

# FICHE MÉMO TABAC N°3



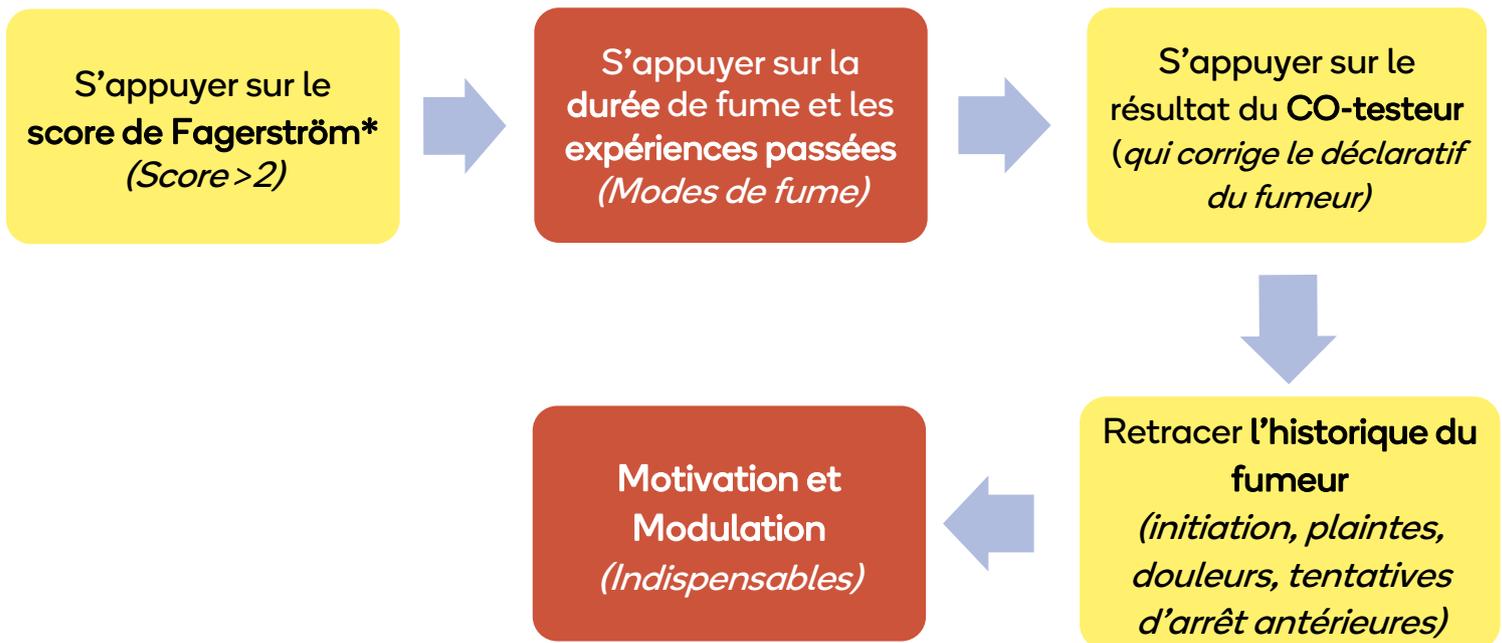
## TRAITEMENT PAR SUBSTITUTS NICOTINIQUES EN PRATIQUE

### La nicotine : on fait le point



- La nicotine est la **substance psychoactive** qui provoque la **dépendance** au tabac. À chaque bouffée, elle arrive en 7 secondes au cerveau et vient se fixer sur les récepteurs nicotiques. Très addictogène, elle n'est cependant **pas dangereuse pour le corps** quand le dosage est adapté et bien surveillé. Elle est d'ailleurs présente dans les aides disponibles pour arrêter de fumer (patchs, gommes et comprimés de nicotine, vaporisateur personnel).
- En effet, le principe de la substitution nicotinique est d'apporter de la nicotine pour **soulager le fumeur** des symptômes de sevrage et faciliter le **passage du tabagisme à l'abstinence**. Elle agit en **réduisant l'intensité du manque** et des symptômes de sevrage.

### Les principes de base



\*Test mini de Fageström = test de dépendance à la nicotine (quantité et habitudes de consommation).

# Comment prescrire ?

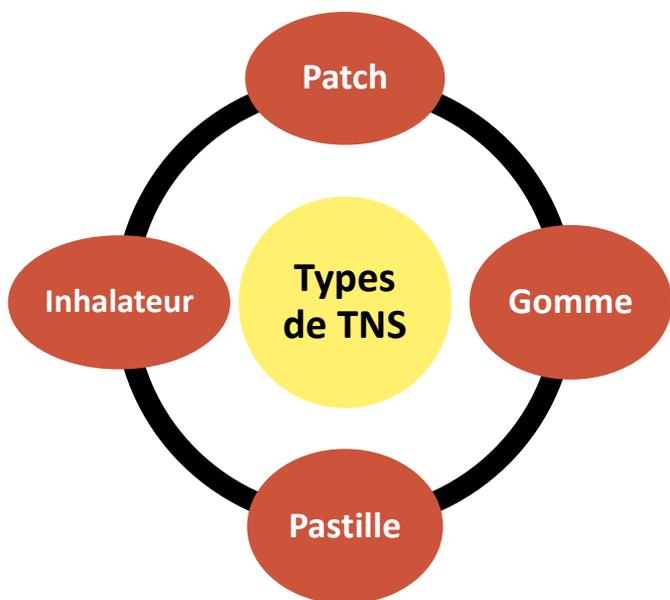


- #1 Sur ordonnance, par un professionnel de santé habilité : médecins (y compris le médecin du travail), sages-femmes, infirmiers, chirurgiens-dentistes, masseurs-kinésithérapeutes.
- #2 Avec une posologie adaptée et à ajuster selon l'existence de symptômes de surdosage ou de sous dosage.
- #3 En associant patch + formes orales (meilleure efficacité que le patch seul)

**Une règle à retenir : 1 cigarette = 1 mg de nicotine par patch.**

On y associera des formes orales à la demande, autant que nécessaire, pour ne pas ressentir le manque.

# Quel type de TNS prescrire ?



# Pour conclure : Réévaluation quotidienne par le patient



## Signes de sous dosage en nicotine :

Irritabilité, colère, nervosité, anxiété, difficultés à se concentrer, déprime, pleurs, augmentation de l'appétit, troubles du sommeil, pulsions à fumer.

=> **Augmenter la dose.**

## Signes de surdosage en nicotine (rare) :

Céphalées, palpitations, nausées, troubles du sommeil, excitation, vertiges, impression d'avoir trop fumé.

=> **Diminuer la dose**

Octobre 2021