



# Pour en finir avec la nicotine :

## un outil pour les professionnels de la santé du Québec

Adapté de l'algorithme de pharmacothérapie pour l'abandon du tabac de l'Association des pharmaciens pour un Canada sans fumée et de l'algorithme de Can-Adaptt.

**Tableau 1. Agents pour l'abandon du tabac au Québec\***

| Agent<br>Dose disponible                              | Posologie usuelle – le traitement doit être personnalisé  | Couverture RAMQ et assurances privées de base**   |
|---|---|---|
| <b>Timbre</b><br>7, 14 ou 21 mg                       | X timbre(s) de X mg OU 1 timbre de X mg + 1 timbre de X mg porté durant 24 heures. Max 84 mg/jour<br>Pour 2 à 6 semaines puis sevrage graduelle sur 8 à 12 semaines (viser 10-12 semaines de traitement)<br><b>Voir figure 1</b>  | 12 semaines consécutives/<br>année sans limite de quantité<br>(le prescripteur peut faire débloquer des timbres supplémentaires après les 84 accordés initialement) |
| <b>Gomme</b><br>2 ou 4 mg - Action brève et rapide    | 1 gomme de 2 ou 4 mg toutes les 1-2 heures et au besoin.<br>Max 15 à 20 morceaux/jour<br><b>Voir figure 1</b>   | 12 semaines consécutives/<br>année (jusqu'à 840 morceaux)   |
| <b>Pastille</b><br>2 ou 4 mg - Action brève et rapide | 1 pastille de 2 ou 4 mg toutes les 1-2 heures et au besoin.<br>Max 15-20 morceaux/jour<br><b>Voir figure 1</b>  | Certaines marques pour 12 semaines consécutives/année   |
| <b>Vaporisateur</b><br>1 mg - Action brève et rapide  | 1 dose au besoin dès que l'envie de fumer se fait sentir  | Non remboursé RAMQ  |
| <b>Inhalateur</b><br>4 mg - Action brève et rapide    | 1 utilisation de 5 min ou + au besoin dès que l'envie de fumer se fait sentir<br>Dose initiale habituelle : 4 à 8 cartouches/jour<br>Max 12 cartouches/jour   | Non remboursé RAMQ  |
| <b>Varécinline***</b><br>0,5 ou 1 mg                  | Jours 01 à 03 : 0,5mg DIE<br>Jours 04 à 07 : 0,5mg BID<br>Jours 08 et + : 0,5 ou 1mg BID (selon réponse et tolérance au traitement)   | 12 semaines consécutives/année<br>(le prescripteur peut prolonger pour 12 autres semaines si abstinence à la fin du premier cycle)                                  |
| <b>Bupropion***</b><br>150 mg                         | Jours 01 à 03 : 150mg DIE<br>Jours 04 et + : 150mg BID  | 12 semaines consécutives/année  |
| <b>Cystisine</b><br>1,5 mg                            | Jours 01 à 03 : 1 capsule 6 f.p.j. toutes les 2h, tout en diminuant de façon progressive le nombre de cigarettes fumées<br>Jours 04 à 12 : 1 capsule toutes les 2,5 h - 5 capsules/jour<br>Jours 13 à 16 : 1 capsule toutes les 3 h - 4 capsules/jour<br>Jours 17 à 20 : 1 capsule toutes les 5 h - 3 capsules/jour<br>Jours 21 à 25 : 1 ou 2 capsules/jour | Non remboursé RAMQ  |

### Suivi initial

Un suivi dans les premières 48 heures après le début du traitement est primordial.

Ce suivi peut se faire par téléphone et doit permettre de :

- Vérifier le statut tabagique
- Encourager et renforcer l'adhésion thérapeutique
- Évaluer les symptômes de sevrage et effets secondaires du traitement

Un suivi après 7 jours devrait aussi être planifié.

Un suivi plus serré pourrait être envisagé pour certains patients.



### Gestion de la rechute

Les rechutes sont normales et sont des tremplins vers la réussite de l'abandon.

Lorsqu'elles se produisent, il s'agit d'une opportunité :

- De féliciter le patient pour les efforts faits et lui faire prendre connaissance du nombre de cigarettes qu'il n'a pas fumé pendant sa période d'abstinence.
- D'évaluer et d'ajuster la pharmacothérapie : doses, durée de traitement, changement d'agent, combinaisons.
- D'assurer un suivi personnalisé.
- Renforcer l'importance d'un soutien comportemental au choix du patient.



### Différentes techniques d'utilisation des TRN

- TRN en association
- TRN en monothérapie
- Réduire pour arrêter™
- Pré-abandon™
- Arrêt planifié avec date

Détails dans la Foire aux questions



**Figure 1. Posologie initiale des TRN en association**



\*Principaux agents non reliés à l'industrie du tabac

\*\* La couverture via les assurances privées peut varier. Il est donc impératif de valider la protection individuelle.

\*\*\* Prescription d'un médecin ou d'un pharmacien requise

# Si le patient fume plus de 40 cigarettes/jour : deux timbres de 21 mg + TRN à action brève (4 mg pour les gommes et les pastilles)

## Questions essentielles

Ces questions et leurs choix de réponses sont intégrés dans le nouvel outil web du RQESR permettant de développer et d'imprimer un plan de traitement personnalisé d'abandon du tabac

### Votre statut tabagique

1- En tant que professionnel de la santé, je dois vous aviser de cesser de fumer pour améliorer considérablement votre santé et votre qualité de vie, êtes-vous prêts à apporter ce changement ?

### Votre première cigarette

2- Combien de minutes suivant votre réveil fumez-vous votre première cigarette ?

### Habitudes de vie

3- Combien de cigarettes fumez-vous par jour ?  
4- Buvez-vous plus de 5 tasses de café par jour ?

### Votre expérience

5- Avez-vous déjà utilisé un produit d'abandon tabagique dans le passé ?

### Autres informations importantes

6- Présentez-vous ou avez-vous déjà présenté une ou plusieurs des conditions particulières? Liste complète disponible en ligne.

### Vers la sélection d'une aide pharmacologique

7- Avez-vous des préférences ?  
8- Êtes-vous couvert(e) par un régime d'assurance-médicaments ?  
9- Au cours des 12 dernier mois, avez-vous fait usage de l'un ou l'autre des produits d'abandon tabagique ?

### État fonctionnel des reins

10- Quel est le débit de filtration glomérulaire ou la clairance à la créatinine ?

### À propos de vos médicaments

11- Quels médicaments prenez-vous sur une base régulière ?



Balayez le code QR pour accéder au nouvel outil web et aux informations complémentaires

## Foire aux questions

### Peut-on fumer et utiliser des TRN simultanément ?

Dans certaines circonstances, notamment avec les timbres Nicoderm et avec les TRN action brève dans la stratégie Réduire pour arrêter™.

### Quelles sont les précautions et le contre-indications à l'utilisation de ces agents ?

Elles ont été rassemblées sur la page web du renoncement au tabac du site du RQESR disponible en balayant le code QR.

### Qu'est-ce que Réduire pour arrêter™ ?

Utiliser les TRN à action brève pour diminuer progressivement le nombre de cigarettes fumées.

Étape 1 (0 à 6 sem.) : Établir un calendrier de réduction- Viser 50% / Étape 2 (6sem. À 6mois) : Poursuivre la réduction - Viser 100% à 6 mois max/ Étape 3 (< 9 mois) : Garder TRN PRN / Étape 4 (< 12 mois ou +) : Cesser TRN

### Est-ce qu'il y a des risques à utiliser à long terme les TRN à action brève (gomme, pastille) ?

Il est de mise d'essayer de diminuer ou cesser leur utilisation mais il n'y a pas de risque pour usage à long terme (à part les effets indésirables pouvant survenir lors de la durée prévue du traitement).

### À part les TRN en association, y a-t-il d'autres combinaisons possibles ?

Oui : Varénicline+Timbre / Bupropion+Timbre / Varénicline+Bupropion

### Quelles sont les principales interactions à considérer lors de l'abandon du tabac ?

Une des plus fréquentes est la caféine d'où la question 4 du questionnaire. Pour la liste complète des interactions à surveiller, balayez le code QR.

### Qu'est-ce que pré-abandon ?

Stratégie qui consiste à amorcer la TRN (timbre) 2 à 4 semaines avant le moment fixé pour l'arrêt complet de l'usage du tabac. Étant donné que le patient ne cesse pas de fumer complètement mais diminue sa consommation graduellement, on recommande d'amorcer la TRN avec des doses moindres que l'on devra majorer à l'arrêt complet.

### Est-ce que la varénicline peut être utilisée en première intention ?

Oui, il n'est plus nécessaire d'avoir essayé d'autres thérapies au préalable.

### Y a-t-il des témoignages inspirants de personnes qui ont réussi à arrêter ?

L'acteur et auteur Patrice Godin a livré un témoignage très pertinent lors du Colloque québécois en cessation tabagique 2024, organisé par le RQESR. Pour le visionner, balayer le code QR.

### Comment peut-on se procurer des échantillons de TRN à remettre aux patients ?

Après des représentants des compagnies ou en s'inscrivant à leurs différents sites web pour les professionnels de la santé (ex. : Kenvue Pro pour les produits Nicoderm, Nicorette)

### Où peut-on trouver les références utilisées pour développer cet outil ?

Sur le site web du RQESR en balayant le code QR.