

# PROCOLES DE SOINS

## EQUIPE DE LIAISON ET DE SOINS EN ADDICTOLOGIE (ELSA)



**MISE À JOUR JUIN 2018**

**Objet**

Décrire les modalités de substitution nicotinique à destination des patients hospitalisés permettant aux services d'hospitalisation d'initier la démarche.

**Destinataire(s) / Domaine d'application(s)**

Le protocole s'adresse à tout patient fumeur de tabac, hospitalisé et volontaire pour recevoir ce traitement. Les professionnels chargés de le mettre en œuvre sont ceux des services dans lequel est hospitalisé le patient : médecins, infirmières (par délégation).

**Informations patient et/ou entourage**

Les conseils suivants sont associés :

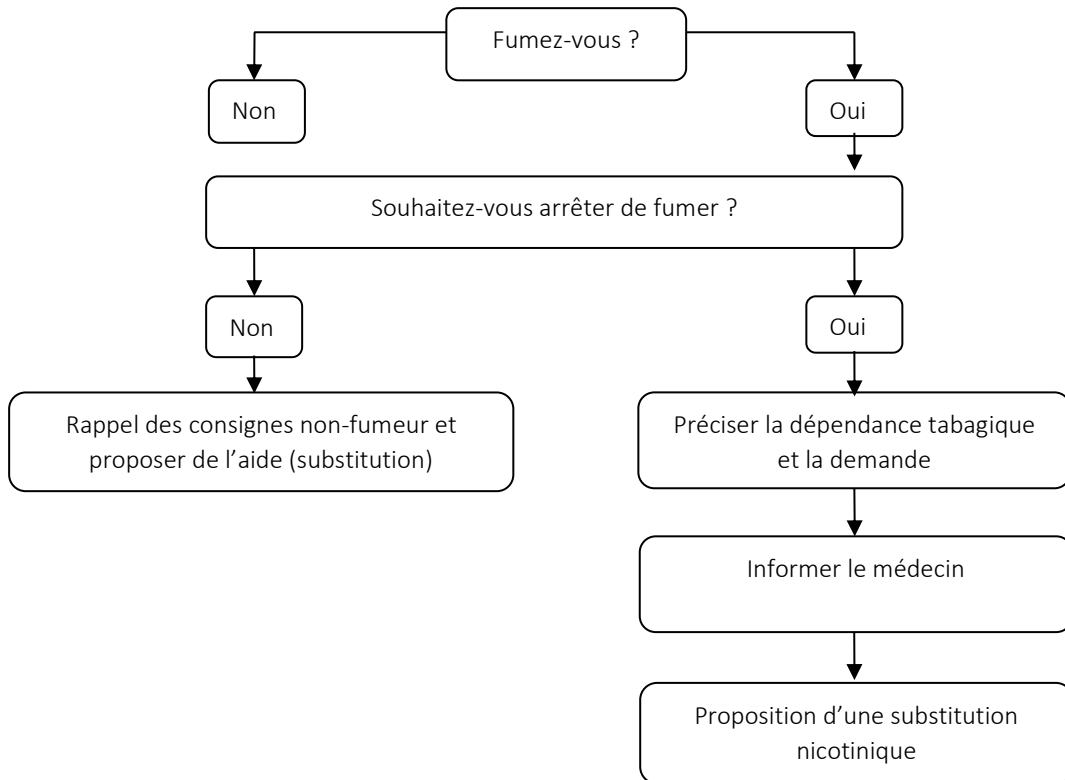
- Explication des différentes dépendance
- Description des signes de surdosage et sous-dosage en nicotine
- Description des envies par conditionnement et comment y répondre
- Explication et conseils pour éviter la prise de poids
- La gestion des tracas des patchs
- Descriptions des bénéfices à l'arrêt du tabac et leur délai de survenue

**Références / Documents liés**

- HAS octobre 2014
- RESPADD Octobre 2017 Prise en charge du fumeur hospitalisé

## Modalités du sevrage

Préalables : repérage et intervention brève (avec les 2 questions) permettant d'obtenir l'accord du patient.



En cas de refus, conseil minimal (comment réduire avec nicotine), information sur le règlement intra hospitalier, possibilité de réévaluation.

Questionnaire de Fagerstrom simplifié		Score	Total patient
Combien de cigarettes / jour ?	31 ou plus	3	
	21 à 30	2	
	11 à 20	1	
	10 ou moins	0	
Dans quel délai après votre réveil fumez-vous votre 1 <sup>ère</sup> cigarette ?	Dans les 5 min	3	
	De 6 à 30 min	2	
	De 31 à 60 min	1	
	Après 1 heure	0	
<b>Score total de Fagerstrom simplifié</b>			

►► LA TITRATION DE LA NICOTINE EST REPRODUITE DANS LE TABLEAU SUIVANT :

Score	TRAITEMENT
1	FO ou Patch 14 +/- FO
2	Patch 14 ou Patch 21 +/- FO
3	Patch 14 +/- FO ou Patch 21 +/- FO
4	Patch 21 +/- FO
5	Patch 21 +/- Patch 14 +/- FO
6	

### Les conseils suivants sont associés :

L'association TSN / tabac n'oblige pas à arrêter le traitement par les patchs voire elle indique un sous dosage possible à rectifier en augmentant les doses, elle peut être support à l'amorce du changement

### Cas particulier de la femme enceinte :

- en 2ème intention,
- enlever le patch la nuit (16h/24h)
- éviter les formes orales 2h avant la tétée

### Evaluation à 24-48h :

Le dosage en nicotine est adapté lorsqu'il n'y a ni surdosage ni sous-dosage :

#### ▶▶ LES SIGNES DE SURDOSAGE EN NICOTINE

- Bouche pâteuse,
- Nausées,
- Sensation de malaise,
- Céphalées,
- Palpitations,
- Insomnie sévère,
- Diarrhée,
- ... L'impression d'avoir trop fumé.
  - La diminution des doses permet la disparition des troubles.
  - Les patchs peuvent être coupés avant d'être collés.

#### ▶▶ REACTIONS POSSIBLES AU DEBUT DE LA SUBSTITUTION

- Fatigue,
- Rêves plus fréquents sans cauchemar,
- Troubles du sommeil,
- Rhinite et toux,
- Constipation,
- Aphtes.

#### ▶▶ LES SIGNES DE SOUS-DOSAGE ou SYNDROME DE SEVRAGE

- Irrésistible envie de fumer, ne penser qu'à fumer, fume
- Sentiment d'irritabilité, de tension, de frustration, de nervosité, d'agitation (énergie à revendre),
- Anxiété, humeur dépressive,
- Difficultés de concentration, sentiment d'être à côté de la plaque, somnolence dans la journée,
- Trouble du sommeil la nuit, insomnie,
- Sensation de faim, envie de sucré ++.
  - Un apport suffisant de Nicotine par les substituts réduit le syndrome de sevrage.
  - Reprendre rendez-vous en consultation de tabacologie.

**L'irrésistible envie de fumer est une pulsion « contrôlée » par la dépendance physique**, le besoin physique de nicotine. Les substituts nicotiniques répondent activement et rapidement aux pulsions à fumer.

**L'envie de fumer correspond aussi à une somme d'habitudes personnelles.** Dans ce cas l'envie de fumer disparaît en quelques minutes (5), que vous fumiez ou non. Alors faites quelques choses d'autres !! Les occupations sont vastes et variées, soyez créatifs !

**Pour vous aider :**

- Limiter la consommation de café,
- Eviter l'alcool,
- Boire beaucoup d'eau,
- Faites de l'exercice !, marcher, prendre l'air ...
- Ajouter des fibres à votre alimentation (fruits crus, légumes, céréales complètes)
- Sucrer des bonbons sans sucre,
- Multiplier les occasions de prendre soin de vous !