

CAS 1



< 5 - 6  
cigarettes par jours

Mme Léa ARREDUTABA  
Infirmière Diplômée d'Etat  
05 56 56 56 56  
33 rue la Liberté, 99000 Coreadd

N° RPPS



Mme X, 14 septembre 2020

**3 à 10 pastilles nicotiques sublinguales  
2mg par jour**

*Idéalement AVANT chaque moment habituel de consommation de tabac (ex dès le réveil, avant la fin du repas, avant la sortie du travail...)*

Toujours avoir une plaquette sur soi !

qsp\* : 28 jours

**1.** Expliquer l'intérêt d'éviter de ressentir l'envie de fumer (craving).

**2.** Rappeler les conseils simples de gestion du craving (respirer profondément, boire un grand verre d'eau, changer d'activité, réduire le café, attendre car l'envie passe en quelques minutes sous traitement...).

**3.** Annoncer l'absence d'addiction avec les substituts nicotiques cutanés.

qsp\* : quantité suffisante pour

CAS 2



5 à 15  
cigarettes par jours

Mme Léa ARREDUTABA  
Infirmière Diplômée d'Etat  
05 56 56 56 56  
33 rue la Liberté, 99000 Coreadd

N° RPPS



M. X, 14 septembre 2020

**1 patch nicotinique 10 à 15 mg/16h** si pas d'envie de fumer dans l'heure suivant le réveil  
**ou**

**1 patch nicotinique 14 à 21 mg/24h** si envie de fumer dans l'heure suivant le réveil

*À positionner en changeant de localisation chaque jour : omoplates (droit-gauche) puis hanches (droit-gauche) pour éviter des irritations.*

qsp : 28 jours

**1.** Ajouter un film adhésif si le patch se décolle (sueurs, pilosité, mouvements).

**2.** Annoncer la durée minimale de traitement de 3 à 6 mois selon l'ancienneté du tabagisme.

**3.** Proposer une réduction progressive du tabagisme sous patch et rassurer : on peut «fumer avec des patchs».

**+ commentaires du CAS 1**

CAS 3



15 à 20  
cigarettes par jours

Mme Léa ARREDUTABA  
Infirmière Diplômée d'Etat  
05 56 56 56 56  
33 rue la Liberté, 99000 Coreadd

N° RPPS



Mme X, 14 septembre 2020

**1 patch nicotinique 21 à 25 mg/16h** si pas d'envie de fumer dans l'heure suivant le réveil  
**ou**

**1 patch nicotinique 21 mg/24h** si envie de fumer dans l'heure suivant le réveil

qsp : 28 jours

**1.** Revoir à 8 jours et moduler le dosage le cas échéant : augmenter si craving persistant (envie, irritabilité, fringales). Réduire si symptômes de surdosage (nausées, tachycardie, diarrhées, vertiges, insomnies).

**2.** Des substituts oraux peuvent être ajoutés si besoin.

**3.** Annoncer la nécessité d'un suivi régulier (lien avec médecin traitant), idéalement tous les 8 à 15 jours jusqu'à sevrage total, puis espacer.

**+ commentaires du CAS 1 & 2**

CAS 4



> 20  
cigarettes par jours

Mme Léa ARREDUTABA  
Infirmière Diplômée d'Etat  
05 56 56 56 56  
33 rue la Liberté, 99000 Coreadd

N° RPPS



M. X, 14 septembre 2020

**1 patch nicotinique 21 à 25 mg/24h** si envie de fumer dans l'heure suivant le réveil  
**ou**

**1 patch nicotinique 25mg/16h**, si troubles du sommeil

**et**  
**3 à 10 pastilles nicotiques sublinguales  
2mg par jour**

qsp : 28 jours

**1.** Prévoir, si craving persistant malgré la bi-thérapie cutanée et orale, d'ajouter un second patch moyen (puis fort dosage si utile).

**2.** Donner les conseils d'auto-gestion du traitement de substitution en fonction du craving, du sommeil ...

**3.** Rassurer : même si 2 patchs sont prescrits, il peut cesser de fumer progressivement (sur 4 à 6 semaines généralement).

**+ commentaires du CAS 1,2 & 3**

# FOCUS SUR LES FEMMES ENCEINTES



En cours de grossesse et d'allaitement, toutes les mesures destinées à éviter le tabagisme actif ou passif de la femme et de son enfant sont souhaitables.



Les substituts nicotiques sont conseillés pendant la **grossesse** (quel que soit le terme) et durant l'**allaitement**, si l'accompagnement non médicamenteux n'est pas satisfaisant.

Et malgré ce pictogramme, remis en cause par le CRAT<sup>1</sup>.



Pour les femmes enceintes, préférez les patches sur 16h sauf en cas de besoin de fumer moins d'une heure après le réveil.

Le Bupropion et la Varénicline sont contre-indiqués pendant la grossesse.



<sup>1</sup>CRAT : Centre de Référence sur les Agents Tératogènes

## ALLAITEMENT

Le patch est autorisé. Si la femme prend des traitements oraux (pastilles, gommes, comprimés) il est conseillé de les prendre après la tétée car la nicotine passe dans le lait.

## CIGARETTE ÉLECTRONIQUE

Son usage est déconseillé par l'OMS<sup>2</sup> pendant la grossesse. Si la femme enceinte utilise la e-cigarette :

- Déconseiller le voltage maximal (production de toxiques).
- Éviter de vapoter avec un réservoir vide (production de toxiques).
- Expliquer les risques du vapo-tabagisme sur la durée.
- Alerter sur la présence d'alcool dans certains E-liquides.
- Conseiller des recharges avec une norme CE.

**NB** : Les sages-femmes bénéficient d'un élargissement de leurs droits de prescription à l'entourage de la femme enceinte ou des accouchées.

<sup>2</sup>OMS : Organisation Mondiale de la Santé



Pour tout renseignement sur le **CRAG Centre Ressources Addictions et Grossesse** :  
Gaëlle Dreveau, sage-femme, Chargée de projet

**COREADD NA**  
06 33 64 03 61  
gaelle.dreveau@coreadd.com

[www.alcool-grossesse.com](http://www.alcool-grossesse.com)



Le projet **L.A.S.T Tabac** propose de vous initier à l'accompagnement de vos patients fumeurs de tabac.

1

Je m'inscris en ligne sur  
[www.last-na.fr](http://www.last-na.fr)

2

J'accède aux formations, outils et ressources :  
**kit et Mon Compte L.A.S.T**

3

Je mets en avant l'**affiche L.A.S.T** pour que mes patients connaissent l'aide que je peux leur apporter.

**Avec vous, ils ont 10 fois plus de chance d'arrêter !**

[www.last-na.fr](http://www.last-na.fr)  
[contact@last-na.fr](mailto:contact@last-na.fr)  
06 07 02 45 40

## COORDONNÉES COREADD NA

### Pôle Aquitaine Nord

[contact.aquitainenord@coreadd.com](mailto:contact.aquitainenord@coreadd.com)  
05 56 51 56 51

### Pôle Aquitaine Sud

[contact.aquitainesud@coreadd.com](mailto:contact.aquitainesud@coreadd.com)  
06 74 89 26 64

### Pôle Limousin

[contact.limousin@coreadd.com](mailto:contact.limousin@coreadd.com)  
05 55 05 99 00

[www.addictoclic.com](http://www.addictoclic.com) • [www.addictutos.com](http://www.addictutos.com)

# MÉMO POUR LES PROFESSIONNELLS DE SANTÉ

## REPÈRES SIMPLES POUR LES PRESCRIPTIONS DES TRAITEMENTS NICOTINIQUES DE SUBSTITUTION

## DANS L'ACCOMPAGNEMENT À L'ARRÊT DU TABAC

