

PRISE EN CHARGE NON PHARMACOLOGIQUE DU SEVRAGE TABAGIQUE PENDANT LA GROSSESSE

Violaine Peyronnet

Hôpital Louis Mourier, Colombes

Les auteurs n'ont pas de lien d'intérêt



LE « CONSEIL »

Définition

- Terme vaste pouvant regrouper les différents types de conseils (minimal, entretien motivationnel, thérapies, soutien comportemental) délivrés par une tierce personne
- Individuel ou fait en groupe, en face à face ou par téléphone

Evaluation

- Un bénéfice par rapport aux pratiques habituelles des équipes sur le taux de sevrage en fin de grossesse (NP1).
- Pas de supériorité d'une technique plutôt qu'une autre
- Semble également avoir un bénéfice, bien que modéré sur le poids de naissance et le taux de naissances prématurées (NP2)

Recommandation

- Il est recommandé de réaliser “un conseil” (“*counselling*”) à toute femme enceinte fumeuse afin de favoriser le sevrage (Grade A)



LES DIFFÉRENTS TYPES DE « CONSEIL »

Conseil minimal, Intervention brève

- Définition**
- Le conseil minimal: « Fumez-vous actuellement ? » et « Souhaitez-vous arrêter de fumer ? »
 - Intervention brève: 5A's pour « ask, advice, assess, assist, arrange »
- Evaluation**
- Améliore l'information délivrée aux femmes enceintes mais pas d'efficacité sur l'arrêt du tabac (NP2). Permet d'organiser une prise en charge adaptée

Entretien motivationnel



- Définition**
- Exploration *empathique* de l'ambivalence du fumeur face au changement avec un *partenariat coopératif* et collaboratif valorisant son autonomie. L'EM est directionnel et vise à augmenter la motivation au changement et la *confiance* du sujet en s'appuyant sur ses propres perceptions
- Evaluation**
- L'efficacité dans le sevrage tabagique bien que démontrée en population générale, ne l'a pas été pendant la grossesse (NP2)



Soutien psychologique ou comportemental

Définition

- Techniques plus personnalisées incluant: les interventions de soutien, la psychothérapie de soutien, le soutien comportemental, les thérapies cognitivo-comportementales

Evaluation

- Ne semblent pas montrer de supériorité de ces techniques par rapport aux prises en charges usuelles chez la femme enceinte (NP2)
- Le bénéfice de ces techniques dépend de la demande de la fumeuse enceinte et de son adhésion à la prise en charge, de son suivi global, du professionnel et de la relation thérapeutique de ce professionnel avec la femme enceinte

Recommandation finale

- Un *interrogatoire systématique* sur la consommation potentielle de tabac et en cas de consommation le détail de *l'histoire* tabagique doit être réalisé pour proposer les différents types de conseils selon la demande et les prendre en charge de façon multidisciplinaire (Grade A)



LES INCITATIONS FINANCIÈRES

Définition

- Pour encourager recrutement dans un programme de sevrage, récompenser le suivi ou l'abstinence
- Paiements en espèces, bons d'achats, primes, articles promotionnels
- Conditionnées ou non à l'abstinence

Evaluation

- Ces mesures, en particulier les incitations conditionnées à l'abstinence présentent un bénéfice en termes de sevrage tabagique en fin de grossesse et éventuellement d'issues néonatales avec un coût/bénéfice en faveur de l'aide au sevrage (NP1)

- La réalisation d'expérimentations sur la mise en place pratique de ces méthodes et sur l'évaluation coût/efficacité en France permettra d'établir des recommandations





LE RÉTROCONTRÔLE

Définition

- Fournir un retour d'information sur la consommation tabagique via des marqueurs :
 - Mesure du monoxyde de carbone (CO) expiré
 - Cotinine urinaire
 - Retour sur les potentiels effets négatifs du tabagisme pour la santé maternelle et celle du fœtus (échographies)

Evaluation

- Résultats très décevants pour le sevrage (NP2)

Recommandation

- L'utilisation systématique n'est pas recommandée (Grade C)
- L'expérience clinique suggère cependant que le CO testeur est important dans l'alliance thérapeutique avec la femme enceinte fumeuse (Accord professionnel)





LES MÉTHODES D'AUTO-SUPPORT



Définition

- Ne nécessitant pas l'aide de professionnels de santé ou de soutien en groupe
- Brochures, manuels avec des programmes structurés (écrit, applications, vidéos) via le téléphone, le smartphone ou internet

Evaluation

- Semblent globalement plus efficaces que l'absence d'intervention pour aider au sevrage tabagique chez la femme enceinte (NP2) mais leur bénéfice en complément des autres moyens de prise en charge est peu étudié

Recommandation

- L'utilisation des méthodes d'auto-support dans leur ensemble chez la femme enceinte fumeuse est recommandée afin d'améliorer le taux de sevrage (Grade C)





L'ÉDUCATION À LA SANTÉ

Définition

- Comprend les possibilités d'apprendre pour améliorer les compétences des individus en matière de santé, et ainsi favoriser la santé des individus et des communautés
- Via messages, lettres, SMS, information en consultation



Evaluation

- L'éducation à la santé sous ses différentes formes semblerait avoir un effet positif sur l'arrêt du tabac (NP2)

Recommandation

- L'éducation à la santé est recommandée à toutes les femmes enceintes, au même titre que les différentes prises en charges ayant démontré leur efficacité (Grade B)



www.tabac-info-service.fr



PRISES EN CHARGE «ALTERNATIVES/COMPLÉMENTAIRES»

Définition

- Acupuncture
- Hypnose
- Activité physique



Evaluation

- Les effets de l'hypnothérapie et de l'acupuncture sur le sevrage tabagique n'ont peu ou pas été étudiés chez les femmes enceintes fumeuses
- La pratique d'une activité physique modérée associée à des séances de soutien comportemental n'a pas montré d'effet significatif statistiquement sur l'arrêt du tabac chez les femmes enceintes (NP2), mais permet une diminution significative du craving (NP3)

www.tabac-info-service.fr

