

15h00 – Tabac : modalités du sevrage tabagique

B. Dautzenberg, (Paris, France)

..

1 Office Français de prévention du Tabagisme, OFT, Paris, France;

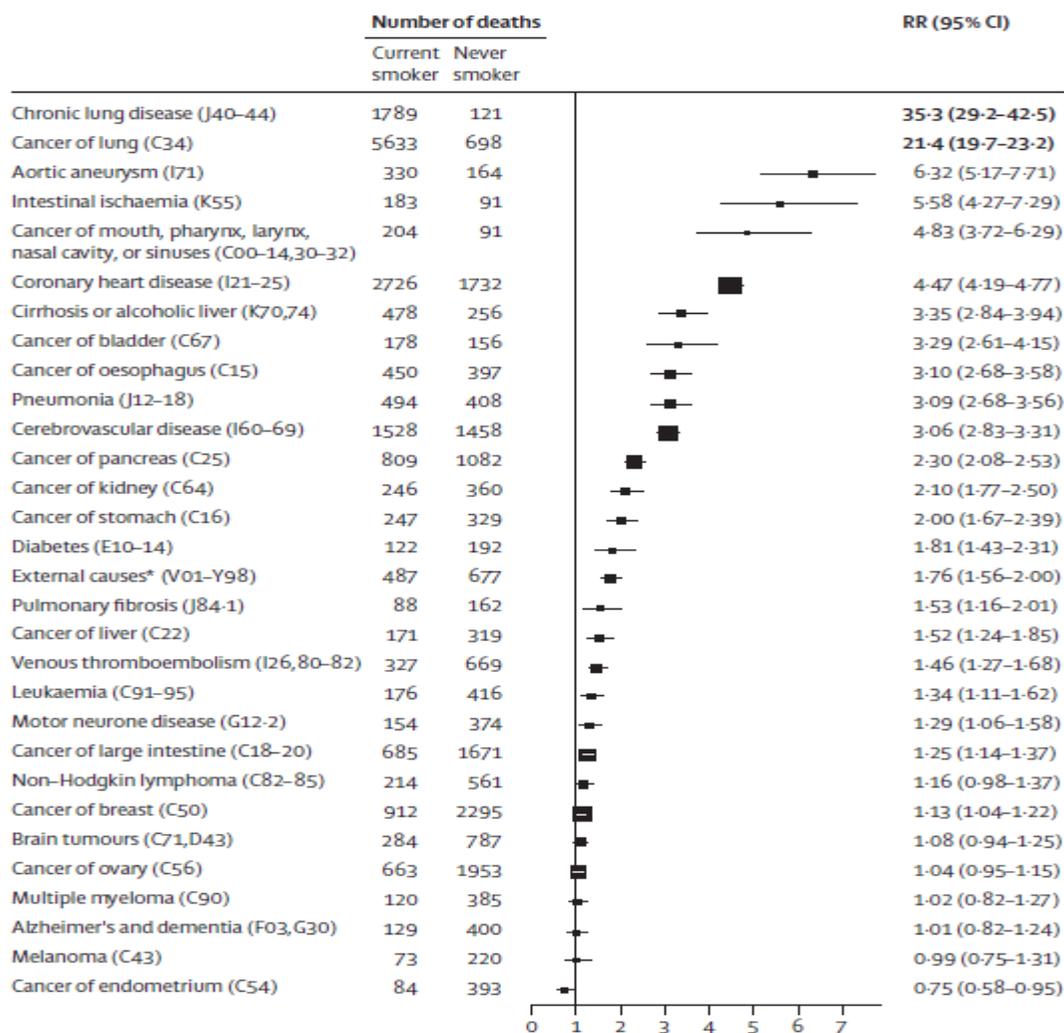
2 Département de pneumologie APHP, CHU Pitié Salpêtrière-Charles Foix, Paris,

3 Université Pierre et Marie Curie, upmc, Paris, France

4 Commission E-cig AFNOR

Le tabac tue la moitié de ses fidèles consommateurs

Etude sur 1 million de femmes 2012



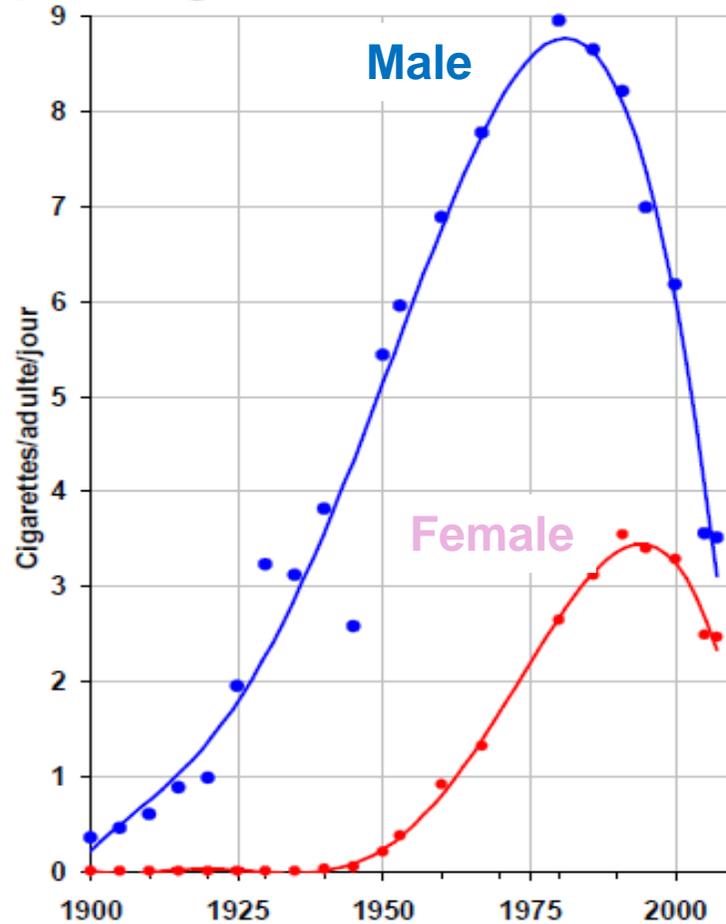
Pirie K et al. Lancet online Oct 27, 2012
[http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736\(12\)61720-6](http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736(12)61720-6)

**Risque significatif
pour 22maladies**

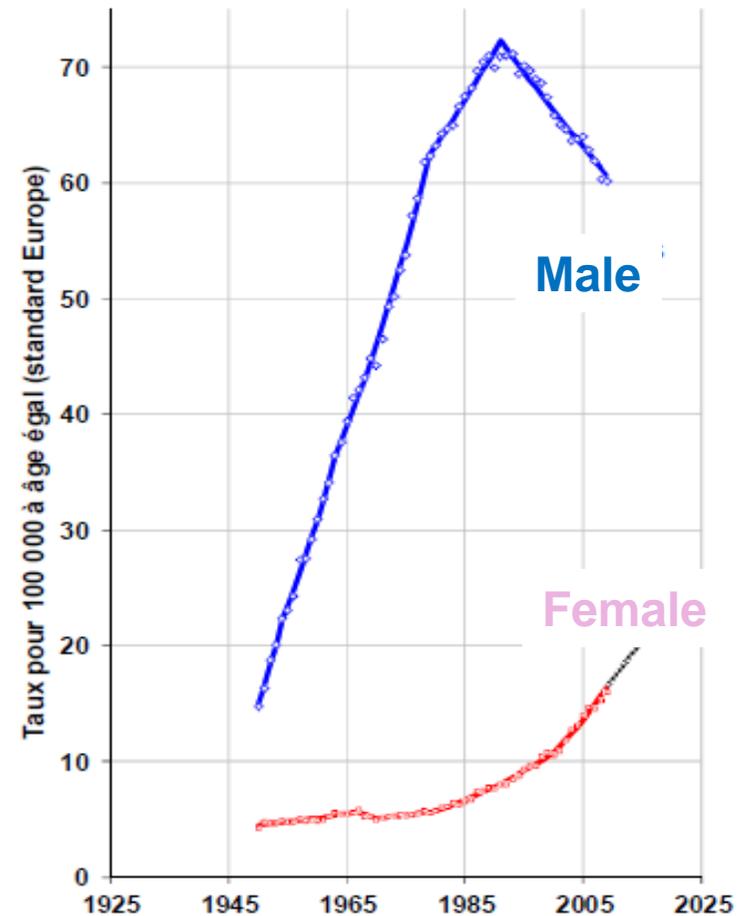
**Comme le cancer :
50% de décès
Un traitement
partiellement efficace
Un risque de rechute**

Pas de meilleure explication que la consommation de tabac pour expliquer l'inversion des courbes du taux de cancer poumon chez les jeunes

IGR Cigarettes manufacturées

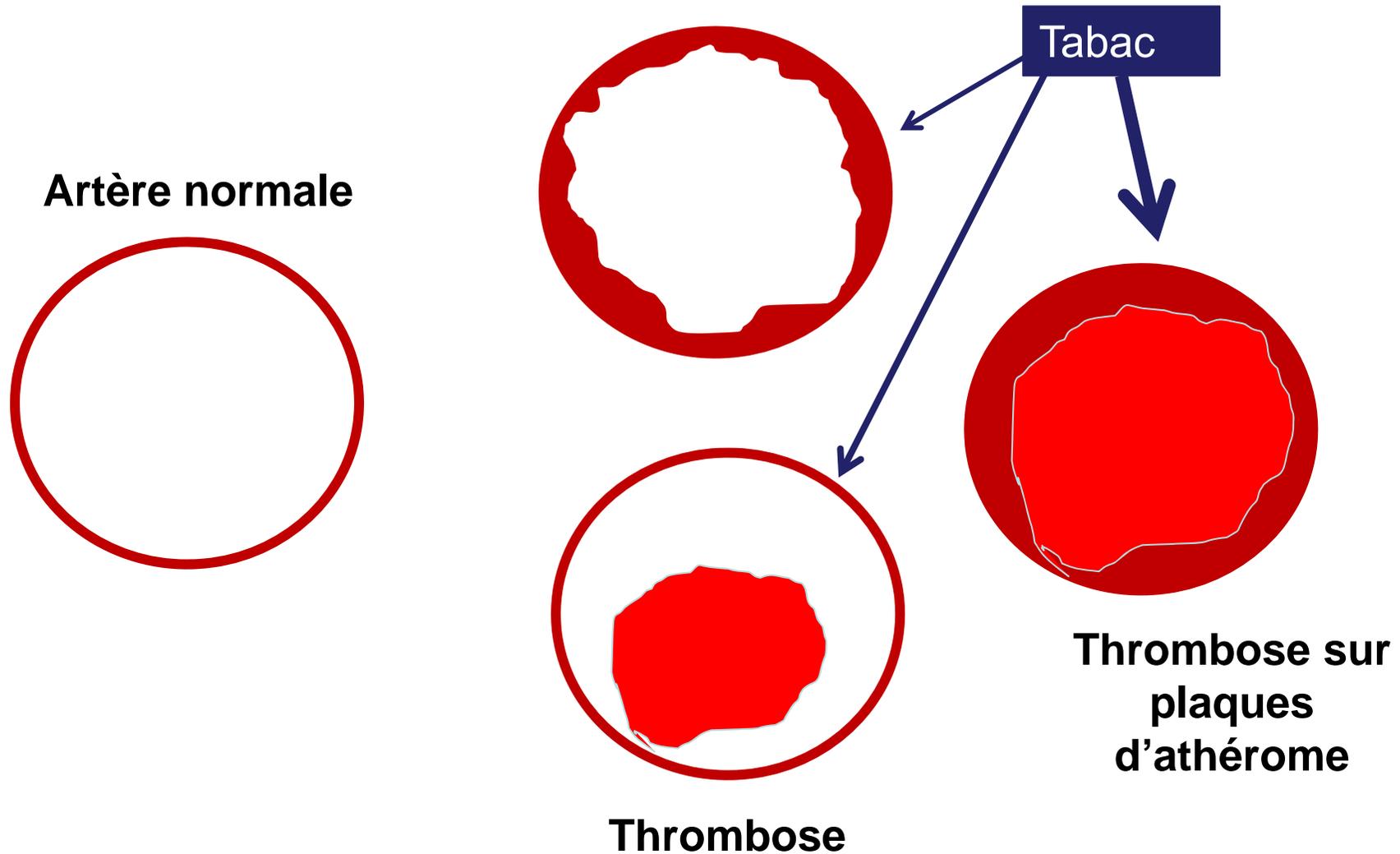


Mortalité par cancer du poumon



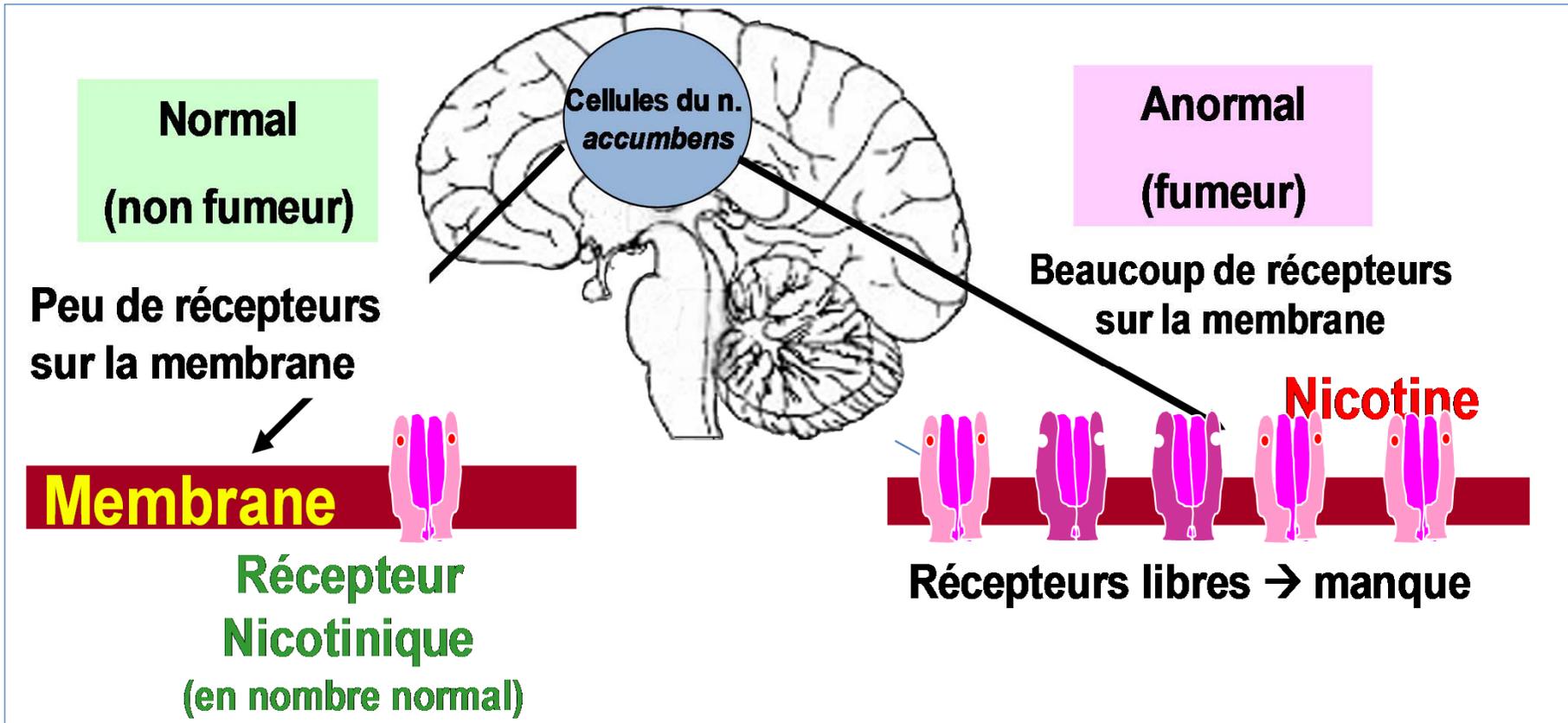
Le tabac ne tue pas que lentement

Risque vasculaire tabac



Les dépendances tabagiques

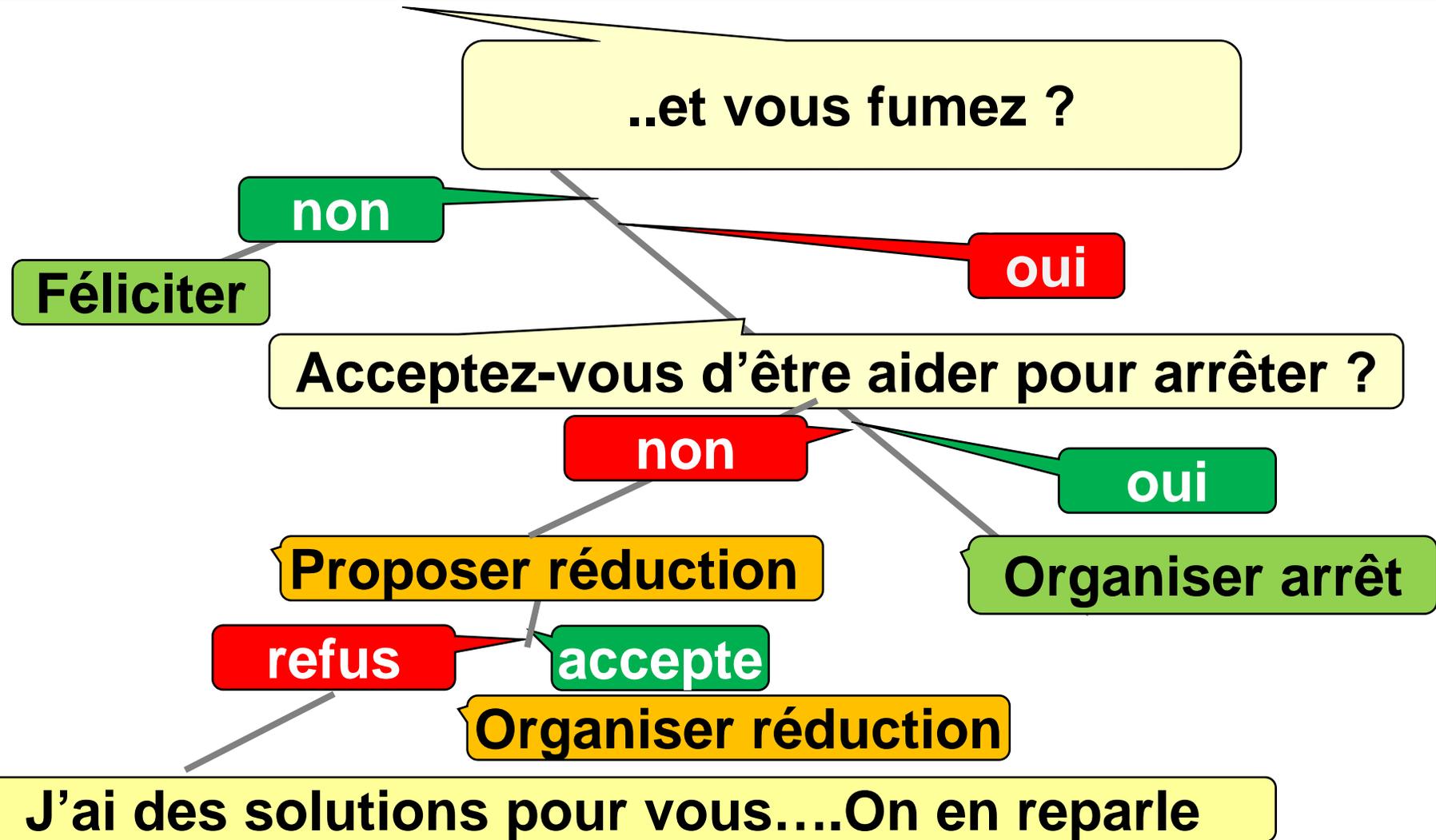
1-Dépendance nicotinique



2- Dépendances comportementales

3- Gestion des émotions

Identifier tous les fumeurs (1/4 à 1/3 des clients des pharmacies)



Test de Fagerström

Source : Fagerström

traduction par les traducteurs officiels de l'OMS; JF Etter + conférence consensus 1998

1. 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



2. Trouvez-vous difficile de s'abstenir de fumer dans les endroits où c'est interdit?

- Oui 1
- Non 0

3. A quelle cigarette de la journée vous sera-t-il le plus difficile de renoncer ?

- La première le matin 1
- N'importe quelle autre 0

4. Combien de cigarettes fumez-vous par jour ?

- 10 ou moins 0
- 11 à 20 1
- 21 à 30 2
- 31 ou plus 3

5. Fumez-vous à un rythme plus soutenu le matin que l'après-midi ?

- Oui 1
- Non 0

6. Fumez-vous lorsque vous êtes malade que vous devez rester au lit presque toute la journée ?

- Oui 1
- Non 0

...dépendant

0-2 pas

3-4 faiblement

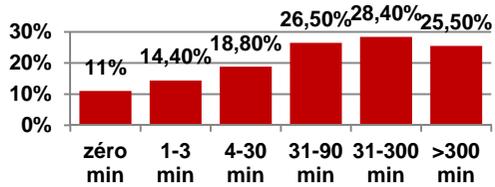
5-6 moyennement

7-10 forte ou très forte

Traitements d'arrêts

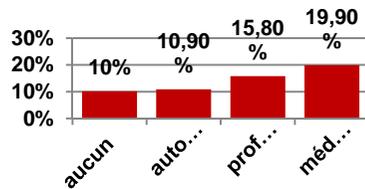
1

Taux d'abstinence estimée en fonction du temps total passé par les professionnels



2

Taux d'abstinence estimé à 6 mois selon le type d'intervenant



Succès de l'arrêt du tabac

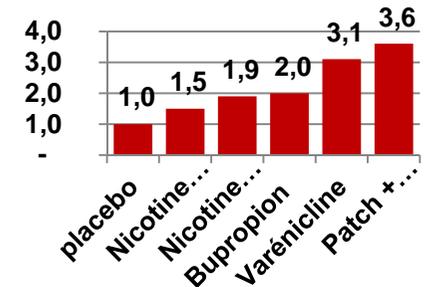
Accompagnement psychologique

Conseil pour l'arrêt

Médicament (s) d'aide à l'arrêt

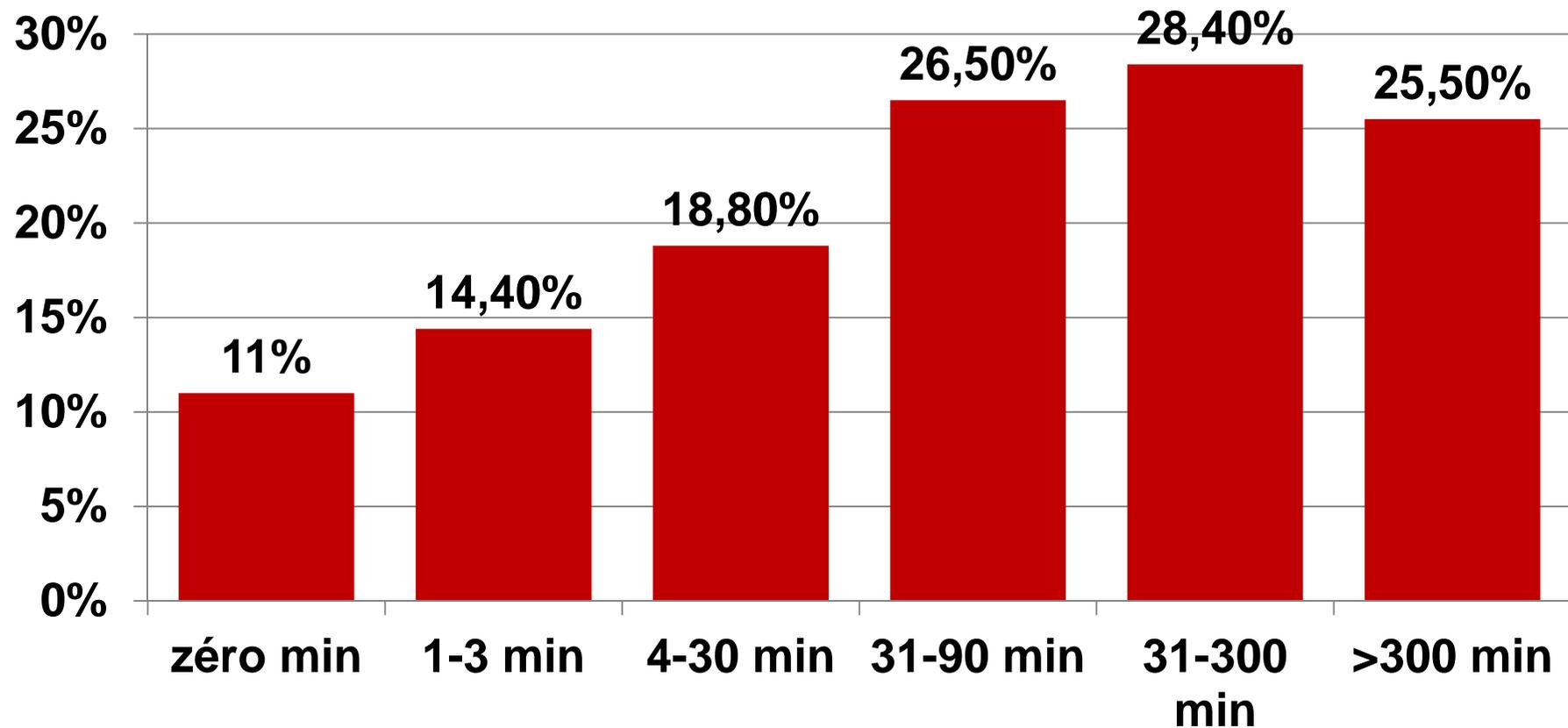
3

OR abstinence à 6 mois/placebo



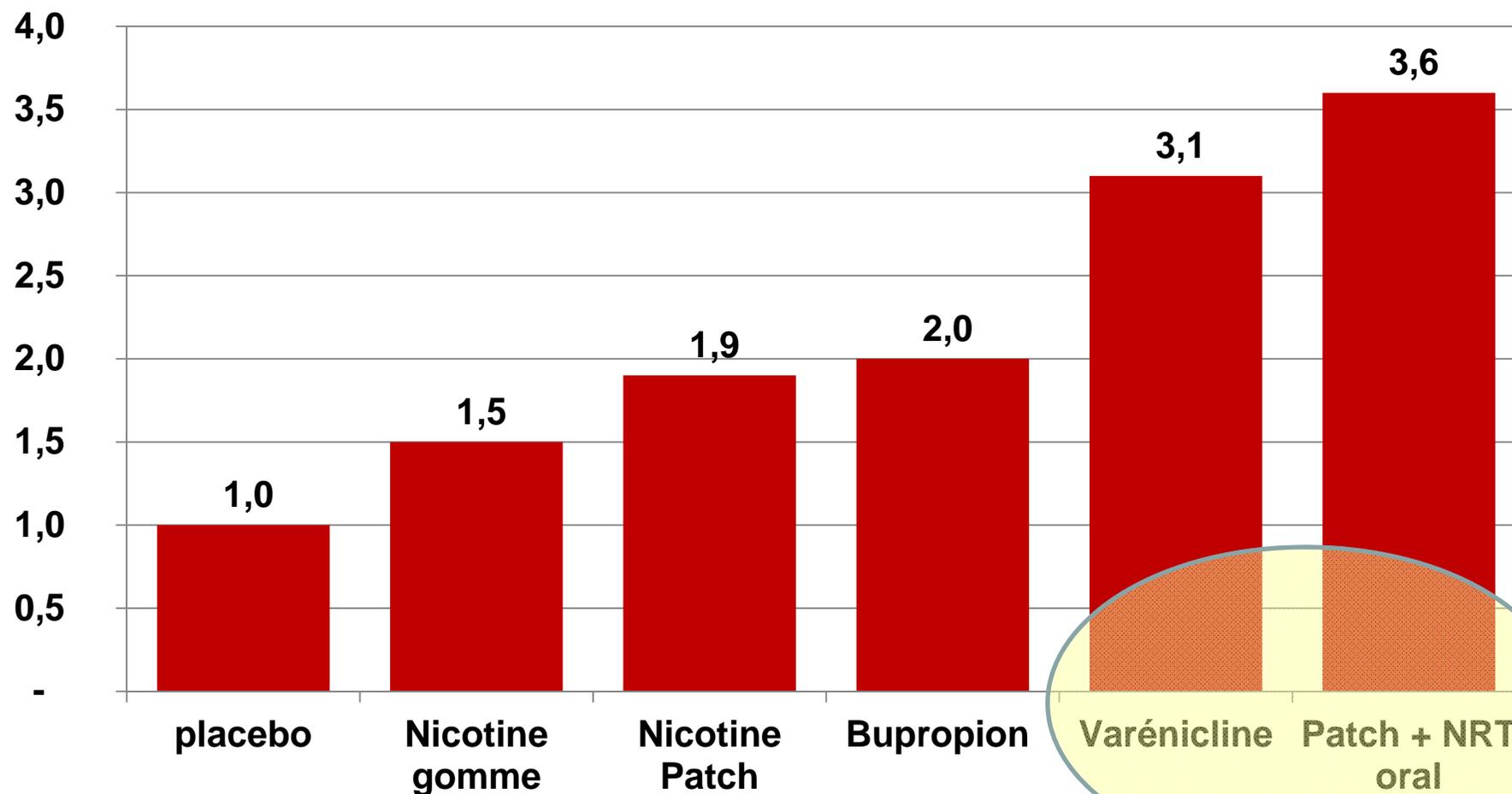
Méta analyse de Fiore 2008

Taux abstinance estimée en fonction du temps total passé par les professionnels



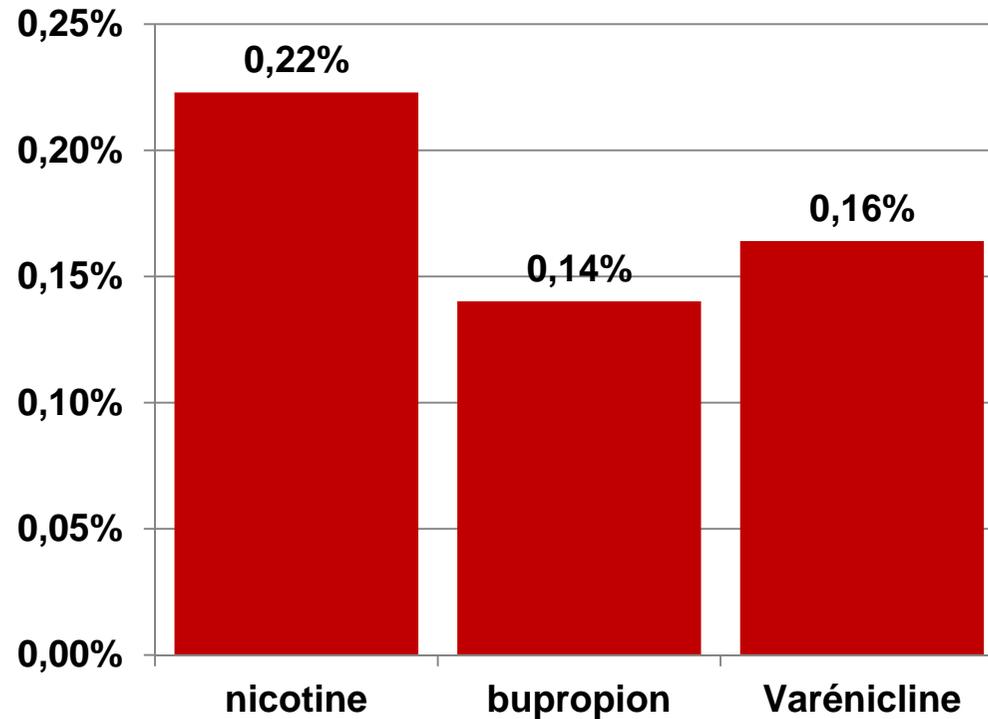
méta analyse de Fiore 2008

OR abstinence à 6 mois/placebo

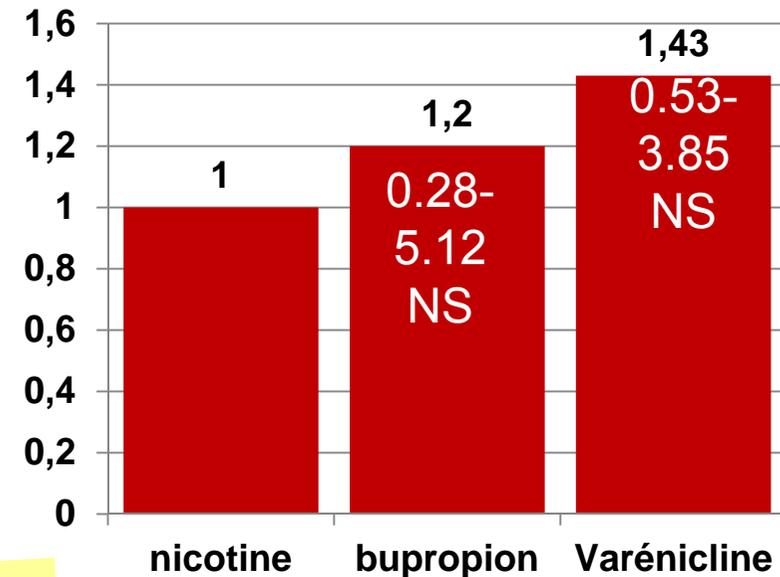


L'arrêt du tabac est bon pour le moral: Tentatives de suicides et suicides chez 80 000 fumeurs qui arrêtent

Risque de suicides ou tentatives sur
> 80 000 arrêts du tabac en UK



Risque tentatives ou suicides
sur > 80 000 arrêts du tabac
en UK après ajustement sur
tous les facteurs de
confusion



Significativement moins de décès sous varénicline !

RESEARCH

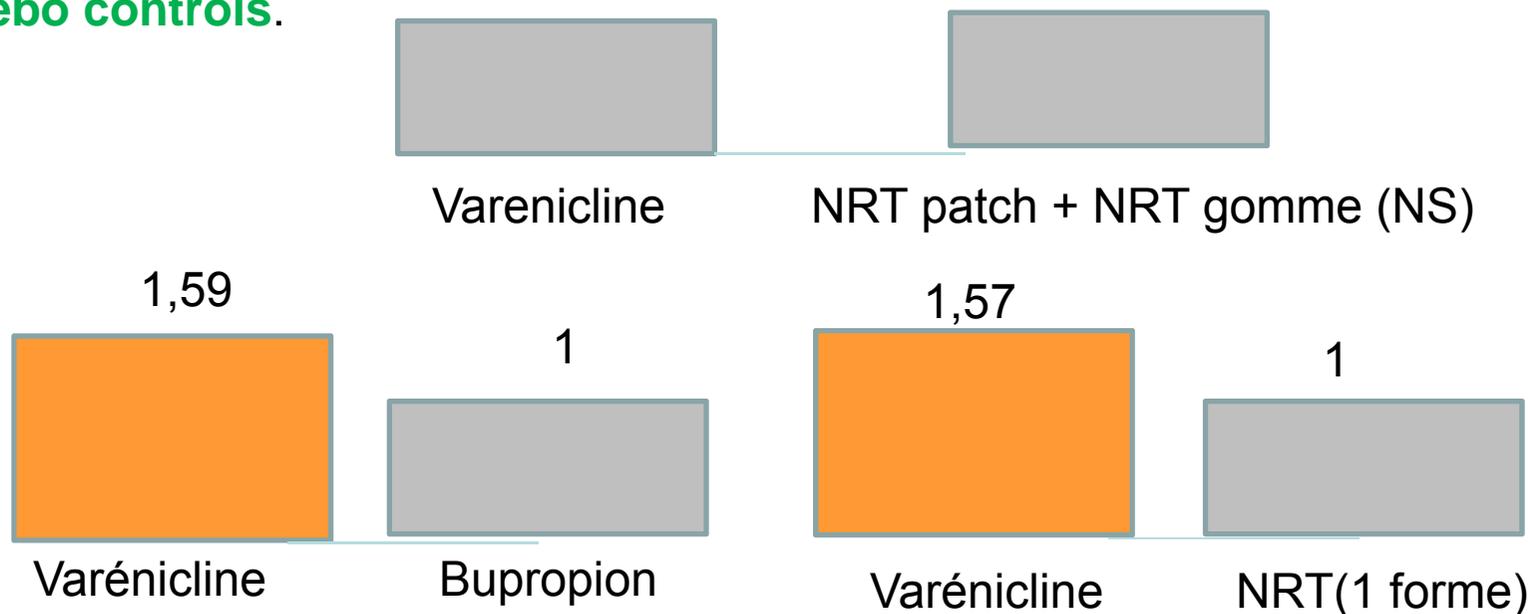
Varenicline and suicidal behaviour: a cohort study based on data from the General Practice Research Database

D Gunnell, professor of epidemiology,¹ D Irvine, pharmacoepidemiologist,² L Wise, senior pharmacoepidemiologist,² C Davies, senior pharmacovigilance assessor,² R M Martin, professor of clinical epidemiology¹

Cochrane 2013

Addiction. 2014 Sep;109(9):1414-25. doi: 10.1111/add.12633. Epub 2014 Jul 4.

Varenicline and combined forms of nicotine replacement therapy (NRT) are associated with higher quit rates than bupropion or single-form NRT (varenicline versus single-form NRT odds ratio (OR) = 1.57, 95% credibility interval (CredI) = 1.29-1.91; versus bupropion OR = 1.59, 95% CredI = 1.29-1.96); **and no evidence of a significant increase in serious adverse events in trial participants randomized to varenicline or bupropion when compared to placebo controls.**

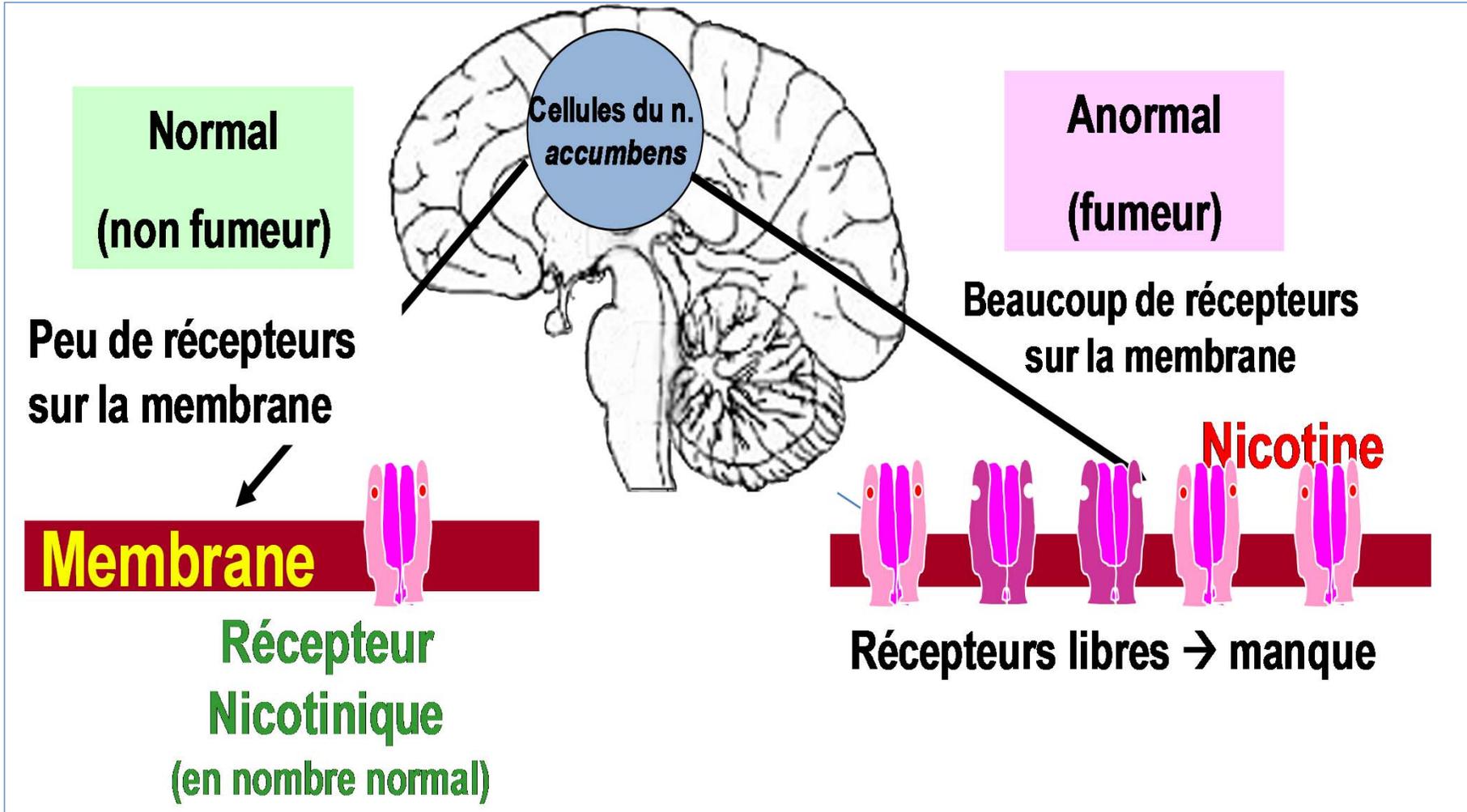


**Pour traiter la maladie mortelle dans 50%
des cas qu'est la dépendance tabagique**

**Patch + substituts oraux et
Varénicline sont les 2 traitements les
plus efficaces et les mieux tolérés.**

**La recommandation HAS 2014 qui place
en premier psychothérapie et seulement
en deuxième intention un NRT est
difficilement explicable.**

Pourquoi on fume : la dépendance



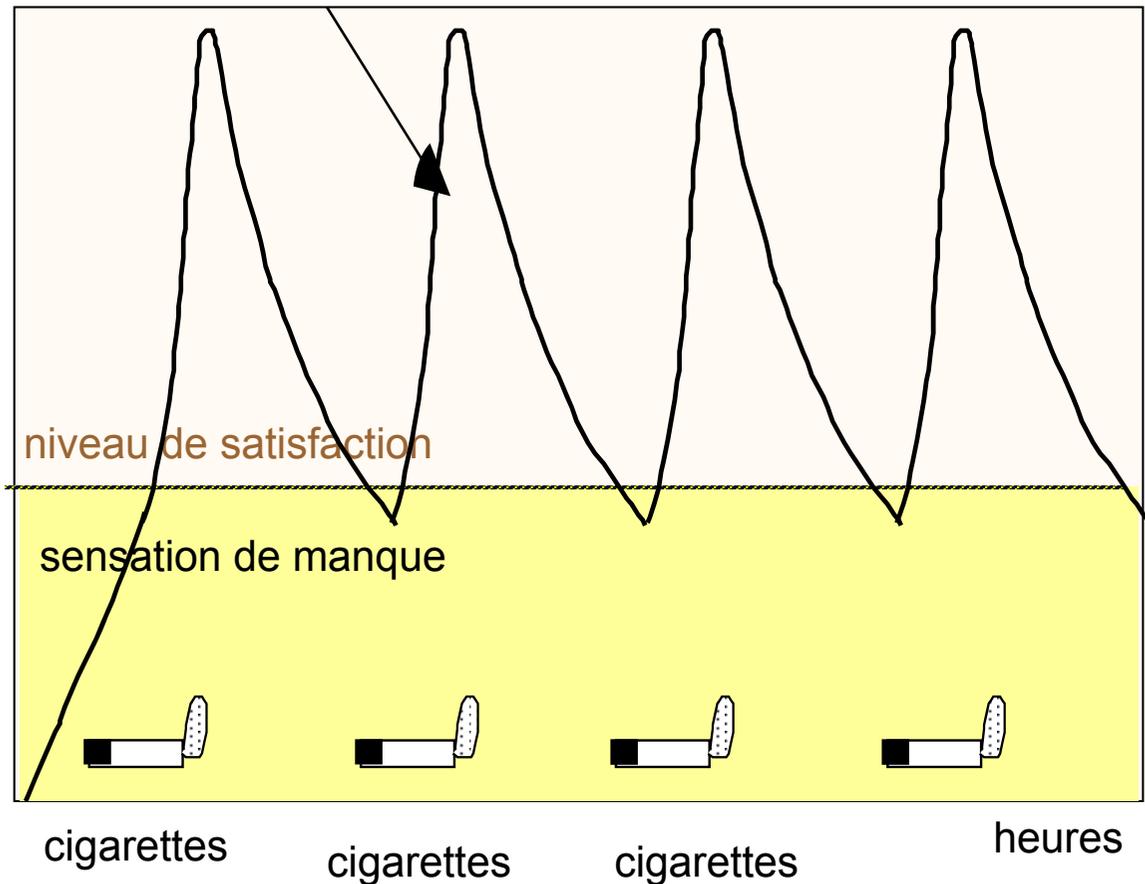
La baisse du taux de nicotine pousse à fumer

Le fumeur fume parfois par plaisir.

Beaucoup de cigarettes sont fumées pour éviter le déplaisir lié au manque de nicotine.

Le comportement est identique à celui d'un sujet dépendant d'une autre drogue quand il est en manque.

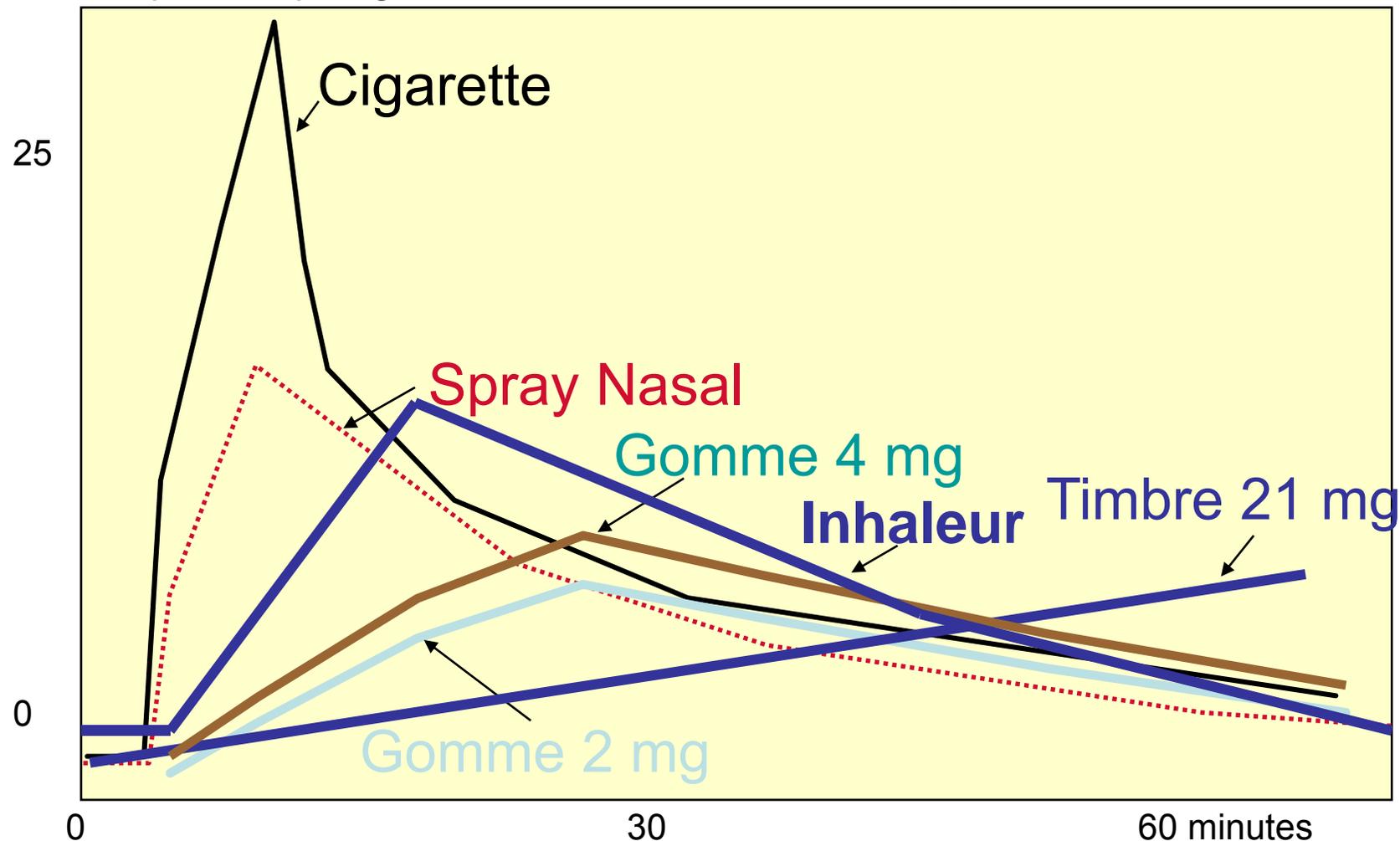
Concentration de nicotine dans le sang



Cinétique de la nicotine

Nicotine plasmatique ng/ml

D'après Russel



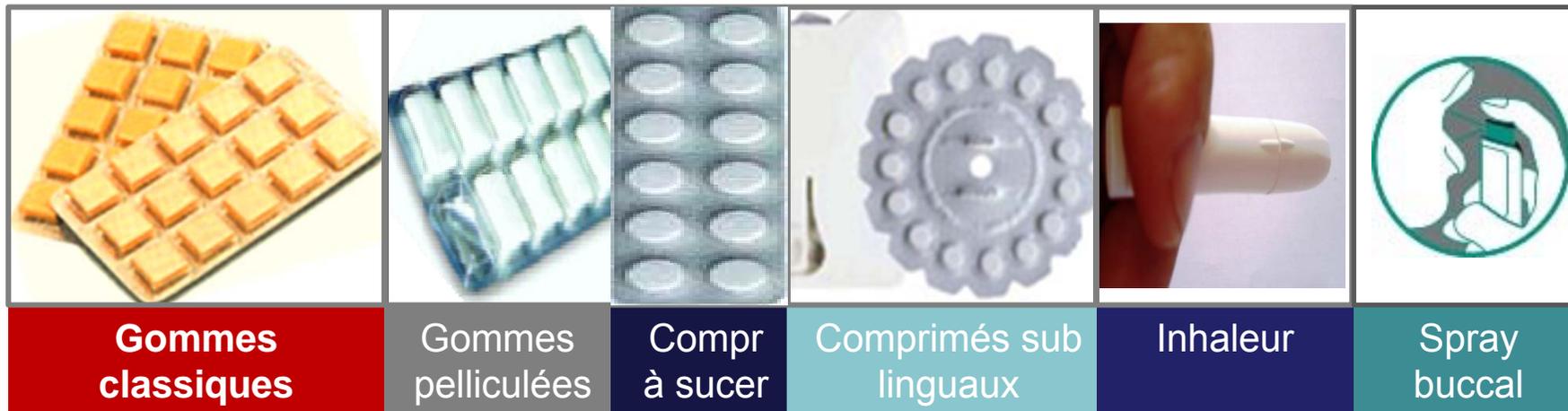
Varénicline (Champix)



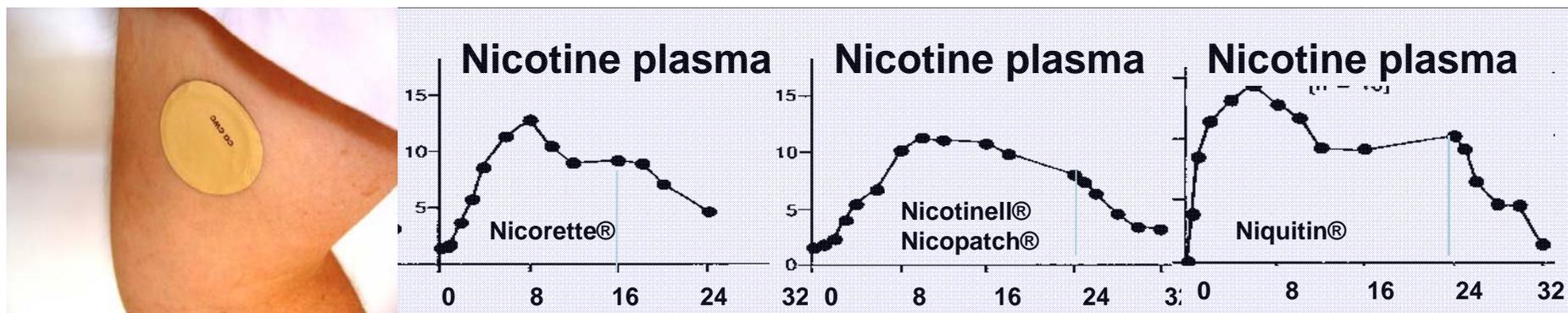
- La varénicline est un agoniste antagoniste des récepteurs alpha 4 bêta 2 de la nicotine

substituts nicotiques disponibles

Formes orales



Patch



Association de substituts nicotiques

Ministère de la santé 2004

BDNT2005-21SUB-020

Fume	<10 cig./jour	10-19 cig./j	20-30 cig./j	> 30 cig. /j
Pas tous les jours	Rien ou forme orale	Rien ou forme orale		
Pas le matin	Rien ou forme orale	Rien ou forme orale	Forme orale	
<60 min après le lever	Rien ou forme orale	Forme orale	Timbre forte dose	Timbre forte dose +/- forme orale
<30 min après le lever		Timbre forte dose	Timbre forte dose +/- forme orale	Timbre forte dose + forme orale
<5 min après le lever		Timbre forte dose +/- forme orale	Timbre forte dose + forme orale	Timbre forte dose + timbre moyenne dose +/- forme orale

Adapter la posologie à chacun

BDNT2005-21SUB-021

- Envie de fumer
- Énervement
- Grignotage

Sur-dosage

Bon
dosage

- Pas d'envie de fumer
- Nausées
- Tachycardie

Sous-dosage

Bupropion: Quand débiter les substituts ?

1  	2  	3  	4  	5  	6  	7  	
8 	9 	10 	11 	12 	13 	14 	
15 	16 	17 	18 	19 	20 	21 	
22 	23 						

Durée du traitement



Schéma classique 12 semaines dont une semaine de croissance progressive



Prolongation 24 semaines en tout



Schéma classique avec décroissance progressive

Même sans motivation

- Il est possible de traiter un cancer,
- Il est possible de traiter un diabète,
- Il est possible de traiter un tabagisme !!!
- Les fumeurs voudraient dans l'immense majorité être non-fumeurs, mais ils ne veulent pas faire l'effort de passer à l'acte.
- C'est aux soignants de lancer la dynamique d'arrêt et de proposer l'arrêt sans effort même à ceux qui ne veulent pas.

Réduction sans motivation

- Mise sous substitution nicotinique (ou varénicline) ou conseil d'une e-cigarette chez un fumeur non motivé
- Par exemple :
- « *Mettez ce patch et fumez comme vous voulez !!!* ».
« *Si vous fumez plus de 6 cigarettes avec le patch mettez un deuxième patch* ».
- « *Quand vous ne fumerez moins 6 cigarettes on analysera les raisons pour lesquelles vous les fumez, et on reparlera d'un éventuel arrêt, mais en attendant ne faites aucun effort pour ne pas fumer quand vous avez envie de fumer* »

Tabagisme péri-opératoire

Si on arrête pas de fumer 3 semaines avant une intervention :

- 3 fois moins de complications de cicatrices
- 3 fois moins de lâchages de sutures digestives
- 3 fois moins de lâchages de sutures vasculaires
- 3 fois moins de retards de consolidation osseuse

→ 2 jours de moins à l'hôpital

→ 2 fois moins de passages en réanimation

Une opération se vit mieux sans tabac

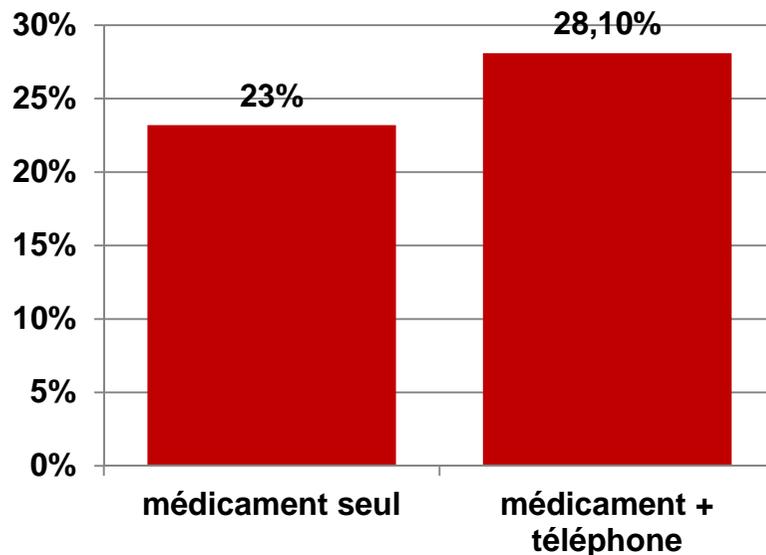
Arrêter de fumer 2 mois avant une opération et jusqu'à la cicatrisation garantit :

- Trois fois moins de complications chirurgicales.
- Deux fois moins de passages en unité de réanimation.
- Un séjour plus court à l'hôpital.

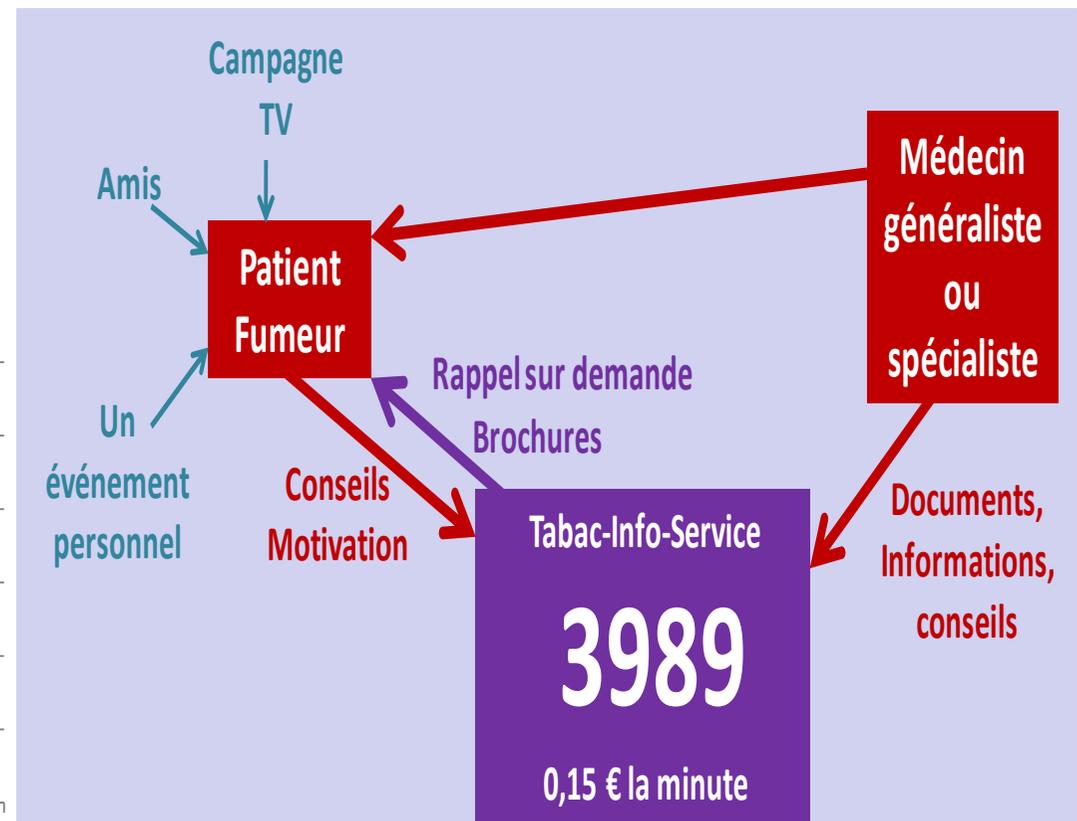
POUR PLUS D'INFORMATION, CONTACTEZ TABAC INFO SERVICE AU 0 825 309 310 ou www.tabac-info-service.fr ou parlez-en à votre médecin.

Ligne téléphonique : Tabac Info Service

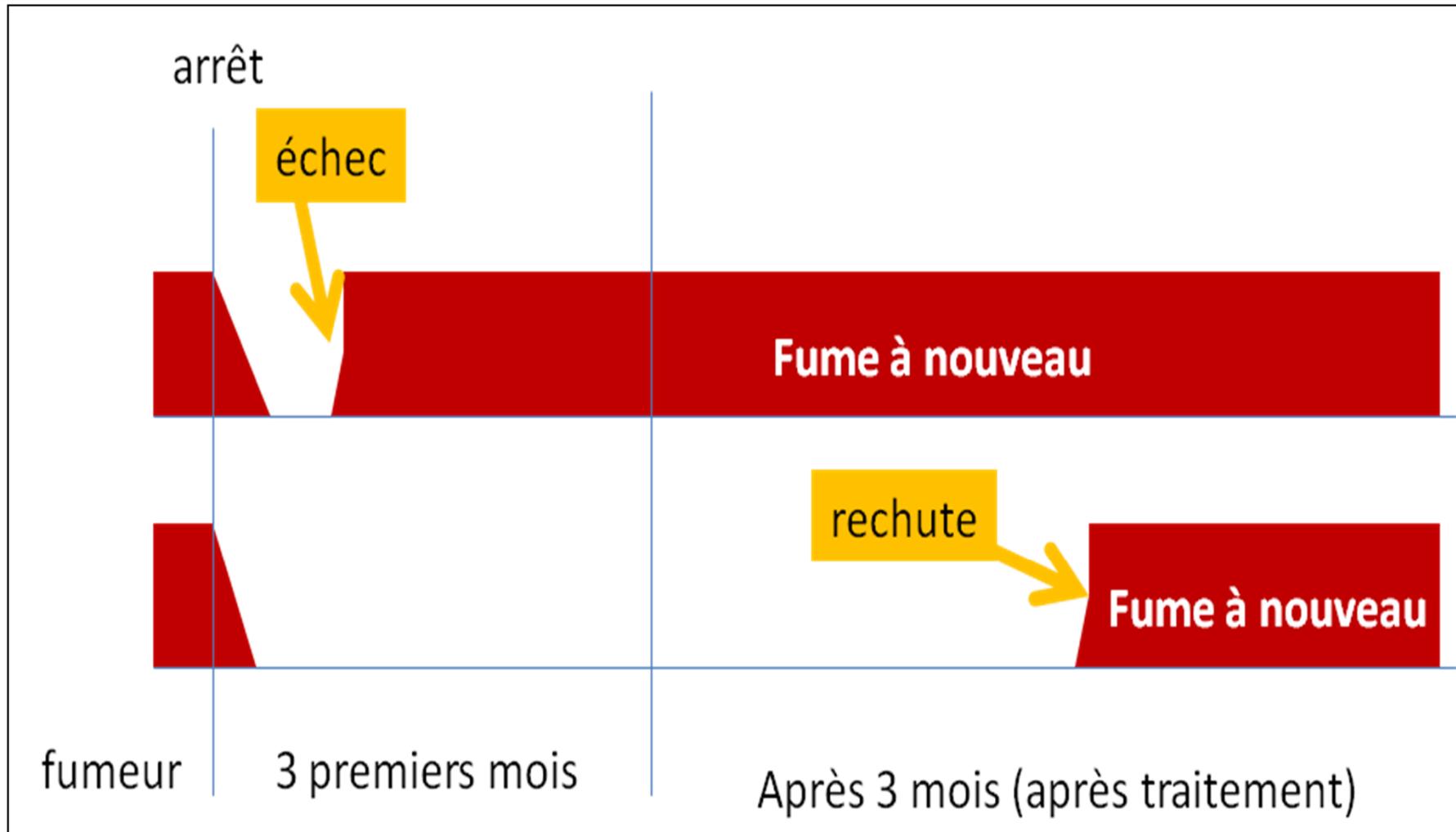
Taux d'abstinence estimé en ajoutant aide téléphonique aux médicaments



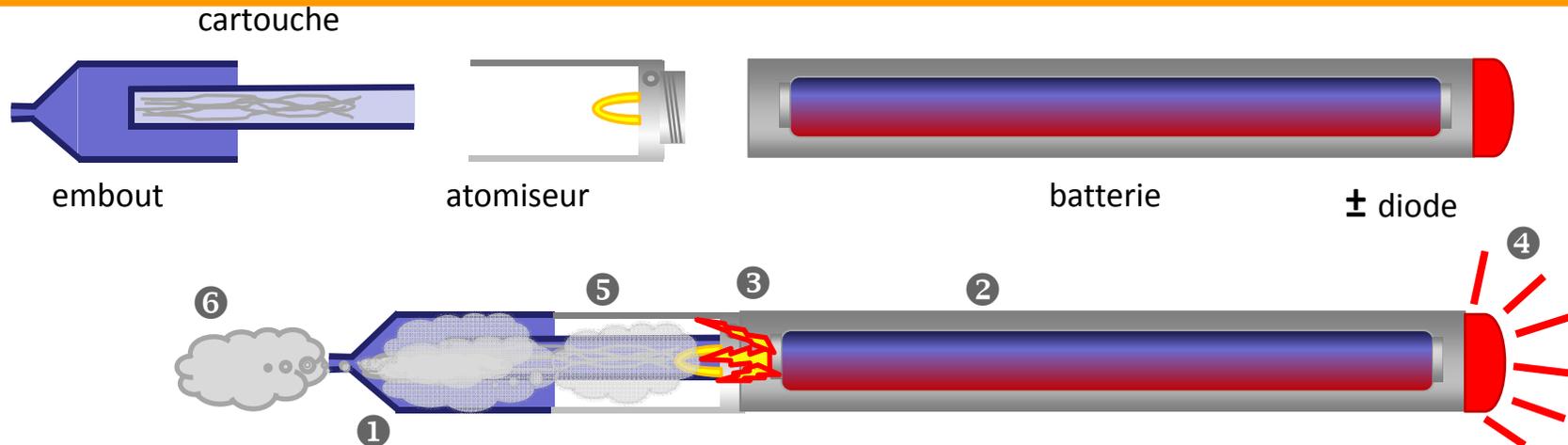
Méta analyse de FIORE



Les reprises et les échecs



Fonctionnement e-cigarette

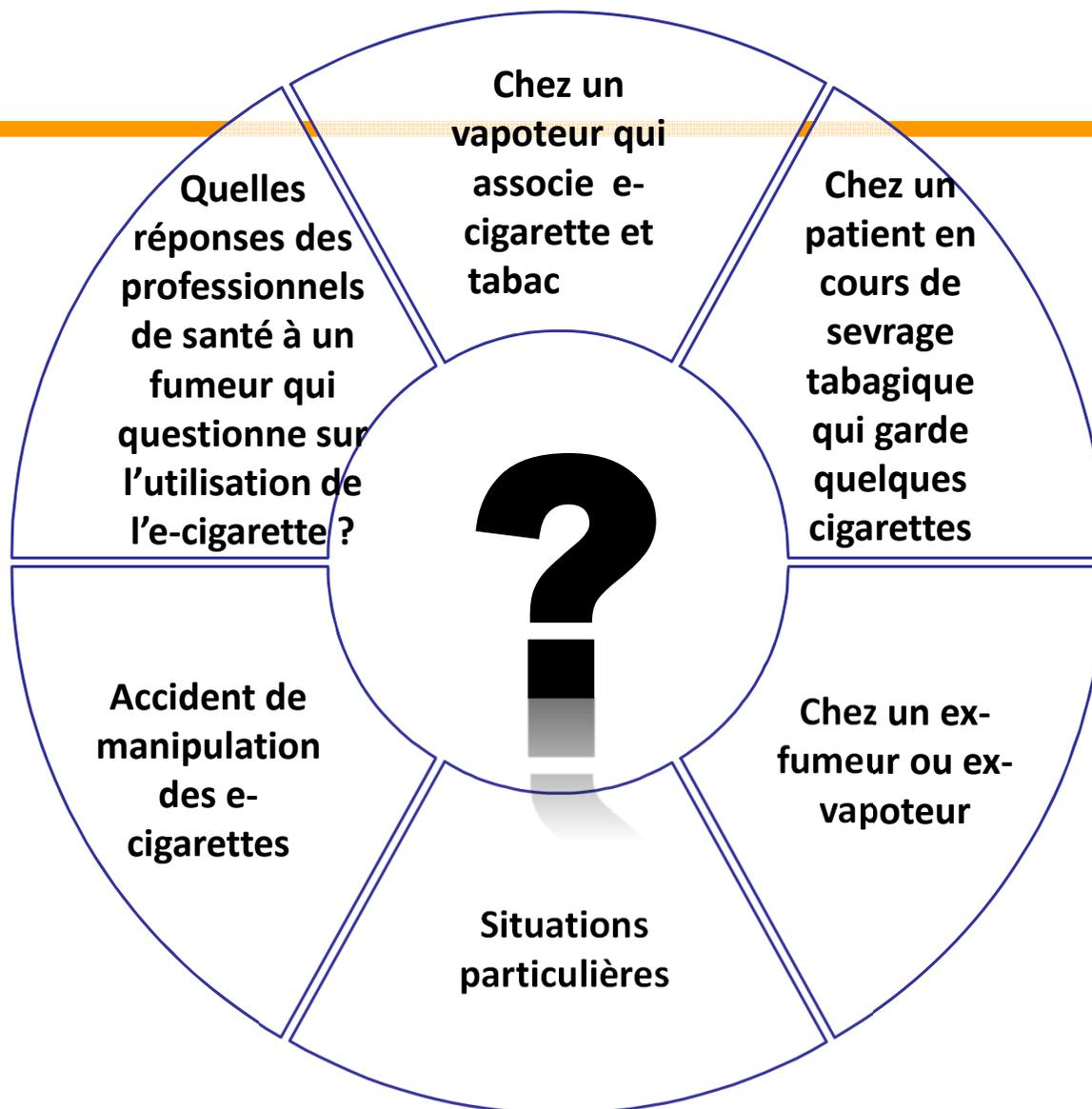


- ① Sous l'effet de l'inspiration la valve déclenche le processus.
- ② La pile allume la diode et chauffe instantanément le filament de l'atomiseur.
- ③ La température du filament monte à 50-250°C et transforme en gaz l'e-liquide absorbé sur les fils de textile.
- ④ La diode s'allume quelques secondes sous l'impulsion électrique reçue de la pile (si existe).
- ⑤ Le gaz formé par l'atomiseur se refroidit et forme de très fines gouttelettes qui constituent le brouillard simulant la fumée d'une cigarette
- ⑥ Le brouillard formé est inhalé par le consommateur.



Le e-cigarette

- N'est pas un produit du tabac, n'est pas un médicament (à ce jour)
- Vapoter tout en fumant n'apporte pas de bénéfice
- Vapoter sans fumer réduit le risque
- Vapoter est moins dangereux de fumer
- Vapoter est pour certain une nouvelle façon de sortir du tabac
- On peut vapoter avec un patch ou de la varénicline



Merci

www.ofta-asso.fr



Pr B. Dautzenberg

**L'E-CIGARETTE POUR EN FINIR
AVEC LE TABAC ?**

Ixelles
éditions



Pr Bertrand Dautzenberg

L'E-CIGARETTE POUR EN FINIR AVEC LE TABAC ?

Les réponses à toutes
vos questions



Ixelles éditions