

Guide

#MoisSansTabac

Novembre 2020



Chères consœurs, chers confrères,

Nous vous avons fait parvenir, le vendredi 06 novembre, un Guide #MoisSansTabac. Ce guide comportait une erreur.

Nous y avons indiqué que les infirmiers pouvaient prescrire des traitements de substitution nicotiques (TNS) qui seront remboursés jusqu'à 150 euros par personne et par an.

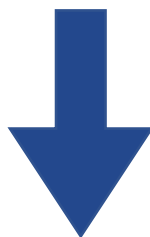
Depuis le 1er janvier 2019, le remboursement de ces traitements **n'est plus soumis à un plafonnement annuel.**

Nous vous prions de nous excuser pour cette erreur, et remercions les infirmières qui nous l'ont signalée.

Vous trouverez ci-dessous votre Guide #MoisSansTabac actualisé en conséquence.

Bien cordialement,

L'Ordre National des infirmiers.



Depuis 2016, le #[MoisSansTabac](#), organisé par le ministère des Solidarités et de la Santé, en partenariat avec l'Assurance maladie et Santé publique France, est un challenge collectif national qui invite tous ceux qui le souhaitent à relever le défi d'arrêter la cigarette pendant un mois.

Cette année encore, l'Ordre des Infirmiers est partenaire de l'événement, qui se déroule du 1er octobre au 10 décembre 2020. Les infirmiers ont en effet un rôle essentiel dans l'accompagnement des fumeurs dans le sevrage tabagique. Malgré le contexte épidémique actuel, qui met notre système de soins à rude épreuve, notre profession doit continuer autant que possible son travail de prévention sur cet enjeu majeur de santé publique.

L'Ordre National des Infirmiers vous propose ci-dessous quelques outils pour vous aider à accompagner les patients vers le sevrage tabagique.

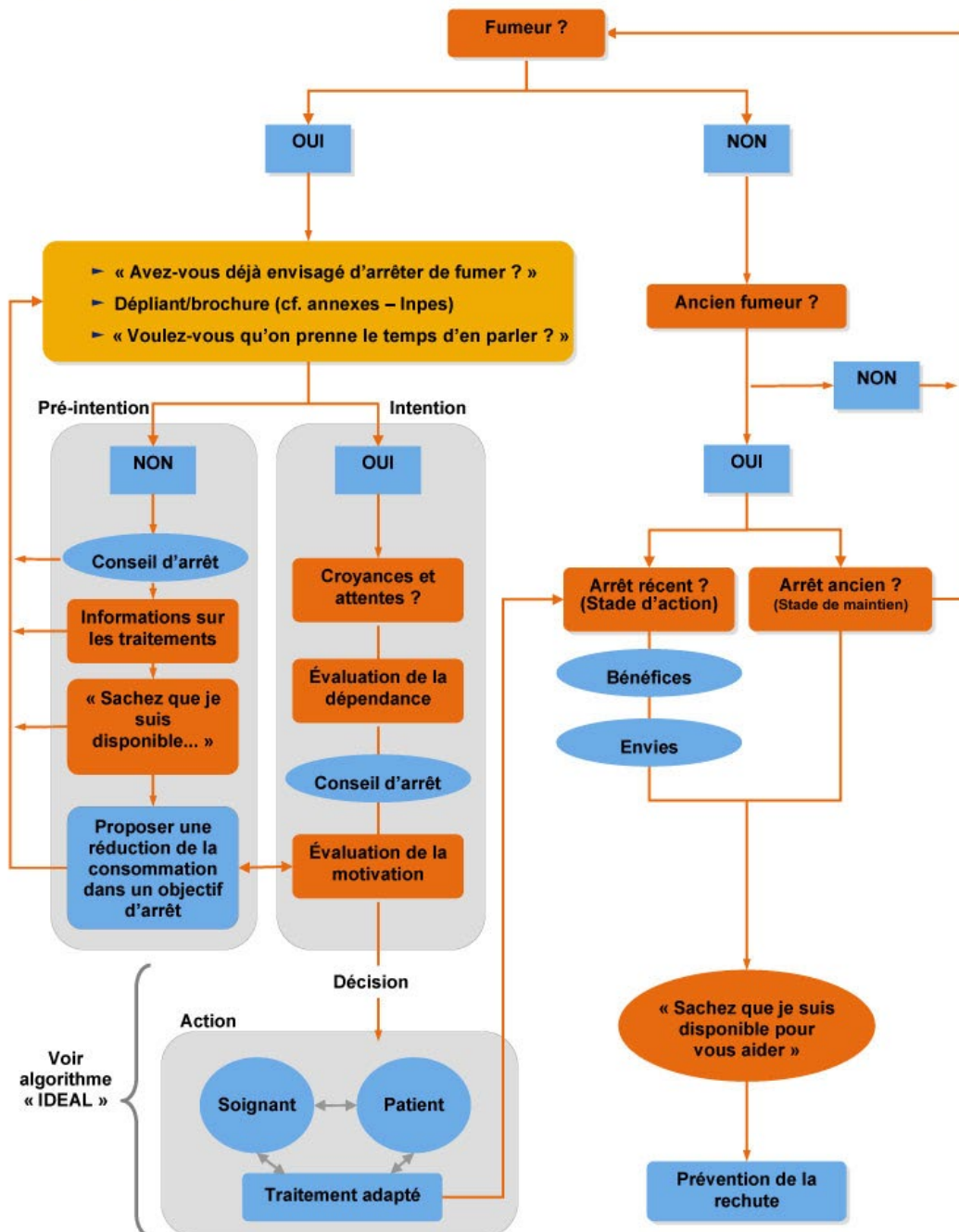
Information clés sur le tabagisme en France

- Près d'un Français sur trois fume du tabac, mais ils sont aussi nombreux à avoir le projet d'arrêter. Ainsi, environ 60% des Français souhaitent arrêter de fumer.
- Selon Laureen Ribassin-Majed et Catherine Hill, environ 78 000 décès étaient attribuables au tabagisme actif en 2010 en France, soit plus de 210 morts par jour. Il s'agit majoritairement de décès par :
 - cancers (poumon, voies aéro-digestives supérieures, vessie, ...) : 47 000
 - maladies cardiovasculaires : 20 000
 - maladies respiratoires : 11 000
- Le tabac est aussi dangereux pour l'entourage des fumeurs, même s'il est difficile de quantifier précisément l'impact du tabagisme passif.
- Le tabac fait courir aux femmes des risques spécifiques : développement de l'ostéoporose (notamment post-ménopausique), ménopause précoce, etc. Par ailleurs, l'association pilule/tabac accroît considérablement les risques cardiovasculaires (embolie pulmonaire, AVC, infarctus du myocarde, phlébite, ischémie aiguë du membre inférieur,...).

Comment conseiller à un patient d'arrêter de fumer ?

La HAS a mis au point un document récapitulant les bonnes pratiques professionnelles (en pièce jointe). Vous trouverez par ailleurs ci-dessous une infographie récapitulant l'accompagnement d'un patient vers l'arrêt du tabac.

Algorithme 1. Du dépistage à la mise en place d'un traitement de l'aide à l'arrêt de la consommation de tabac



Exemples de conseils d'arrêt :

- « Arrêter de fumer est la décision la plus importante que vous pouvez prendre pour protéger votre santé. Je peux vous aider si vous le souhaitez. »
- « Il est important que vous arrêtiez de fumer, et je peux vous aider. »
- « Je peux vous aider à arrêter de fumer. Ce sera sûrement plus facile que d'essayer tout seul »
- « Arrêter de fumer pendant que vous êtes malade est une bonne décision, ce peut être l'occasion de reprendre votre liberté face au tabac. »
- « Fumer occasionnellement ou en faible quantité est encore dangereux. »
- « Il n'est jamais trop tard pour arrêter et c'est encore mieux si on arrête tôt. »
- « La fréquence des infections respiratoires des enfants est supérieure dans un environnement fumeur. »

Quels sont les moyens à disposition des infirmiers pour accompagner les patients dans le sevrage tabagique ?

Outre l'accompagnement psychologique et le suivi quotidien, tous les infirmiers salariés ou libéraux peuvent prescrire des traitements de substitution nicotinique (TNS).

Depuis le 1er janvier 2019, les substituts nicotinique sont remboursés à 65 % par l'Assurance Maladie.

Le remboursement de ces traitements n'est plus soumis à un plafonnement annuel (150€ par an auparavant), et les pharmacies peuvent désormais pratiquer la dispense d'avance de frais pour ces produits.

Les Outils à votre disposition pour plus d'informations

- **Tabac Info Services**

[Tabac Info Service](#) met à la disposition des professionnels de santé des outils de consultation et des documents à destination des patients pour appuyer vos conseils et aider les patients fumeurs dans leur démarche d'arrêt.

Vous trouverez notamment, en PJ de ce mail deux dépliants « pourquoi arrêter le tabac ? »

- **Les MOOC de la Société Francophone de Tabacologie**

Afin de continuer à vous former en la matière, la Société Francophone de Tabacologie (SFT) propose cette année un MOOC intitulé « Tabac, arrêtez comme vous voulez ». Ce MOOC se déroule en sept semaines, comporte des vidéos courtes et accessibles ainsi que des quizz pour valider les connaissances et ainsi permettre une prise en charge des fumeurs dans la pratique quotidienne des professionnels de santé.

Ce MOOC est proposé sur deux plateformes :

- France Université Numérique (FUN) : <https://www.fun-mooc.fr/courses/course-v1:USPC+37021+session02/about>
- TREE LEARNING : <https://sft.tree-learning.fr/catalog/offers/1>

- **Votre CIDOI**

Votre CIDOI reste disponible pour tout complément d'information sur les moyens à votre disposition pour accompagner les patients vers le sevrage tabagique.

Lien vers votre contact CDOI/CIDOI : ordre-infirmiers.fr/leservices-rendus-par-lordre/les-conseils-departementaux.html