

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.

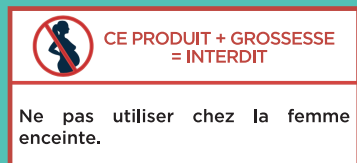
Les substituts nicotiques sont conseillés pendant la **grossesse** (quel que soit le terme) et durant l'**allaitement**, si l'accompagnement non médicamenteux n'est pas satisfaisant. Et malgré ce pictogramme, remis en cause par le CRAT¹.



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

RAPPEL

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



¹CRAT : 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'OMS² 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.

²OMS : Organisation Mondiale de la Santé

Pour tout renseignement, contactez :
**Coordination Ressources
Addictions et Grossesse**

contact@crag-na.com
05 56 51 56 51 • 06 33 64 03 61

www.crag-na.com



En partenariat avec



POUR TOUS FUMEURS

LA MÉTHODE DES 5A

Il s'agit d'une méthode de repérage, d'encouragement à l'arrêt et au maintien de l'abstinence.

Cette méthode, réalisable par tout professionnel de santé, augmente la probabilité d'arrêt du tabagisme avec un niveau de preuve élevé.

- 1 DEMANDER SI LA PERSONNE FUME**
- 2 LUI CONSEILLER D'ARRÊTER**
- 3 ÉVALUER SA MOTIVATION/ CONSOMMATION**
- 4 LUI PROPOSER DES AIDES POUR ARRÊTER**
- 5 L'ACCOMPAGNER DANS LA DURÉE**



NOUS CONTACTER

contact@last-na.fr
06 07 02 45 40

COREADD Nouvelle-Aquitaine
contact@coreadd.com
05 56 51 56 51

www.last-na.fr



REPÈRES SIMPLES POUR LES PRESCRIPTIONS DES TRAITEMENTS DE SUBSTITUTION NICOTINIQUE

www.coreadd.com



En partenariat avec les URPS

CAS 1



< 5 - 6 CIGARETTES PAR JOUR

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



Mme X, 28 novembre 2022

1 patch de 7 mg/24h ⁽²⁾
et si besoin
3 à 10 pastilles nicotiques sublinguales
2mg par jour ⁽¹⁾

Pastille idéalement AVANT chaque moment habituel de consommation de tabac⁽¹⁾. Patch à positionner en changeant de localisation chaque jour : omoplates (droite-gauche) puis hanches (droite-gauche) pour éviter des irritations⁽²⁾.

qsp* : 28 jours

CAS 2



5 À 15 CIGARETTES PAR JOUR

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



Mme X, 28 novembre 2022

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 ⁽²⁾
et si besoin
3 à 10 pastilles nicotiques sublinguales 2mg par jour ⁽¹⁾

qsp : 28 jours

CAS 3



15 À 20 CIGARETTES PAR JOUR

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



Mme X, 28 novembre 2022

1 patch nicotinique 15 ou 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 ⁽²⁾
et si besoin
3 à 10 pastilles nicotiques sublinguales 2mg par jour ⁽¹⁾

qsp : 28 jours

CAS 4



> 20 CIGARETTES PAR JOUR

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



Mme X, 28 novembre 2022

1 patch nicotinique 21 mg/24 h si envie de fumer dans l'heure suivant le réveil
ou
1 patch nicotinique 15 mg ou 25 mg/16h, si troubles du sommeil ⁽²⁾
et si besoin
3 à 10 pastilles nicotiques sublinguales 2mg par jour ⁽¹⁾

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. Conseiller de suivre les instructions sur les modalités de prise de la forme orale afin d'optimiser son efficacité.

qsp* : quantité suffisante pour

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 » et « il n'y a pas d'addiction au substituts nicotiques cutanés ».

+ commentaires du CAS 1

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

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, on peut cesser de fumer progressivement (sur 4 à 6 semaines généralement).

+ commentaires du CAS 1,2 & 3