

SEVRAGE TABAC - Fiche technique, septembre 2023 - Version imprimer

Thématique:

Prévention, Dépistage et Risques aggravés

Auteur:

Autre

Type de document:

Fiches et documents pour la pratique

Profil:

Acteurs de Santé de Ville

Médical - Oncologie

Paramédical

Mot(s) clef(s):

Actualités et agenda

Fiches et documents pratiques (Pro)

Illustration en remplacement:



SEVRAGE TABAC

Fiche technique, septembre 2023

1) Évaluer la dépendance à la nicotine : test de Fagerström simplifié

Combien de cigarettes fumez-vous par jour ?	10 ou moins 11 à 20 21 à 30 31 ou plus	0 1 2 3
Dans quel délai après le réveil fumez-vous votre première cigarette ?	Moins de 5 minutes 6 à 30 minutes 31 à 60 minutes Après plus d'1 heure	3 2 1 0
Interprétation selon les auteurs :	0-1 : pas de dépendance 2-3 : dépendance modérée 4-5-6 : dépendance forte	

2) Évaluer le dosage

1 cigarette = 1mg de nicotine par patch.
exemple : 20 cig/j = patch 21 mg/j

On y associera des formes orales à la demande, autant qu'il est nécessaire, pour ne pas ressentir le manque.

→ La dose à proposer dépendra : > Du nombre de cigarettes fumées par jour
> Du délai entre le réveil et la 1ère cigarette

FUME	< 10 cig. / jour	11 - 20 cig. / jour	21 - 30 cig. / jour	> 30 cig. / jour
moins de 5' après le lever	Patch moyen + formes orales	Patch grand + formes orales	Patch grand + patch moyen + formes orales	Patch grand + patch moyen + formes orales
moins de 30' après le lever	Patch moyen + formes orales	Patch grand ou moyen + formes orales	Patch grand + formes orales	Patch grand + patch moyen + formes orales
30 à 60' après le lever	Formes orales	Patch grand ou moyen + formes orales	Patch grand + formes orales	Patch grand + formes orales
plus de 60' après le lever	Rien ou formes orales	Patch moyen + formes orales	Patch grand + formes orales	Patch grand + formes orales

Patch grand = correspond aux formes 25mg/16h ou 21mg/24h ou 15mg/16h

Patch moyen = correspond aux formes 14mg/24h ou 10mg/16h

Patch petit = correspond aux formes 7mg/24h

ARCA-Sud - Association Régionale de Coordination en Addictologie de la région Sud
Une information, une orientation ? www.arca-sud.fr - 04 88 926 888



SEVRAGE TABAC

Fiche technique, septembre 2023

1) Évaluer la dépendance à la nicotine : test de Fagerström simplifié

Combien de cigarettes fumez-vous par jour ?	10 ou moins 11 à 20 21 à 30 31 ou plus	0 1 2 3
Dans quel délai après le réveil fumez-vous votre première cigarette ?	Moins de 5 minutes 6 à 30 minutes 31 à 60 minutes Après plus d'1 heure	3 2 1 0
Interprétation selon les auteurs :	0-1 : pas de dépendance 2-3 : dépendance modérée 4-5-6 : dépendance forte	

2) Évaluer le dosage

1 cigarette = 1mg de nicotine par patch.
exemple : 20 cig/j = patch 21 mg/j

On y associera des formes orales à la demande, autant qu'il est nécessaire, pour ne pas ressentir le manque.

→ La dose à proposer dépendra : > Du nombre de cigarettes fumées par jour
> Du délai entre le réveil et la 1ère cigarette

FUME	< 10 cig. / jour	11 - 20 cig. / jour	21 - 30 cig. / jour	> 30 cig. / jour
moins de 5' après le lever	Patch moyen + formes orales	Patch grand + formes orales	Patch grand + patch moyen + formes orales	Patch grand + patch moyen + formes orales
moins de 30' après le lever	Patch moyen + formes orales	Patch grand ou moyen + formes orales	Patch grand + formes orales	Patch grand + patch moyen + formes orales
30 à 60' après le lever	Formes orales	Patch grand ou moyen + formes orales	Patch grand + formes orales	Patch grand + formes orales
plus de 60' après le lever	Rien ou formes orales	Patch moyen + formes orales	Patch grand + formes orales	Patch grand + formes orales

Patch grand = correspond aux formes 25mg/16h ou 21mg/24h ou 15mg/16h

Patch moyen = correspond aux formes 14mg/24h ou 10mg/16h

Patch petit = correspond aux formes 7mg/24h

ARCA-Sud - Association Régionale de Coordination en Addictologie de la région Sud
Une information, une orientation ? www.arca-sud.fr - 04 88 926 888

Date de mise en ligne:

Lundi, octobre 30, 2023

Date de fin de mise en ligne :

Lundi, octobre 30, 2023

Fichier:

[tabac-fiche-technique-sevrage-impression-2pages_2023-10-02.pdf](#)

Date de parution:

Lundi, octobre 30, 2023