

Le sevrage tabagique chez les PVVIH



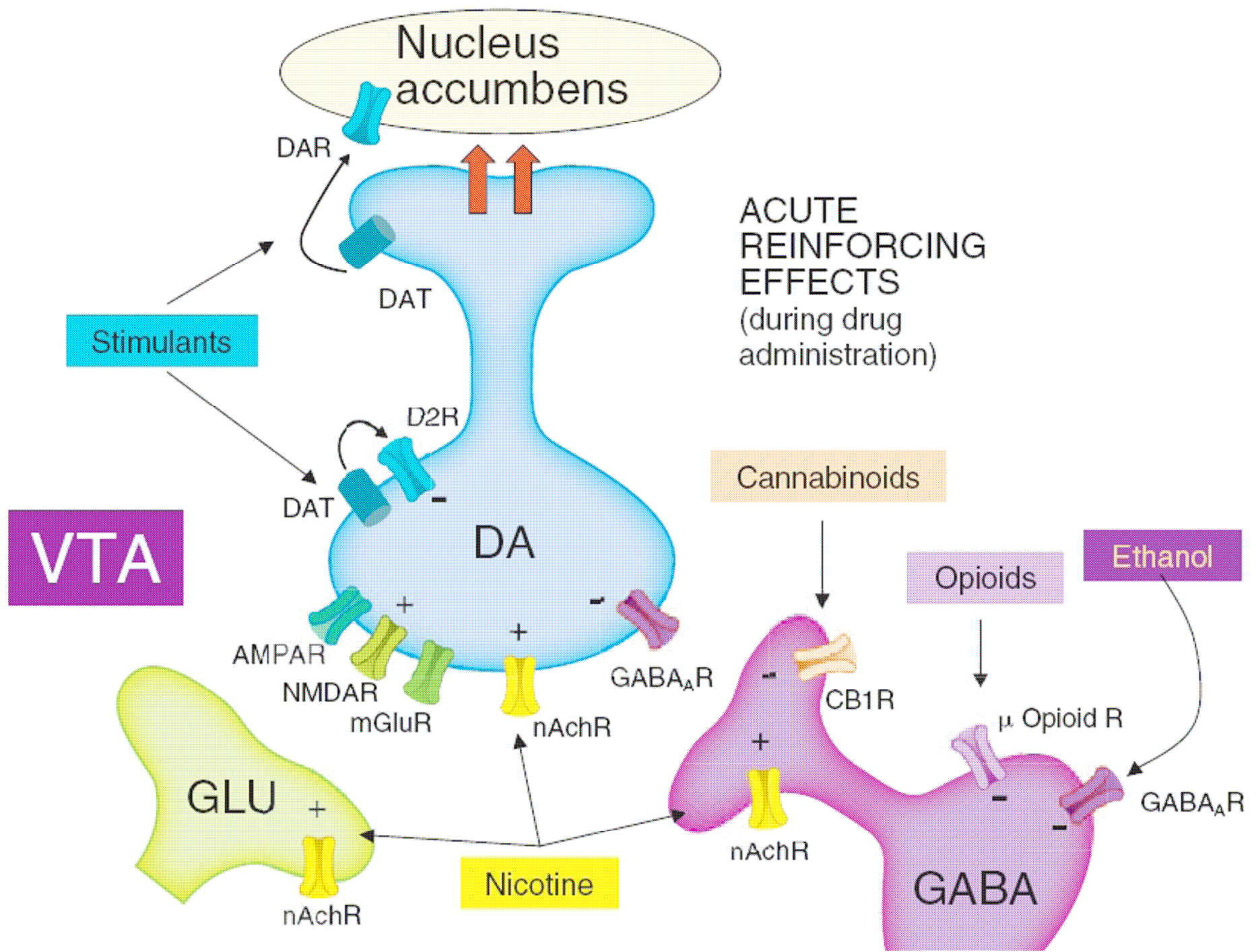
Dr Gobert CH René Dubos Pontoise
20/11/13

Pourquoi s'y intéresser ?

- En raison des comorbidités importantes, mortelles, liées au tabagisme, chez les PVVIH, alors que la maladie liée directement au virus VIH est bien contrôlée

4000 composants de la cigarette

- La « bonne » substance psycho-active : la **nicotine**. La plus addictogène des SPA.
- Les mauvais composants :
 - les substances cancérigènes
 - Le monoxyde de carbone CO



La nicotine

- Stimule le système de la récompense en se fixant sur les récepteurs Acétylcholine
- Effets relaxant, augmente la concentration intellectuelle, effet anti-dépresseur
- Monte en quelques secondes au cerveau après inhalation
- En surdose, provoque céphalées, tachycardie, nausées
- Son métabolite, la cotinine, peut se doser dans la salive et les urines

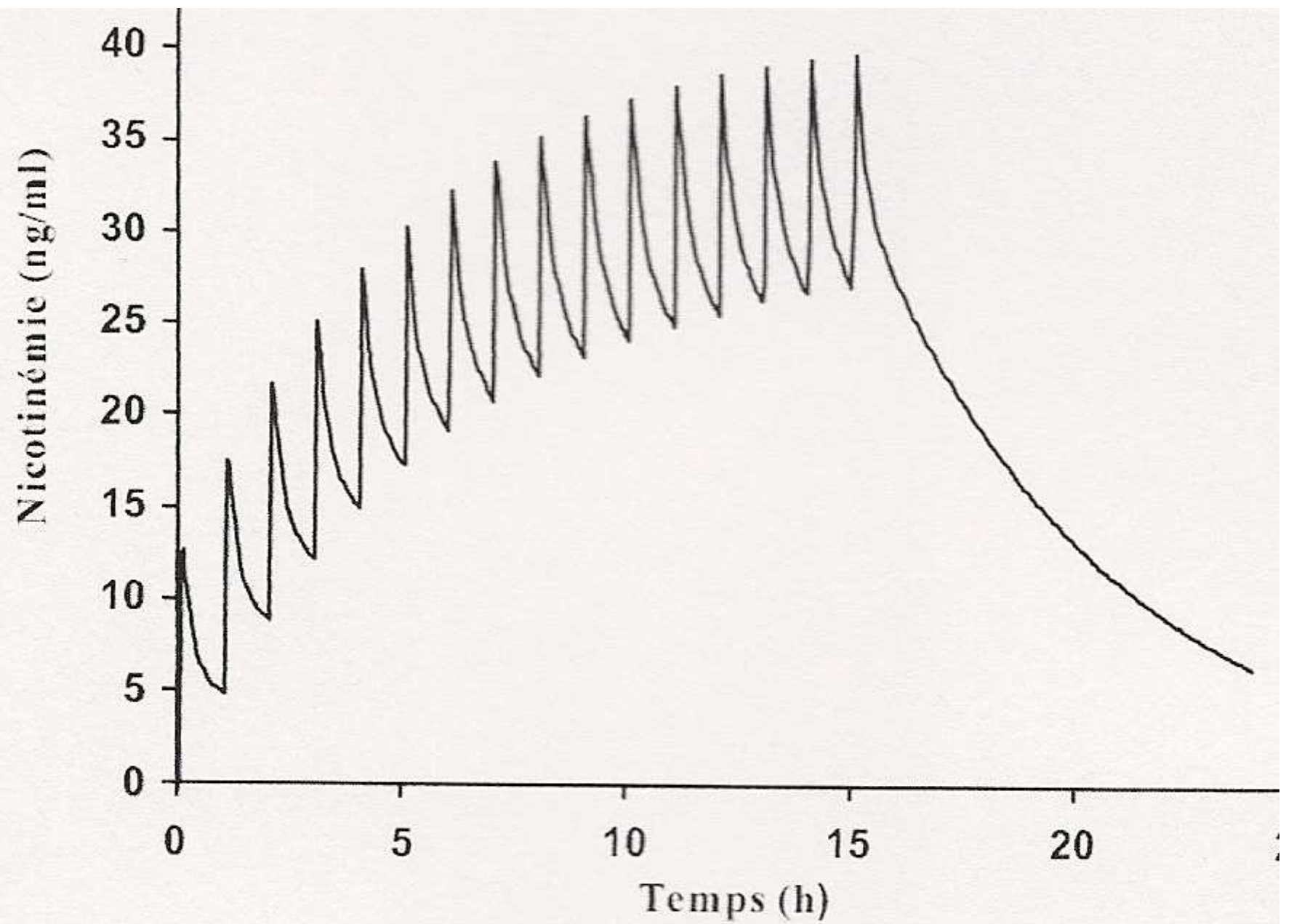


Figure 3.5 : Simulation de la nicotinicémie d'un fumeur au cours de la journée basée sur des données pharmacocinétiques moyennes (une cigarette par heure pendant 16 heures).

Le monoxyde de carbone

- Se fixe à la place de l'O₂ sur la myoglobine du muscle
- Se fixe 200 fois plus à l'hémoglobine que l'O₂, déplaçant l'O₂ de l'HbO₂
- Demi-vie 6h. Disparition complète en 24h
- En raison de l'hypoxie, majoration des conséquences des sténoses artérielles, d'où accidents ischémiques
- Intérêt ++ du CO testeur en consultation

Traitements pharmacologiques pour aider l'arrêt du tabac

Médicaments de Sevrage

- Varenicline :
Champix* cp 0.5 et 1
mg
- Bupropion : Zyban*
cp 150mg LP
(antidépresseur : inhibe
la recapture de la
sérotonine et de la
dopamine)

Substituts nicotiques

- Dispositifs trans-cutanés
patchs 7, 14, 21 mg/24h ou
10, 15, 25 mg/16h
- Substituts oraux :
gommes 2 et 4 mg
cp à sucer 1 à 2 mg
microtab : 2 mg
inhaleur + cartouches 10 mg
spray buccal : 1 mg X 150



Dr Gobert CH René Dubos Pontoise
20/11/13

KEEP OUT OF REACH OF CHILDREN

QuickMist

freshmint

for fast
nicotine
craving relief

nicorette
QuickMist
mouth spray

150
sprays

nicotine 1mg/spray
Stop Smoking Aid

Contains nicotine 13.6 mg/ml



KEEP OUT OF REACH OF CHILDREN

nicorette
QuickMist mouth spray
150 sprays nicotine 1mg/spray
freshmint
Stop smoking aid

150 sprays nicotine 1mg/spray
freshmint
Stop smoking aid

Contents: 13.2 mL

AUST R 197127

770009



20/11/13

Autres traitements pour aider l'arrêt du tabac

- **Thérapie cognitivo-comportementale**
Technique validée scientifiquement, surtout
en prévention de la rechute
- **Les non validées :**
 - Acupuncture : auriculothérapie
 - Hypnose
 - Psychothérapie

Choix du traitement : à la carte

- Importance des antécédents physiques, allergiques, addictologiques (exploration des autres addictions)
- Evaluation de l'état anxio dépressif sur l'échelle HAD (Hospital Anxiety and Depression scale de Sigmond et Snaith)
- Test de Fagerström qui mesure la dépendance nicotinique

HAD : Anxiété /21

- Je me sens tendu ou énervé
- J'ai une sensation de peur comme si quelque chose d'horrible allait m'arriver
- Je me fais du souci
- Je peux rester tranquillement assis à ne rien faire et me sentir décontracté
- J'éprouve des sensations de peur et j'ai l'estomac noué
- J'ai la bougeotte et je n'arrive pas à tenir en place
- J'éprouve des sensations soudaines de panique

HAD Dépression /21

- Je prends plaisir aux mêmes choses qu'autrefois
- Je ris facilement et vois le bon côté des choses
- Je suis de bonne humeur
- J'ai l'impression de fonctionner au ralenti
- Je ne m'intéresse plus à mon apparence
- Je me réjouis d'avance à l'idée de faire certaines choses
- Je peux prendre plaisir à un bon livre ou à une bonne émission radio ou télévision

Interprétation des résultats

< 7-8 : pas de problème

Entre 8 et 10 : douteux, à surveiller

> 10 : état anxieux ou dépressif certain

Test de dépendance à la nicotine d'après Fagerström

Dans quel délai après le réveil fumez-vous votre première cigarette ?	Moins de 5 minutes 6 à 30 minutes 31 à 60 minutes Après 60 minutes	3 2 1 0
Trouvez-vous difficile de ne pas fumer dans les endroits interdits ?	Oui Non	1 0
Quelle cigarette trouvez-vous la plus indispensable ?	La première Une autre	1 0
Combien de cigarettes fumez-vous par jour ?	10 ou moins 11 à 20 21 à 30 31 ou plus	0 1 2 3
Fumez-vous de façon plus rapprochée dans la première heure après le réveil que pendant le reste de la journée ?	Oui Non	1 0
Fumez-vous même si une maladie vous oblige à rester au lit ?	Oui Non	1 0
Total		

Interprétation

0 - 2 : pas de dépendance	7 - 8 : dépendance forte
3 - 4 : dépendance faible	9 - 10 : dépendance très forte
5 - 6 : dépendance moyenne	

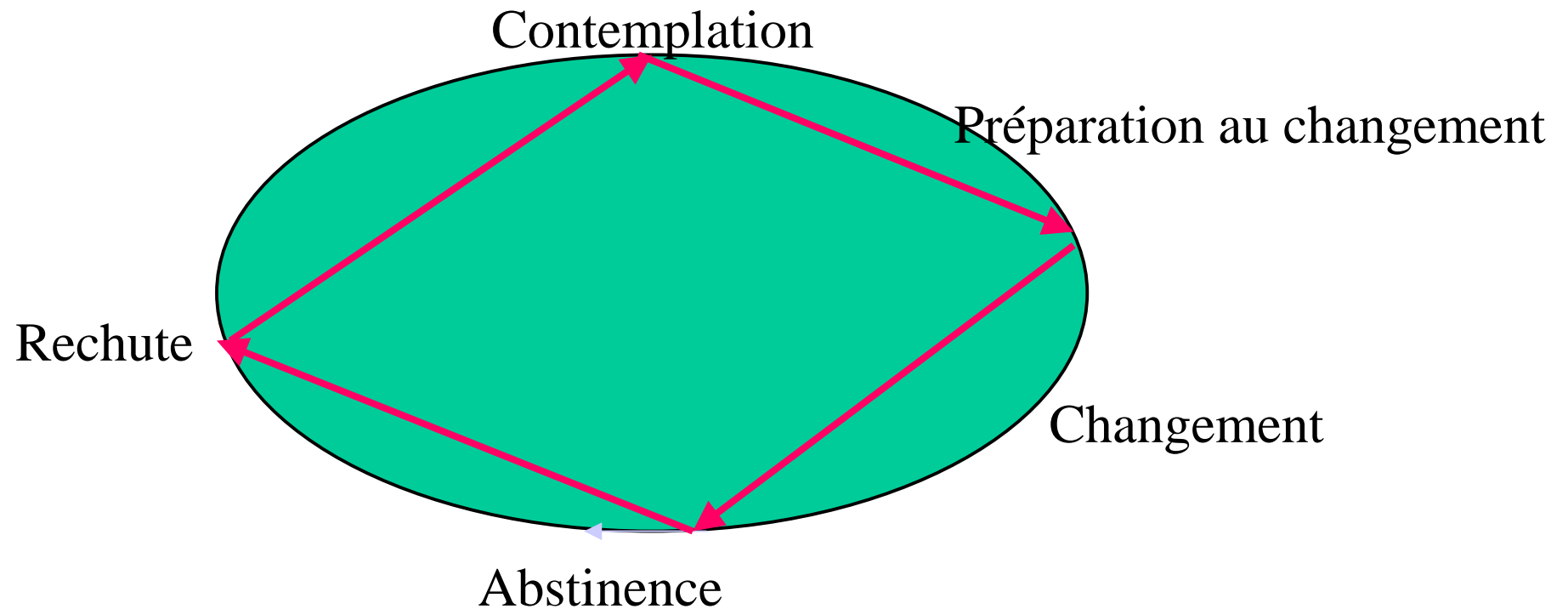
Test de fageström simplifié

- 2 questions essentielles :
 - combien de temps après le lever prenez-vous votre première cigarette ?
 - Combien de cigarettes fumez-vous par jour ?

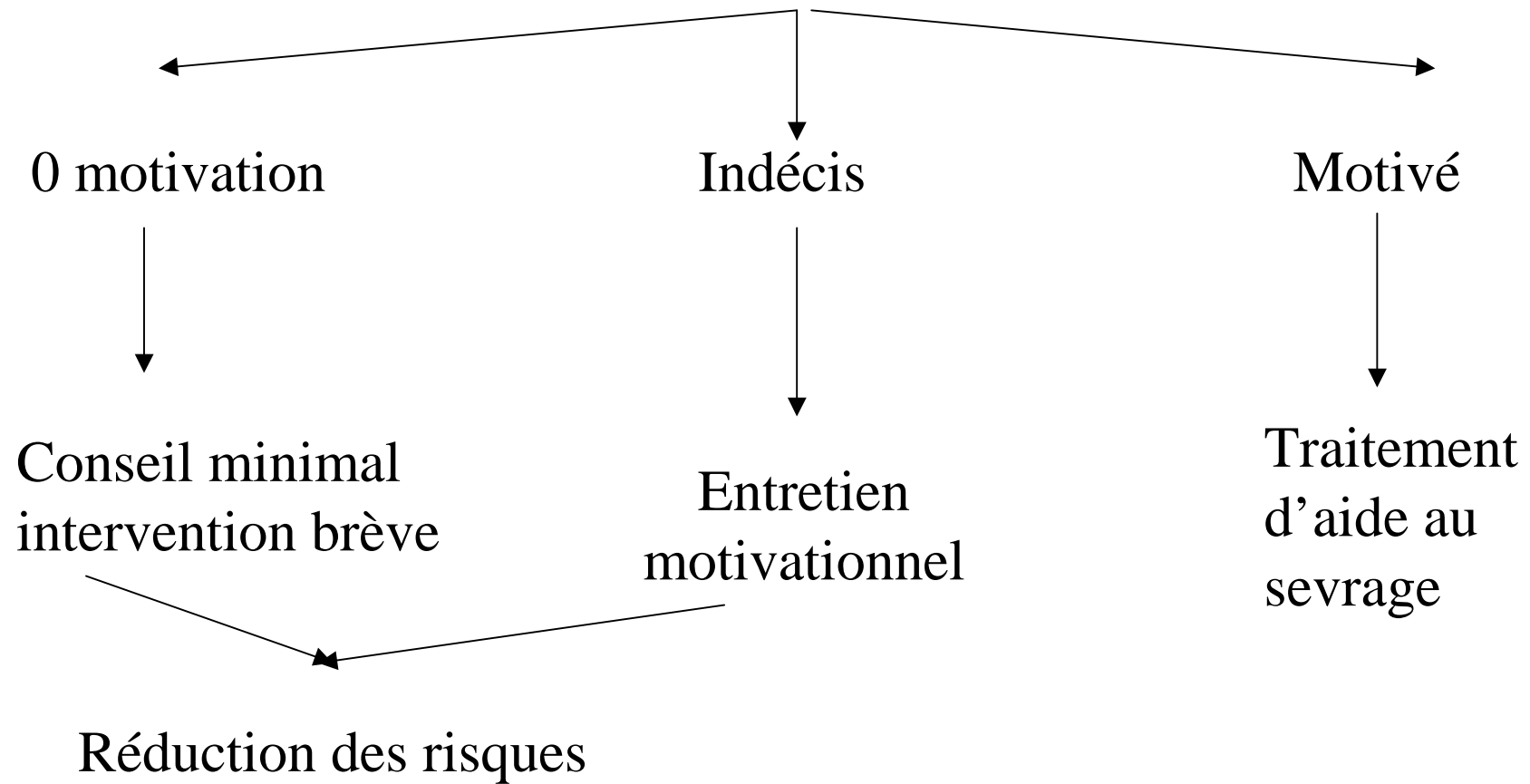
Les idées fausses

- Arrêter de fumer est une question de volonté
- Culpabiliser le patient
- On ne peut pas fumer avec un patch (sauf risque spastique)
- Se contenter de la réduction du nombre de cigarettes !

Le schéma de Prochaska Di Clemente : 5 stades du changement



Arbre décisionnel



Patch +++

Dr Gobert CH René Dubos Pontoise
20/11/13

Intervention brève

- Êtes-vous fumeur ?
- Voulez-vous arrêter de fumer ?
- Ouvrir le dialogue, sans insister
- Information scientifique
- Remettre une brochure (site de l'INPES)

Site information tabac-info-service

Entretien motivationnel (1)

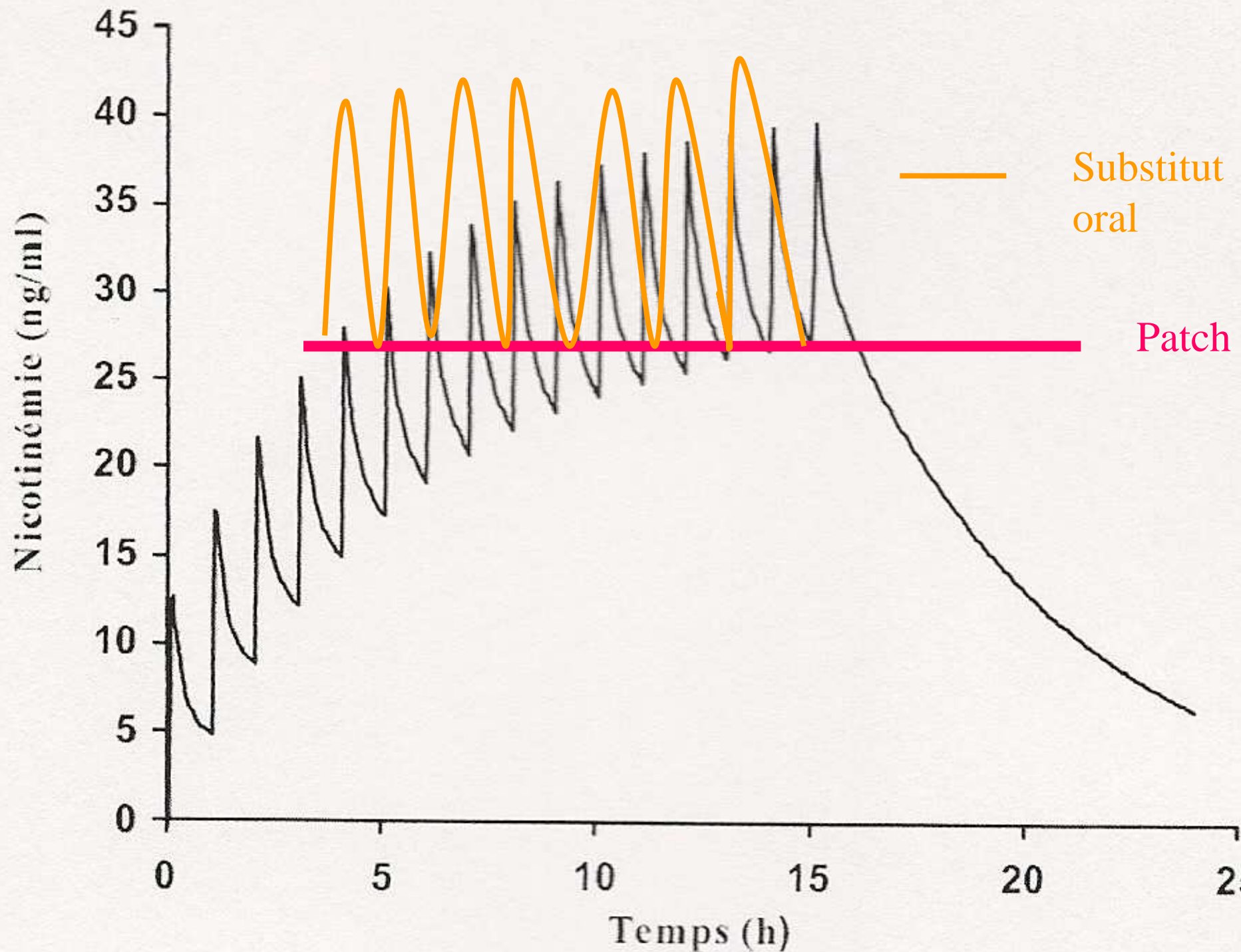
- Miller et Rollnick
- Relation d'aide au patient, explorant sa motivation, son ambivalence, ses capacités de changement et ses résistances aux changements

Entretien motivationnel (2)

- Attitude empathique
- Pas de jugement
- Renforcer le sentiment d'efficacité personnelle du patient
- Utilisation de questions ouvertes
- Ecoute réflexive
- Explorer la balance décisionnelle

Maniement des substituts

- Essayer de reproduire l'imprégnation nicotinique du fumeur
- Choisir une date pour l'arrêt du tabac
- La plupart du temps, alliance de 2 produits :
 - Le patch pour assurer une nicotémie de base
 - Un substitut oral à prendre lorsque l'envie de fumer arrive (post prandial, apéritif, situation de stress)



Surveillance du traitement

- Le poids, le pouls, la TA
- Les troubles du sommeil
- La réactivation d'une anxiété
- L'émergence d'une dépression

Quelle efficacité sur l'arrêt du tabac ? (1)

- L'association d'une thérapie comportementale (gestion du stress, des émotions) et de substituts nicotiques est ce qui s'avère le plus efficace pour un sevrage au long cours

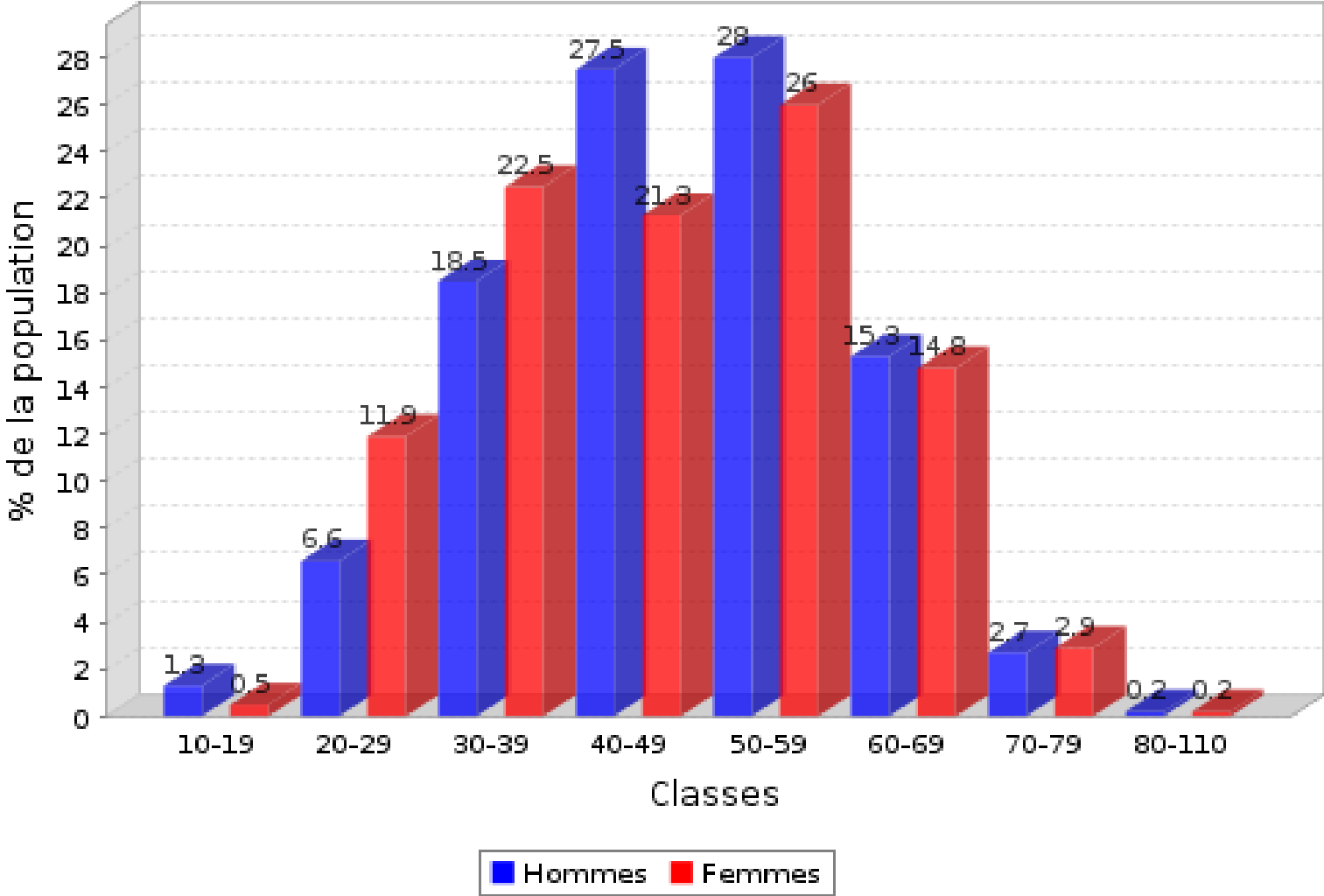
Quelle efficacité sur l'arrêt du tabac ? (2)

- Le tabagisme, comme les autres addictions est une maladie chronique. Le patient doit comprendre le rôle du tabac dans son fonctionnement psychique
- La rechute fait partie de la trajectoire de soins : rôle des TCC, du substitut oral dans la prévention de la rechute.
- Importance de laisser le patient s'approprier le projet, et l'accompagner dans cette démarche

Etude de population

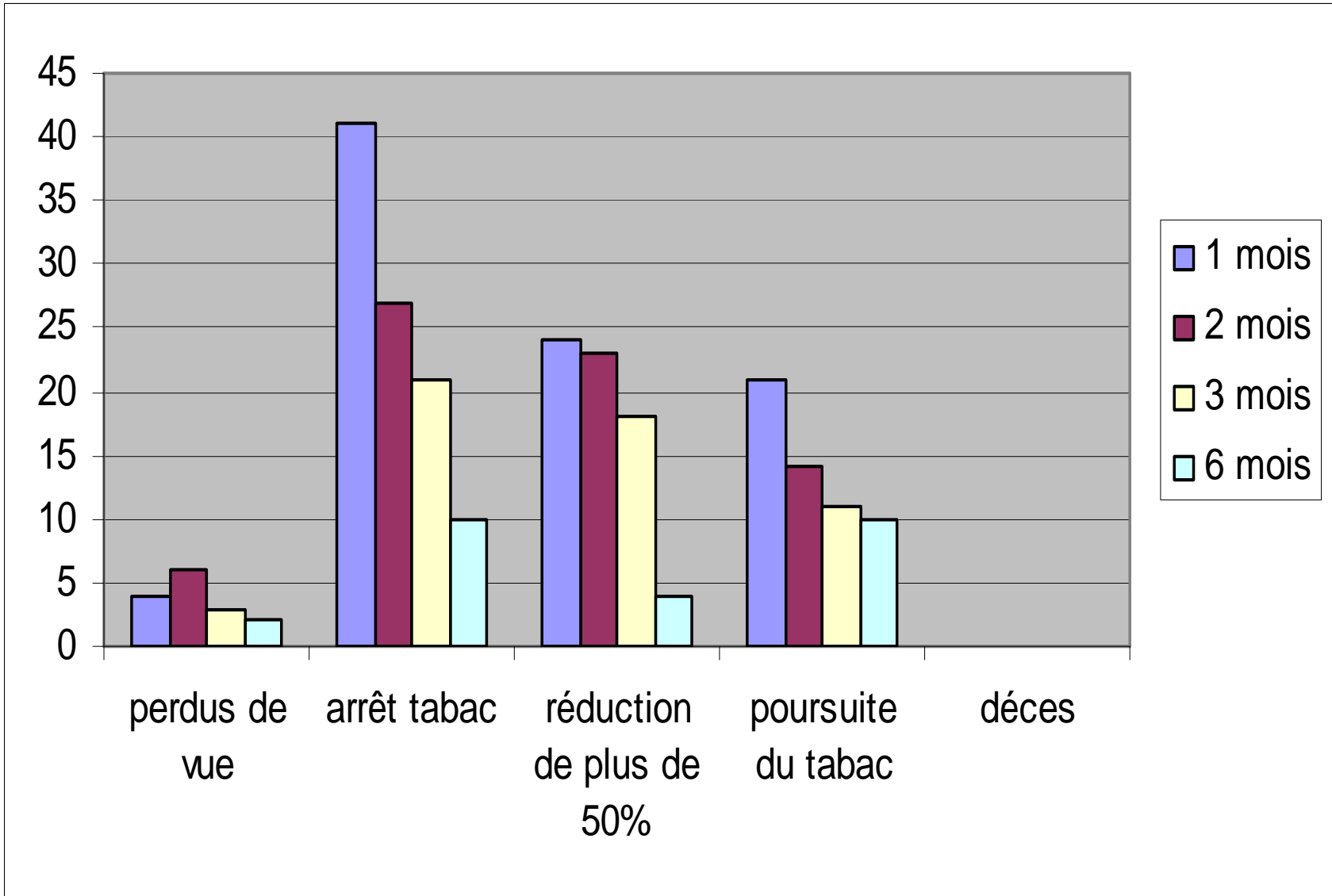
- Sur CDT.net
- Statistiques sur la période du 1/11/12 au 1/11/13 en île de France
- 2493 patients 51% de femmes, 48% d'hommes

Pyramide des Ages



suivis

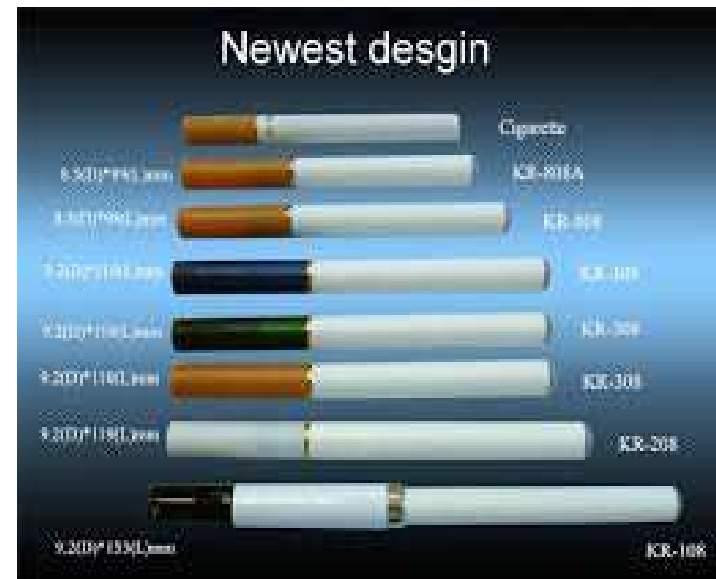
- 47 % de la cohorte initiale
- 1.2% sont perdus de vue
- 8.3% arrêtent le tabac
- 5.8% réduisent de plus de 50 %
- 4.7% poursuivent le tabagisme



Dr Gobert CH René Dubos Pontoise

20/11/13

La e-cigarette



Comment fonctionne une e-cigarette

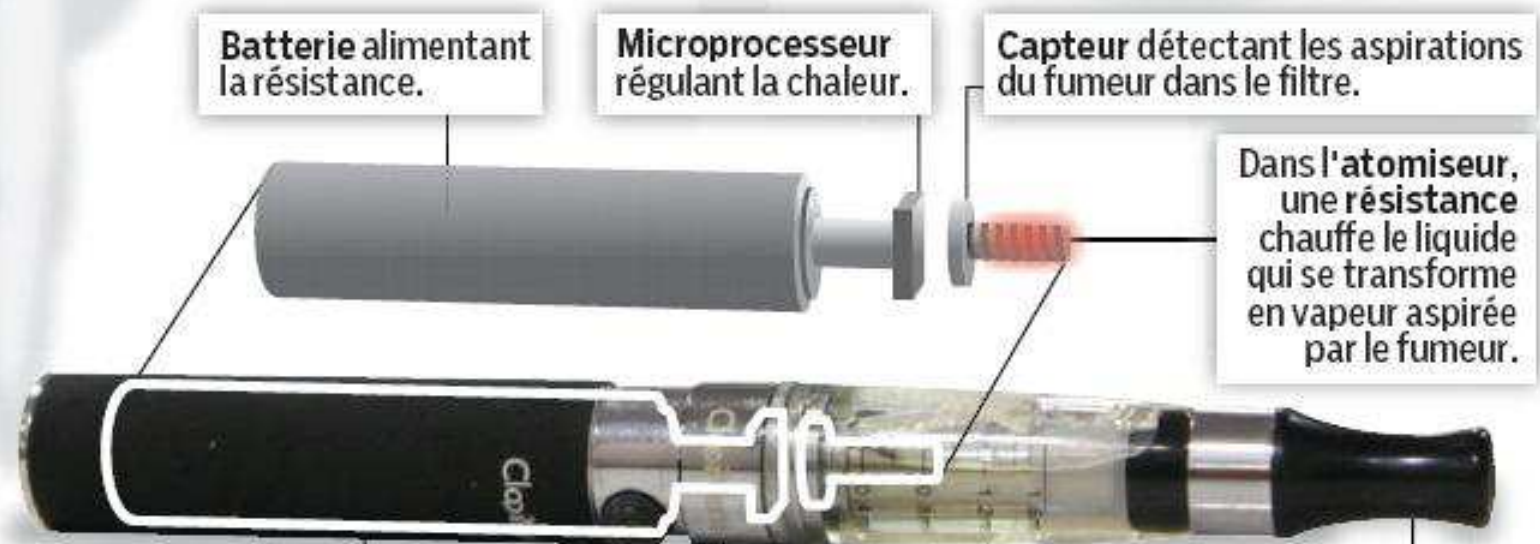
Fumée de cigarette électronique

Base de propylène glycol et/ou de glycérine végétale accompagnée d'arômes et, au besoin, de nicotine.

Fumée de cigarette normale

4 000 composants, dont 50 d'entre eux sont cancérigènes, notamment des métaux lourds (mercure, benzène, arsenic, toluène...).

Le fonctionnement



Les composants

Batterie rechargeable sur le secteur ou sur un ordinateur, avec une prise USB.

Atomiseur où se fait l'évaporation du mélange.

Réservoir contenant ou non de la nicotine qui peut être dosée à 19 mg/ml (l'équivalent d'un paquet de cigarettes) ou à 16 ou 11 mg/ml.

Embout par lequel l'utilisateur aspire la fumée.

LP/Infographie

Dénominations

- Le composant qui contient la résistance est nommé atomiseur
- Quand ce composant est indissociable de la cartouche, on l'appelle cartomiseur
- Les batteries peuvent être rechargeables, ou à usage unique

Les avantages du vapotage

- Pas de substances cancérigènes
- Pas de monoxyde de carbone
- Pas de tabagisme passif
- Le prix : 6 € pour 10 ml, correspond à 20 paquets de cigarettes

Mais...

- Composition du e-liquide : support propylène glycol, glycérine végétale. Qui fabrique ? Quelles normes contrôlées ? Toxicité à la longue ? Inducteur de dépendance ?
- Extrême variabilité de la nicotine : 0 mg/l pour les « arômes », 6mg/l light, 11 mg/l moyen, 16 mg/l fort, 19,6 mg/l très fort

Action COREVIH 2013-2014

- La COREVIH a créé dans la commission des usagers de substances psycho-actives, un sous-groupe tabac.
- Elle soutient une action test envers les PVVIH fumeurs

Action test d'aide optimisée sur le sevrage

- Accès facilité et gratuit à des consultations avec un tabacologue
- Accès gratuit aux substituts nicotiques
- Pour répondre à une première question :
S'il n'y a pas de difficulté de rencontre avec un tabacologue, et s'il y a un accès facilité au traitement, obtient-on plus de sevrages ?

Action sur le sevrage tabagique

Phase I

- La première phase a consisté à :
 - Evaluer le nombre de patients éligibles à une aide au sevrage tabagique chez les PVVIH
en utilisant un questionnaire systématique des 100 premiers patients consultants par centre
 - Établir la liste des patients éligibles

Questionnaire tabac

- Êtes-vous fumeur ?
- Si non, avez-vous été fumeur ?
- Si vous êtes fumeur actif, souhaitez-vous être accompagné pour votre sevrage ?
- L'argent est-il une barrière ?
- Souhaitez-vous une aide spécialisée pour votre sevrage, avec possibilité de délivrance de substituts nicotiques gratuits et consultation gratuite avec un tabacologue, pendant 6 mois ?

Résultats / 500 questionnaires

- Nombre de fumeurs : 106
- Nombre d'anciens fumeurs : 76
- Nombre de patients qui souhaitent une aide spécialisée pour le sevrage : 49
- Nombre de patients pour lesquels l'argent est une barrière : 25

Phase II

- Prise en charge des patients à l'hôpital qui les suit en consultation pour le VIH
- L'action devrait débuter en décembre 2013