de 50% à 70%.**

Les substituts nicotiniques sont des médicaments à base de nicotine que l'on utilise pour soulager les symptômes liés au manque des fumeurs dont la dépendance à la nicotine est évaluée.

Ils existent sous plusieurs formes : patchs (à diffusion lente) ou formes orales d'action rapide (gommes, pastilles, comprimés à sucer...). Ils contiennent un dosage en nicotine plus ou moins important. Il est recommandé d'associer plusieurs formes pour potentialiser l'efficacité\*\*.

Sources : **Etudes Cochrane**

\* Stead LF, Perera R, Bullen C, Mant D, Hartmann-Boyce J, Cahill K, Lancaster T - Groupe de Revue Principale : Tobacco Addiction Group - 14 novembre 2012

\*\* Lindson N, Chepkin SC, Ye W, Fanshawe TR, Bullen C, Hartmann-Boyce J - Groupe de Revue Principale : Tobacco Addiction Group - 18 avril 2019

## Qui peut prescrire des substituts nicotiniques ?

La loi du 26 janvier 2016 de Modernisation de notre système de santé autorise de nombreux professionnels de santé : **médecins (y compris le médecin du travail), sages-femmes, infirmiers, chirurgiens-dentistes, masseurs-kinésithérapeutes** à prescrire les substituts nicotiniques.

Les **sages-femmes** peuvent aussi les prescrire à l'entourage de la femme enceinte ou accouchée.

Une prescription d'un de ces professionnels est nécessaire pour pouvoir bénéficier d'un remboursement.

## Quel remboursement pour les substituts nicotiniques ?

Depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2019, les substituts nicotiniques sont remboursés à 65 % par l'Assurance Maladie.

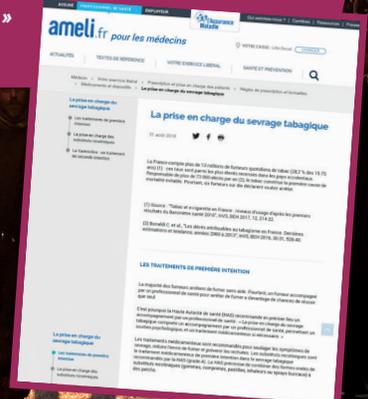
Le reste à charge peut être pris en charge par la mutuelle, la complémentaire santé et la complémentaire santé solidaire.

**Retrouvez la liste des substituts nicotiniques pris en charge par l'Assurance Maladie.**

Pour en savoir plus consulter le site

Recherchez  
« La prise en charge du sevrage tabagique - Ameli »  
sur internet

**ameli.fr**



## Accompagner un patient qui fume vers le sevrage tabagique.

Les substituts nicotiques améliorent les chances d'arrêt chez les fumeurs **dépendants**.  
Le degré de dépendance est à évaluer par le **test de Fagerström**.

### En cas de dépendance physique

L'essentiel pour réussir le sevrage du fumeur dépendant et motivé à l'arrêt est de trouver avec lui, les **formes** et le **dosage** de substituts qui lui conviennent le mieux.

Il est important de calculer le dosage qui rendra le sevrage confortable :

### On considère qu'une cigarette industrielle apporte environ 1 mg de nicotine

Ainsi chez un fumeur d'un paquet par jour, il sera prescrit un patch de 21 mg/24h.

### Après ce dosage initial, il est toujours nécessaire de le réajuster :

- En cas de sous dosage en nicotine, les signes de manque perdurent (irritabilité, trouble de l'humeur, fringale, trouble de la concentration...). C'est un facteur de rechute non négligeable.
- En cas de surdosage en nicotine, des nausées et des céphalées peuvent apparaître mais elles sont sans conséquences et disparaissent après baisse du dosage.

il est alors judicieux de combiner les deux formes de substituts nicotiques : **patch et forme orale pour ajuster la dose.**

| STATUT TABAGIQUE ET TNS : PATCHS EN MG / FORMES ORALES (FO) |               |               |               |                    |                            |
|---|---------------|---------------|---------------|--------------------|----------------------------|
| Nombre de cig/jour  |               | < 10 cig/j    | 11-20 cig/j   | 21-30 cig/j        | > 30 cig/j                 |
| Délai entre le lever et la première cigarette               | > 60 minutes  | Rien / FO     | 10 ou 14 / FO | 15 ou 21 / FO      | 25 ou (14+21) / FO         |
|   | 30-60 minutes | Rien / FO     | 10 ou 14 / FO | 15 ou 21 / FO      | 25 ou (14+21) / FO         |
|   | 5-30 minutes  | 10 ou 14 / FO | 15 ou 21 / FO | 25 ou (14+21) / FO | 25 ou (14+21) / FO         |
|   | 0-5 minutes   | 10 ou 14 / FO | 15 ou 21 / FO | 25 ou (14+21) / FO | 25 + 10 ou (14+21+14) / FO |

Posologie des TNS selon le nombre de cigarettes fumées - Premiers gestes en tabacologie - RESPADD

### En cas d'absence de dépendance physique

Si le résultat est nul ou faible, la substitution nicotinique **n'est pas justifiée**. L'addiction au tabac relève aussi de la dépendance comportementale et/ou psychologique chez certains fumeurs. Il est donc recommandé, lors d'entretiens de suivi, d'investir ces autres dépendances liées aux habitudes de consommation de tabac.

### ÉVALUATION DE LA DÉPENDANCE CHIMIQUE À LA NICOTINE : QUESTIONNAIRE DE FAGERSTRÖM

|  |                              |   |
|--|------------------------------|---|
| Combien de temps après votre réveil fumez-vous votre première cigarette ?                        | Dans les 5 premières minutes | 3 |
|  | Entre 6 et 30 minutes        | 2 |
|  | Entre 31 et 60 minutes       | 1 |
|  | Après 60 minutes             | 0 |
| Trouvez-vous difficile de vous abstenir de fumer dans les endroits où c'est interdit ?           | Oui                          | 1 |
|  | Non                          | 0 |
| À quelle cigarette de la journée renoncerez-vous le plus difficilement ?                         | La première le matin         | 1 |
|  | N'importe quelle autre       | 0 |
| Combien de cigarettes fumez-vous par jour en moyenne ?   | 10 ou moins                  | 0 |
|  | 11 à 20                      | 1 |
|  | 21 à 30                      | 2 |
|  | 31 ou plus                   | 3 |
| Fumez-vous à un rythme plus soutenu le matin que l'après-midi ?                                  | Oui                          | 1 |
|  | Non                          | 0 |
| Fumez-vous lorsque vous êtes malade, au point de devoir rester au lit presque toute la journée ? | Oui                          | 1 |
|  | Non                          | 0 |
| Total  |                              | 0 |

### DE FAÇON GÉNÉRALE, VOICI COMMENT INTERPRÉTER LE SCORE OBTENU PAR VOTRE PATIENT :

#### SCORE DE 0 À 2 :

Le sujet n'est pas dépendant à la nicotine. Il peut arrêter de fumer sans avoir recours à des substituts nicotiques. Si toutefois le sujet redoute l'arrêt, vous pouvez lui apporter des conseils utiles de type comportementaux (jeter les cendriers, boire un verre d'eau...). Vous pouvez également lui conseiller d'appeler Tabac Info Service au 39 89.

#### SCORE DE 3 À 4 :

Le sujet est faiblement dépendant à la nicotine. Il peut arrêter de fumer sans avoir recours à un substitut. Le sujet est faiblement dépendant à la nicotine. Il peut arrêter de fumer sans avoir recours à un substitut. En cas de manque ou de difficultés passagères (irritabilité, manque, envie très forte...) vous pouvez éventuellement lui conseiller de prendre un substitut nicotinique par voie orale (comprimé à sucer, gomme à mâcher, comprimé sublingual...). Si le sujet redoute l'arrêt, vous pouvez lui conseiller d'appeler Tabac Info Service au 39 89 pour recevoir des conseils et du soutien.

#### SCORE DE 5 À 6 :

Le sujet est moyennement dépendant. L'utilisation des traitements pharmacologiques de substitution nicotinique va augmenter ses chances de réussite. Vos conseils seront utiles pour l'aider à choisir la galénique la plus adaptée à son cas.

#### SCORE DE 7 À 10 :

Le sujet est fortement ou très fortement dépendant à la nicotine. L'utilisation de traitements pharmacologiques est recommandée (traitement nicotinique de substitution ou bupropion LP ou varenicline). Ce traitement doit être utilisé à dose suffisante et adaptée. En cas de difficulté, orienter le patient vers une consultation spécialisée.

Il n'y a aucune contre-indication à prescrire la substitution nicotinique chez la femme enceinte

Pour participer, rendez-vous sur :  
**tabac info service**  
le site + l'appli + le 39 89

Du lundi au samedi de 8h à 20h.

3989

Service gratuit  
+ prix appel