

# L'infirmier tabacologue : un acteur essentiel de l'aide au sevrage tabagique

Vous envisagez d'arrêter de fumer, vous vous posez des questions sur les méfaits du tabagisme ou vous avez encore des réticences à arrêter de fumer. Bénéficier d'un accompagnement par des professionnels spécialisés peut être nécessaire pour franchir le pas et maintenir sa motivation durablement. L'infirmier tabacologue, peut vous y aider : quel est son rôle et son domaine d'intervention, comment se déroule la prise en charge ? A l'occasion de la [Semaine nationale de prévention](#), Stéphanie VANNOBEL- GENOU, infirmière tabacologue au CHU de Reims, membre de la SFT (Société Francophone de Tabacologie) et de l'AFIT&A (Association Francophone des Infirmières en Tabacologie et Addictologie) répond à ces questions et nous partage son expérience.

## **Vous êtes infirmière tabacologue, cette spécialité est assez méconnue, quelle formation faut-il pour l'exercer ?**

En plus de son diplôme infirmier, l'IDET (Infirmier(e) Diplômé d'Etat Tabacologue) est titulaire d'un Diplôme Inter-Universitaire (DIU) de Tabacologie et d'aide au sevrage tabagique. Cette formation nous apporte les connaissances nécessaires et des compétences spécifiques pour accompagner les fumeurs dans le changement de leur consommation de tabac mais également pour faire de la prévention et de la formation auprès de personnel soignant.

## **Quelles peuvent être ses modalités d'intervention ?**

L'infirmier.e qui exerce cette spécialité peut être un.e infirmier.e libéral.e, scolaire ou de médecine du travail et dans ce cas il/elle exerce cette fonction parmi d'autres. Mais c'est aussi le plus souvent un.e infirmier.e d'un lieu de santé (centre hospitalier général ou universitaire, clinique privée...) qui peut exercer cette activité à temps partiel voire à plein temps.

## **En quoi consiste les missions de l' infirmier.e tabacologue ?**

Certains d'entre nous participent à la formation d'autres professionnels (étudiants, paramédicaux, médecins ...) ou à des campagnes de prévention (Mois sans tabac...)

Mais notre rôle principal est d'accompagner les fumeurs dans la prise en charge de leur dépendance tabagique. Grâce à des entretiens ciblés et menés dans le respect des bonnes pratiques, l'IDET évalue la dépendance tabagique, la motivation, et le projet du fumeur pour lui proposer **une prise en charge individualisée respectant ses souhaits car chaque fumeur est différent.**

Selon son lieu d'exercice, l'IDET pourra accompagner le fumeur sur son lieu de travail, en milieu scolaire, ou comme moi en consultations externes et au cours d'une hospitalisation. Dans ce dernier cas, nous devons pouvoir répondre rapidement aux demandes.

## **Concrètement, comment se déroule la prise en charge des personnes que vous**

## accompagnez ?

Dans notre établissement, l'IDET rencontre la première fois le patient le plus souvent en chambre, pendant une hospitalisation, pour initier la prise en charge, lui proposer une substitution nicotinique qui sera réadaptée si besoin avant la sortie, préparer avec lui le retour à la maison et lui proposer un suivi en externe (parfois téléphonique). Nous utilisons des substituts nicotiques chez 95 % des fumeurs rencontrés. Ils sont efficaces mais doivent pour cela être suffisamment dosés, ce que l'IDET maîtrise parfaitement.

Les patients pris en charge en dehors ou après une hospitalisation peuvent bénéficier de l'accompagnement de toute notre équipe pluridisciplinaire (médecins tabacologues, psychiatre, diététicienne, IDET, psychologue...) et de spécialités comme l'éducation thérapeutique (en groupe ou en individuel) ou de la yogathérapie. Nous avons pour habitude de dire que le suivi est à la carte, il est primordial de placer le patient comme un acteur à part entière de sa démarche et de lui proposer un environnement thérapeutique personnalisé.

Après un premier entretien d'environ 45 minutes, la fréquence et la durée de la prise en charge sont très variables, et se poursuivent en général au-delà de l'arrêt du tabac pour prévenir le risque de reprise.

## A quels types de situations/demandes êtes-vous le plus souvent confrontée ?

Je rencontre régulièrement des fumeurs qui ne sont pas encore prêts à l'arrêt complet et définitif du tabac. Et même si cela reste l'objectif à atteindre, il est parfois intéressant de débiter la prise en charge par **une réduction contrôlée du tabac**. Le principe étant de commencer par réduire sa consommation de tabac avec une substitution nicotinique.

Cette stratégie permet au fumeur de s'engager dans la démarche et de se projeter vers un arrêt du tabac avec moins de difficultés, d'appréhension ou de risques.

## Comment solliciter un accompagnement par un.e infirmier.e tabacologue ?

Certains d'entre nous sont référencés sur [l'annuaire de la Société Francophone de Tabacologie](#) ou sur [le site de Tabac Info Service](#).

La majorité des consultations hospitalières de tabacologie ont des IDET et l'accès à ces consultations est libre (en dehors du parcours de soins coordonnés). Dans tous les cas, les professionnels qui suivent les personnes atteintes de diabète sauront les orienter.

## Les infirmier.es peuvent-t-il prescrire des substituts nicotiques ?

Les IDET, comme tous les infirmiers, peuvent prescrire les substituts nicotiques depuis la loi de modernisation de notre système de santé du 26 janvier-2016\* et la plupart de ces traitements sont remboursés.

**Quel(s) message(s) souhaitez-vous faire passer aux personnes qui se questionnent sur l'arrêt du tabac ? Notamment aux personnes diabétiques ou à risque de le devenir ?**

**Qu'il n'est jamais trop tard pour arrêter de fumer, notamment si l'on considère que le tabagisme est le principal facteur de risque de mortalité chez le diabétique de type 2 ; et qu'il n'y a rien à perdre à essayer puisque chaque tentative rapproche de l'arrêt définitif.**

\*Pour en savoir plus sur les substituts nicotiniques, consultez [le site de l'Assurance Maladie](#).