

Compte rendu
Groupe Tabacologie
GT 65
COMMUNAUTE THERAPEUTIQUE LAFITOLE
Jeudi 18 octobre 2018

Présents : Lysiane AURAND, Carole BOUZIGUES, Marie Agnès BOUSSES, Nelly CASTAGNET, Cécile BATAILLON, Cindy CORNUS, Nathalie CUGERONE, Jean-Michel DURAND, Audrey BARREAC, Nathalie GIRAUD, Monique KATKOFF, Philippe LAHAILLE, Nathalie LECLERCQ, Catherine LINARD, Marie-Jeanne THIBERT, Jocelyne MICHARD, Monique KATKOFF, Josiane MURAT, Marie OLYMPE, Isabelle LOUBRADOU.

Pour RAMIP : Jean-Paul BOYES, Francine QUESADA.

Excusés : Marie Françoise GAYRAUD-GAFFIER, Encarnacion JUBERO, Marie-Anne FORTON.

Ordre du jour :

- Accompagnement au sevrage tabagique,
- La cigarette électronique.

Le groupe Tabacologie GT65 s'est réuni à la Communauté thérapeutique de LAFITOLE le Jeudi 18 octobre 2018.

Après avoir visité l'ensemble de la communauté, les participants ont partagé un repas convivial préparé par les résidents et propice à créer du lien.

La réunion a débuté à 14 heures.

Un tour de table a permis de recueillir les attentes des participants.

En priorité :

La possibilité de pouvoir échanger sur les différents **accompagnements** que chacun proposait en vue du **sevrage tabagique ou d'une diminution de la consommation**.

L'autre attente portait sur la **cigarette électronique** et son utilisation.

- **Accompagnement au sevrage ou à la réduction tabagique**

Le travail s'est organisé en deux groupes.

Le respect de l'utilisateur et le fait que ce dernier requière un **accompagnement personnalisé** sont les deux idées principales qui ont été mises en avant par l'ensemble du groupe.

- ♦ [Entrées dans le soin](#)

L'obligation de soin peut servir d'accroche.

En dehors de ce contexte, les professionnels expliquent qu'il est difficile pour certains soignants de proposer un sevrage tabagique.

Si important soit-il, dans un parcours difficile, l'utilité du sevrage n'est pas toujours totalement acquise pour certains professionnels.

Pourtant, nous savons tous que le tabac est la « **première cause de mortalité évitable** en France ».

Il semble important que chaque professionnel de l'addiction soit persuadé de l'utilité de proposer une réduction voire un sevrage, même en présence de parcours complexes.

♦ Méthodes

L'analyse de la façon de fumer est employée pour individualiser la prise en charge.

L'utilisation des **patchs nicotiniques** est la méthode la plus utilisée pour le sevrage.

Dans tous les centres et autres CSAPA, l'**hypnose**, la **relaxation**, la **méditation en pleine conscience**, les **techniques de gestion du stress** sont utilisées avec parfois une première séance d'**entretien motivationnel** couplé à une de ces techniques de relaxation.

Les professionnels se sont également emparés d'**applications** pour Smartphone comme celles de Tabac-info-service, aide intéressante au sevrage.

♦ Outils

La consultation de tabacologie de l'INPES permet d'ouvrir le dialogue, de situer le fumeur afin de lui offrir un accompagnement personnalisé au sevrage, comme il se doit.

Les échelles d'évaluation telles que l'échelle anxiété-dépression sont utilisées pour :

- Situer le fumeur en début d'accompagnement,
- Surveiller l'impact de la réduction du tabagisme sur l'humeur et/ou l'anxiété.

Elles suscitent des divergences parmi les participants de même que l'estimation du craving dont le rôle et la cible qu'il représente dans l'accompagnement n'est pas unanimement partagé.

• La cigarette électronique

Mickael GENAIS est intervenu sur les aspects techniques de l'utilisation de la cigarette électronique, (cf. fichier joint) et a répondu aux différentes questions émises par le groupe.

Nous avons repris ces questions avec les réponses indicatives :

Quel dosage et quels sont les signes de surdosage ?

Les dosages vont jusqu'à 16 mg et varient en fonction du niveau du sevrage. Le réglage de l'e cigarette plus l'adaptation du dosage devraient permettre une adaptation du meilleur rapport inconvénient efficacité, notamment le ' Hit throat ' décrit par les usagers (coup de chaleur au fond de la gorge).

Provenance des produits ?

La norme NF garantie des e-liquides fabriqués en France.

Quel modèle choisir ?

De nombreux modèles sont présents sur le marché, à priori, il faut choisir ceux qui offrent la possibilité de régler l'inhalation et la combustion.

Ethique de la vente :

Des vendeurs formés devraient assurer la délivrance d'un discours validé et le respect de bonnes pratiques (interdiction de vente aux mineurs et aux primo utilisateurs de nicotine).

Intérêt des liquides sans nicotine :

Peu de place pour les liquides sans nicotine, peut être en fin de sevrage et encore.

Peut-on associer vapoteuse et cigarette combustion ?

Sans danger en termes de sécurité de santé, cette pratique retarde la finalité d'un sevrage de la cigarette combustion mais peut constituer un moyen de réduction des risques.

Nocivité des composants ?

Pas d'alerte sanitaire pour le moment concernant la glycérine végétale ou le propylène glycol.

A-t-on du recul et des études sur innocuité ?

Difficile de répondre, pour l'instant, aucune alerte significative.

Remboursements sécu et mutuelles ?

Pas de remboursement sécu mais quelques mutuelles l'ont mis au menu de leurs prestations

Est-ce une stratégie de sevrage ou de RDR ?

La cigarette électronique constitue un outil de réduction des risques validé mais qui peut également aider au sevrage.

Quel est le risque de mode d'entrée dans le tabagisme ?

Quelques indicateurs montrent une entrée dans la consommation de nicotine par la vape, des professionnels compétents devraient être en mesure d'alerter les éventuels primo usagers.

Y a-t-il un âge légal pour acheter en boutique ?

18 ans pour la vente en boutique, 15 ans pour le patch.

Quelle économie par rapport à la cigarette combustion ?

On peut compter 50 % d'économies par rapport à la combustion.

Invention de la cigarette électronique, qui comment ?

On l'attribue au chinois Hon Lik au début du siècle mais des inventions américaines au siècle dernier circulent aussi ...

Y a-t-il des contre-indications ?

A priori pas de contre-indication si ce n'est la femme enceinte comme tout produit en France qui n'est pas suffisamment évalué.

Vaporisation du CBD



On trouve des e liquides de CB commercialisables.

La recherche vaporisation du CBD sur internet entraine de nombreux résultats de recherche.

En termes de réduction des risques cannabis, la vaporisation de celui-ci est également largement documentée.

<https://www.norml.fr/sante-prevention-rdr/combustion-contre-vaporisation/>

REMERCIEMENTS

Cette demie journée de formation dans le cadre du groupe Tabaco65 a permis un échange important entre les acteurs, encore une fois dans la convivialité.

Nous remercions très chaleureusement l'accueil qui nous a été réservé par l'équipe de direction et d'animation de la Communauté thérapeutique de LAFITOLLE ainsi que les résidents.

Cette journée restera, grâce à eux, un excellent souvenir de travail et de convivialité.