



COMMUNIQUE DE PRESSE DU CONSEIL SCIENTIFIQUE DU COLLEGE NATIONAL DES GENERALISTES ENSEIGNANTS

Montreuil, le 14/11/2016

Le CNGE soutient la campagne « Novembre, moi(s) sans tabac » mais pour être efficace la mobilisation doit s'inscrire dans la durée.

Aider une personne à arrêter de fumer est l'une des interventions en santé les plus efficaces sur la mortalité à long terme. Pour éviter un décès en 30 ans, il faut que 9 patients arrêtent de fumer (nombre de sujets à traiter, NST=9). Pour le même résultat, il faut que 16 pratiquent une activité physique modérée ou encore que 31 hypertendus contrôlent leur pression artérielle (1).

La consultation auprès d'un médecin généraliste pour divers motifs est parfois le seul contact d'un patient avec le système de santé. Ce contact peut être mis à profit sans perte de temps pour la promotion de la santé du patient. Les données d'efficacité des aides à l'arrêt du tabac, qu'elles soient cognitivo-comportementales ou pharmacologiques (en particulier avec des traitements substitutifs à base de nicotine) sont solides (2,3,4). L'identification d'un tabagisme chez un(e) patient(e) suivi d'une intervention brève sous forme de conseil minimal est non seulement efficace pour initier une tentative d'arrêt mais très réalisable en pratique (3). Son efficacité est majorée lorsque qu'elle est combinée à un traitement pharmacologique (permettant à 144 à 170 personnes sur 1000 d'arrêter de fumer au moins 6 mois versus 86 sur 1000 avec conseil minimal seul, (NST = 12 à 17) (2).

L'entretien motivationnel, une technique cognitivo-comportementale visant à augmenter la motivation par l'exploration de l'ambivalence et sa résolution puis à soutenir l'effort pour éviter les rechutes, a montré une supériorité par rapport aux interventions brèves en termes d'arrêt prolongé (NST=26 à 59) (5).

À grande échelle, l'accès aux aides à l'arrêt du tabac ayant une efficacité prouvée a un effet considérable sur le nombre d'années de vie gagnées (7500 à 30 000 pour 100 000 fumeurs ayant accès aux aides)(6). Fort du succès d'une précédente opération anglaise, la campagne « Moi(s) sans tabac » a pour objectif de mobiliser bien au-delà du champ de la santé. Le choix d'un « mois d'intervention » s'appuie sur le constat qu'une personne a 5 fois plus de chance d'arrêter complètement de fumer si elle tient 28 jours sans tabac (6).

Le CNGE s'associe à l'opération « Moi(s) sans tabac » lancée par Santé Publique France, le Ministère de la Santé, l'Assurance Maladie et de l'Institut National du Cancer. Il s'est associé à l'appel des professionnels contre le tabac (7). Le CNGE déclinera, lors de son Congrès national à Grenoble, des sessions scientifiques sur ce thème, le 23 novembre prochain (8).

Le CNGE souligne toutefois que :

- **Les opérations pour augmenter l'accès aux aides efficaces doivent s'inscrire dans la durée et pas seulement pendant un mois donné.**
- **Les patients fumeurs doivent à la fois être repérés et se voir proposer un accompagnement en médecine générale.**

L'intervention brève et l'entretien motivationnel sont efficaces sur le sevrage et sont des modèles d'intervention non médicamenteuse en médecine générale. Le CNGE demande de réserver des moyens dans le cadre du développement professionnel continu, pour la diffusion des techniques de relation et de communication auprès des patients fumeurs et de tous autres usagers de substances délétères pour la santé.

Références

1. Woolf SH. The need for perspective in evidence-based medicine. JAMA. 1999 Dec 22;282(24):2358–65.
2. Stead LF, Koilpillai P, Fanshawe TR, Lancaster T. Combined pharmacotherapy and behavioural interventions for smoking cessation. Cochrane Database Syst Rev. 2016 Mar 24;3:CD008286.
3. West R, Raw M, McNeill A, Stead L, Aveyard P, Bitton J, et al. Health-care interventions to promote and assist tobacco cessation: a review of efficacy, effectiveness and affordability for use in national guideline development. Addict Abingdon Engl. 2015 Sep;110(9):1388–403.
4. Poulsen PB, Spillemos H, Nielsen G, Hergel L-L, Wedell-Wedellsborg D, Strand M, et al. Real-life effectiveness of smoking-cessation treatments in general practice clinics in Denmark. The Escape Smoke project. Respir Med. 2015 Feb;109(2):218–27.
5. Lindson-Hawley N, Thompson TP, Begh R. Motivational interviewing for smoking cessation. Cochrane Database Syst Rev. 2015 Mar 2;(3):CD006936.
6. West R, Stapleton J. Clinical and public health significance of treatments to aid smoking cessation. Eur Respir Rev. 2008;(17):199–204.
7. Disponible sur : (<http://appeldes100000.fr/>).
8. Congrès du Collège national des médecins généralistes enseignants Grenoble 2016. Disponible sur : http://www.cnge.fr/media/docs/cnge_files/file_manager/michele_lieurade/Congres%20CNGE%20Grenoble%202016%20-%20Programme%20preliminaire.pdf

Contacts presse :

Henri Partouche : henri.partouche@parisdescartes.fr - 06 85 90 64 43

Vincent Renard : v.renard@cnge.fr – 06 25 80 33 29