

# Prévention tertiaire en post-cancer : l'exemple de la prise en charge des addictions

Formation des IDE's d'annonce et de coordination du territoire Savoie Belley

## **Dr Anouk GACHET**

Unité Transversale d'Éducation thérapeutique du Patient  
Gastro-entérologie Addictologie (tabacologie)

## **Mme Allisson GROSAY**

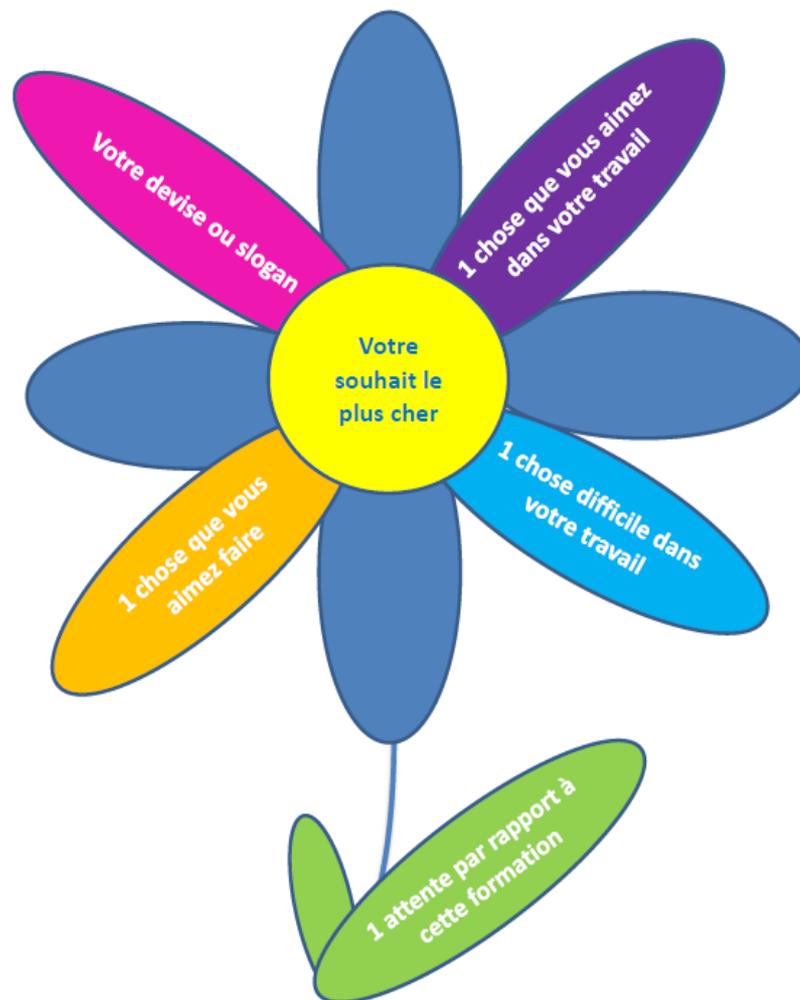
Educatrice en Activité Physique Adaptée,  
services endocrinologie-diabétologie et  
Gastro-entérologie Addictologie

# Quel est le programme ?

- Apprendre à se connaître
- Définir :
  - La prévention
  - La dépendance
- Place de la prévention tertiaire en post cancer : exemple de l'addictologie
  - Quand , comment ? (intervention brève, outils d'évaluation...)
  - Ressources et difficultés des patients
  - Prise en charges possibles
- Vos ressources !



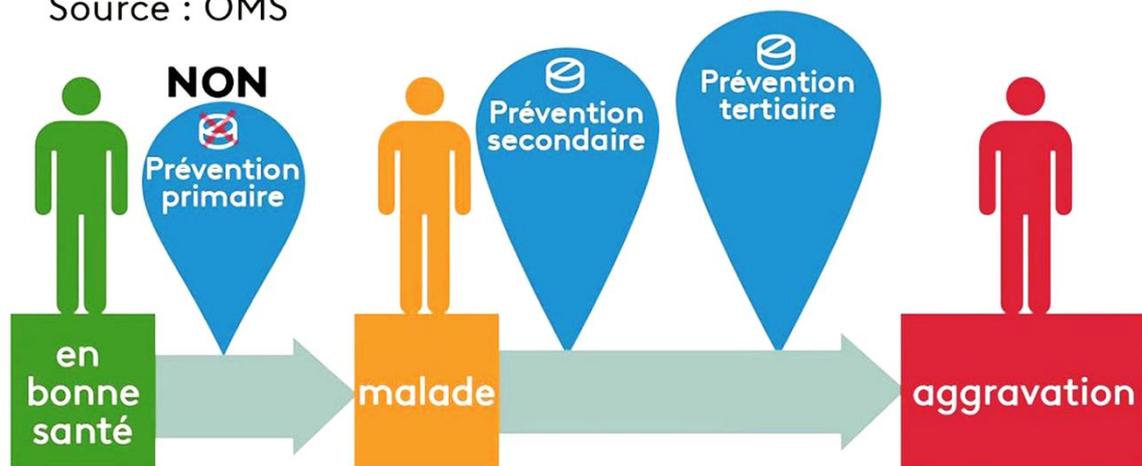
# Brisons la glace ☺



# Prévention : de quoi parlons-nous ?

## Trois types de prévention

Source : OMS



Organisation Mondiale de la Santé, 1948

# Prévention : de quoi parlons-nous ?

## Prévention primaire

- Eviter l'apparition des maladies = **lutter contre les facteurs de risque de cancers**



## Prévention secondaire

- Dépister au plus tôt = **organiser du dépistage des cancers**



## Prévention Tertiaire

- Eviter les récurrences & complications = **lutter contre les facteurs de risque de cancers + complications**



# Définir l'addiction / la dépendance

L'addiction est une affection cérébrale chronique, récidivante, caractérisée par la recherche et l'usage **compulsif** de drogue, **malgré la connaissance de ses conséquences nocives.**

*L'Institut Nord-Américain des drogues, le National Institute of Drug Abuse (NIDA)*

# Définir l'addiction / la dépendance

L'addiction est une affection médicale chronique, récidivante, caractérisée par la recherche et l'usage compulsif d'une drogue, malgré la connaissance des conséquences nocives.

Ils savent !

*L'Institut Nord-Américain des drogues, le National Institute of Drug Abuse (NIDA)*

# Définir l'addiction / la dépendance

« Etat psychique et parfois physique se caractérisant par des modifications de comportement, qui comprennent toujours une **pulsion** à consommer le produit afin **de retrouver ses effets psychiques** et **d'éviter le malaise de sa privation**

OMS 1969

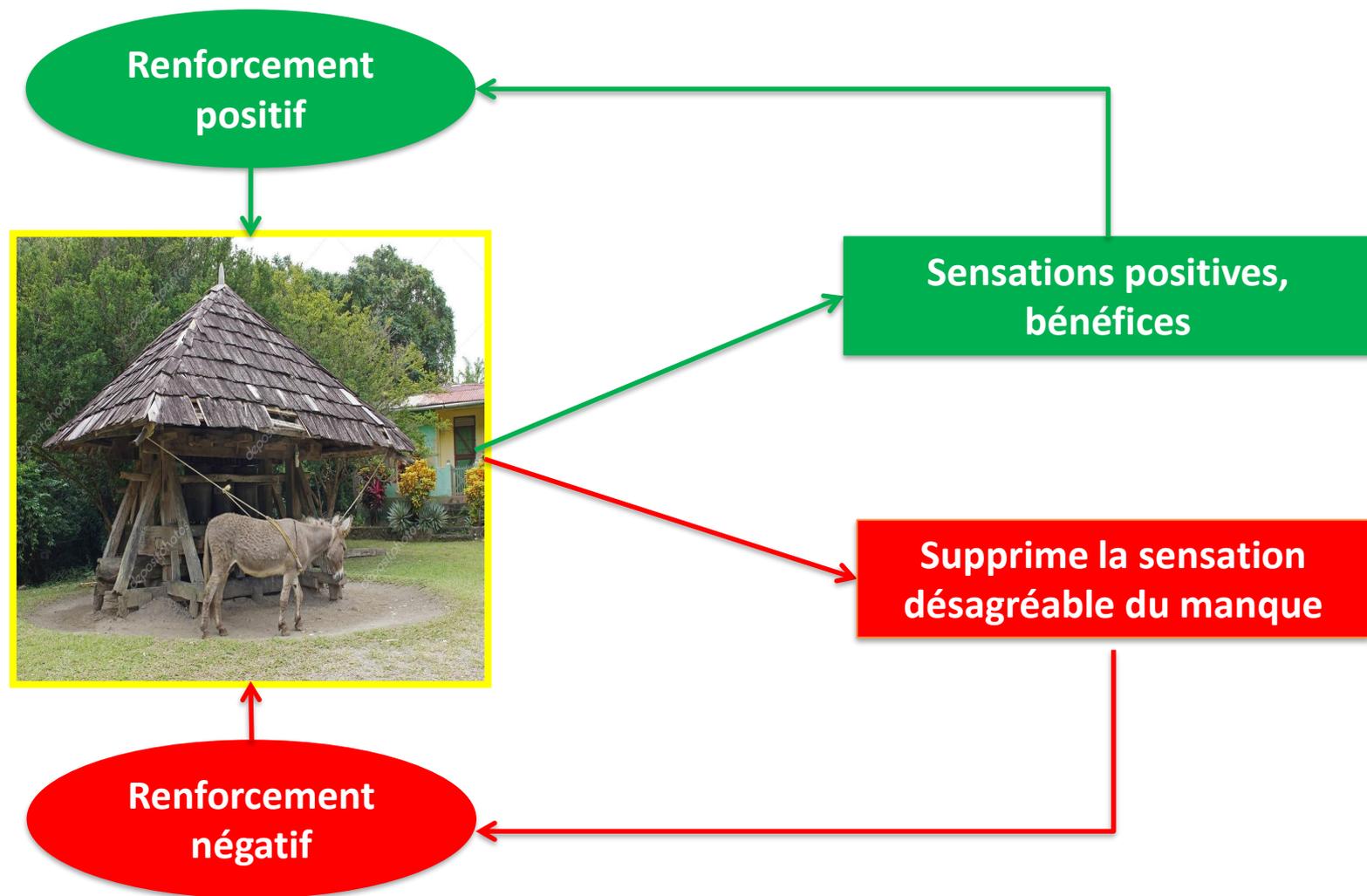
# Définir l'addiction / la dépendance

«  
c  
comp  
pulsion  
ses effe



e se  
s de  
urs une  
retrouver  
se de sa

# Définir l'addiction / la dépendance



# Les 3 composantes de l'addiction



## PHYSIQUE

Due à la substance  
addictive

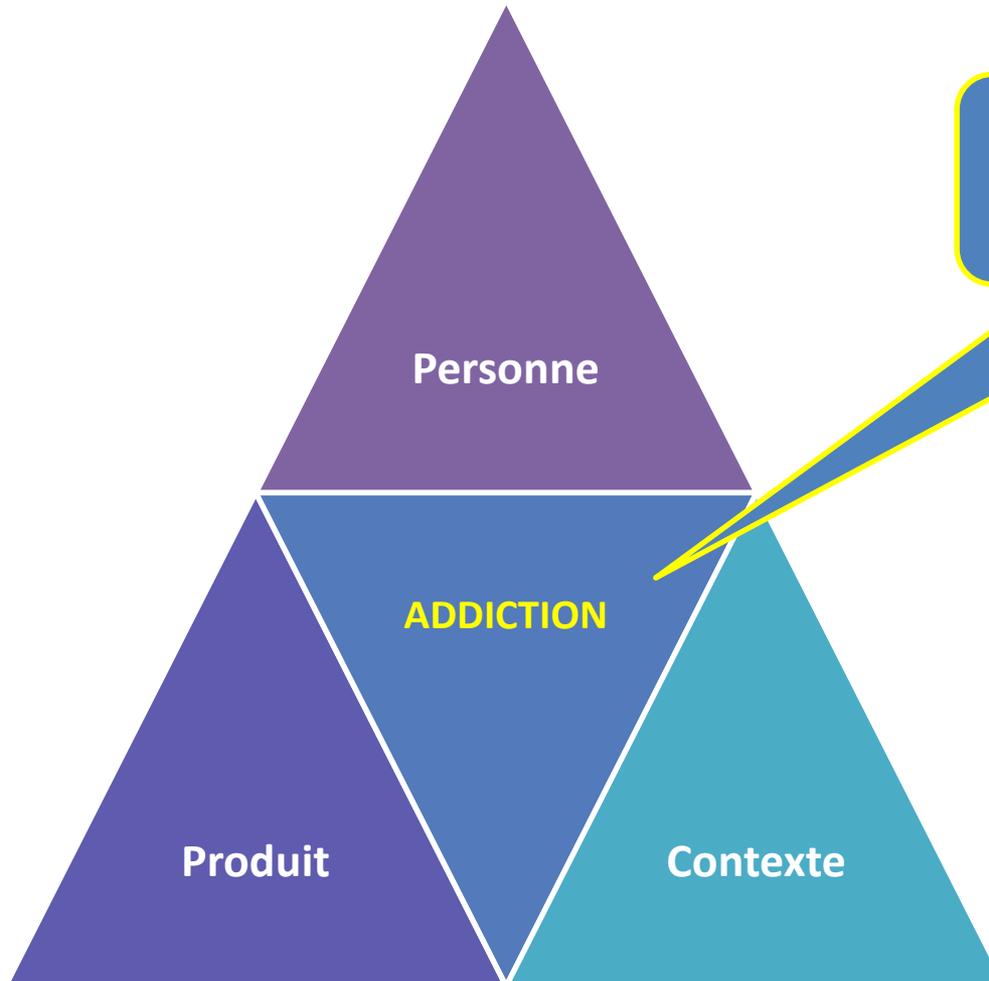
## COMPORTEMENTALE

Envie « réflexe »  
déclenchée par une  
situation

## PSYCHOLOGIQUE

Recherche des « effets positifs » de la  
cigarette

# Définir l'addiction / la dépendance



Une histoire de  
rencontre...



*Triangle de Dr OLIEWENSTEN*

# Addictologie et parcours d'un patient en cancérologie

Prévention  
primaire

Prévention  
secondaire

Prévention  
Tertiaire

- Le temps de l'annonce
- Le temps du traitement
- Le post cancer

# Addictologie et parcours d'un patient en cancérologie

Le temps de  
l'annonce

Le temps du  
traitement

Le post cancer

A chaque étape des possibilités de repérer, réévaluer et intervenir

# Le cercle de Prochaska



**Sortie permanente**  
Ce stade marque la réussite finale du processus dans lequel la personne consolide le stade de maintien

**Rechute**  
La rechute est possible et fait partie du processus normal de changement

**Maintien**  
Phase de consolidation du nouveau comportement

**Action**  
Le changement est engagé vers des modifications du style de vie

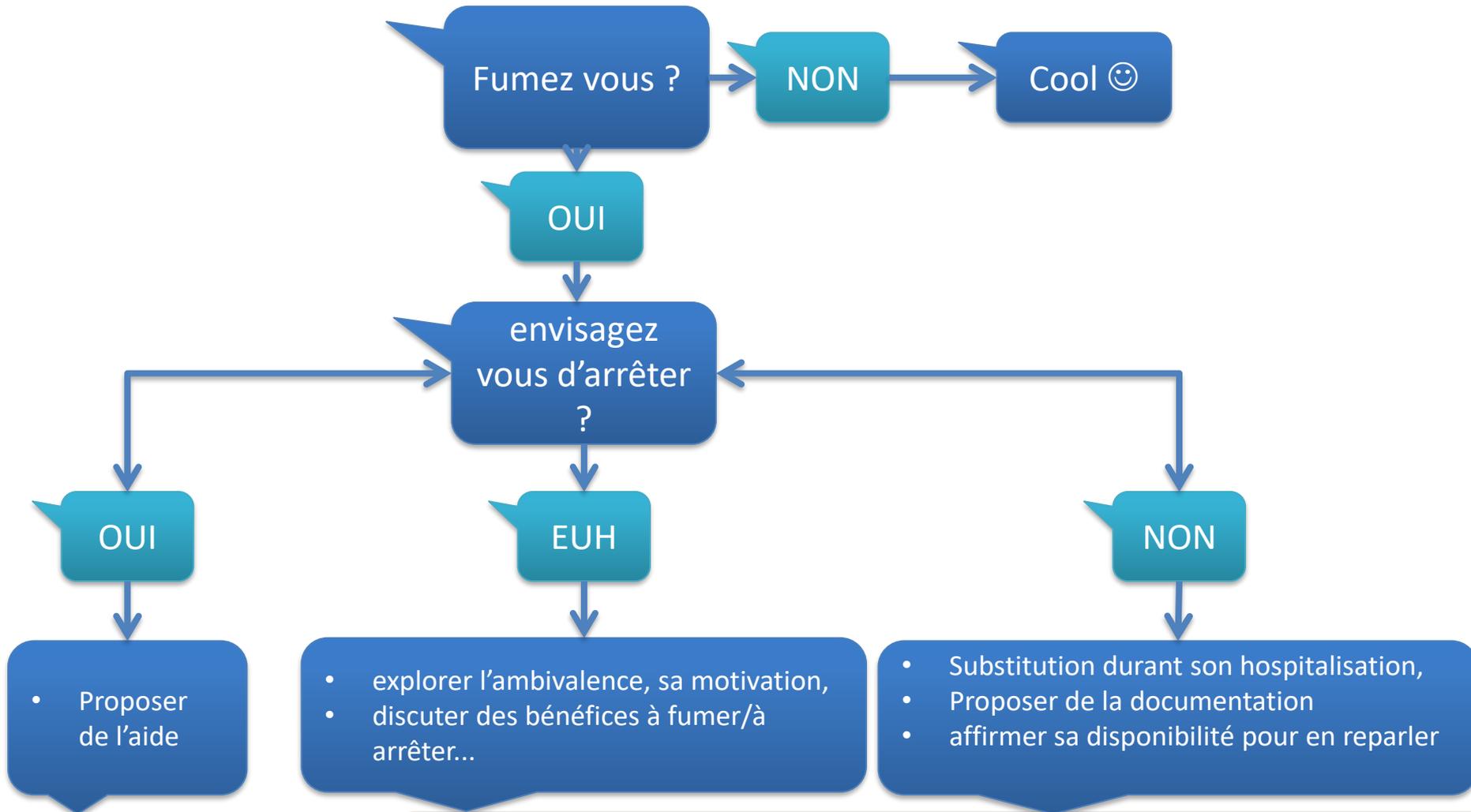
**Préparation**  
Intention de démarrer la phase d'action dans un futur proche

**Contemplation**  
Ambivalence: réflexion sur un changement de comportement, mais pas d'intention de se mettre en action

**Pré-contemplation**  
N'envisage pas de changer de comportement



# Repérer la consommation et adapter son intervention (RPIB)



# Mesurer la dépendance



Des tests /  
questionnaires

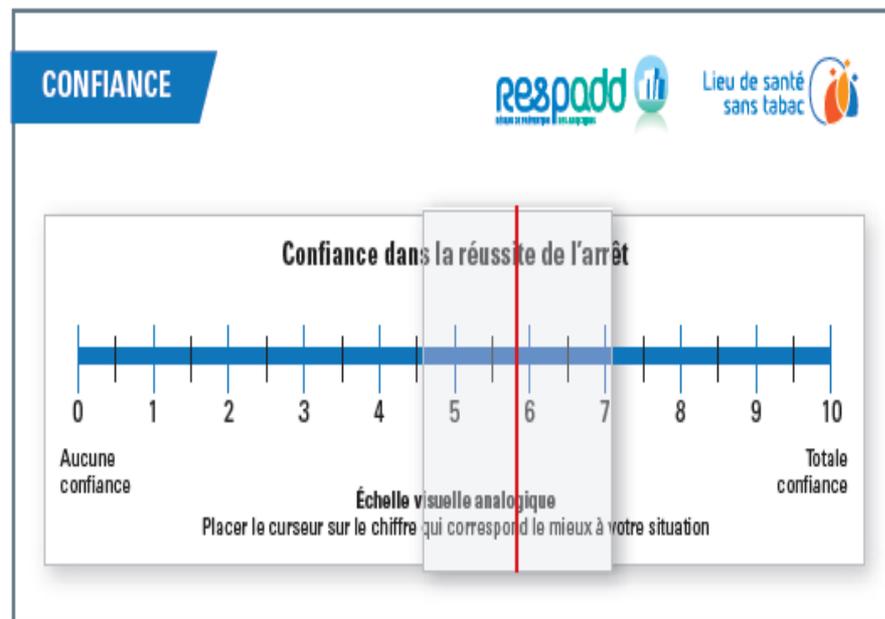
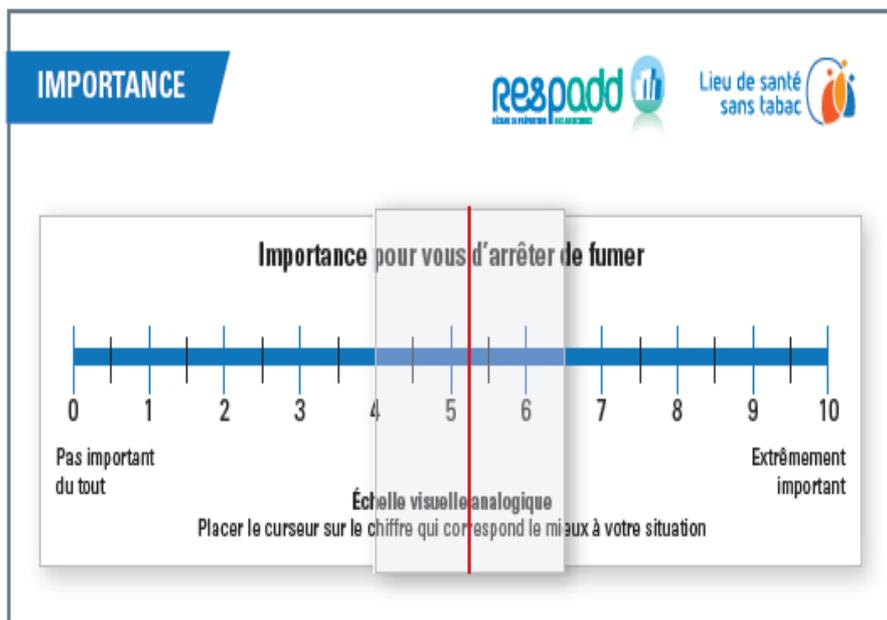
Des outils : testeur de  
CO



Des examens  
(conséquences)...

# Mesurer la motivation à l'arrêt

= auto-évaluation



# Bilan éducatif d'un patient fumeur

## A votre avis...

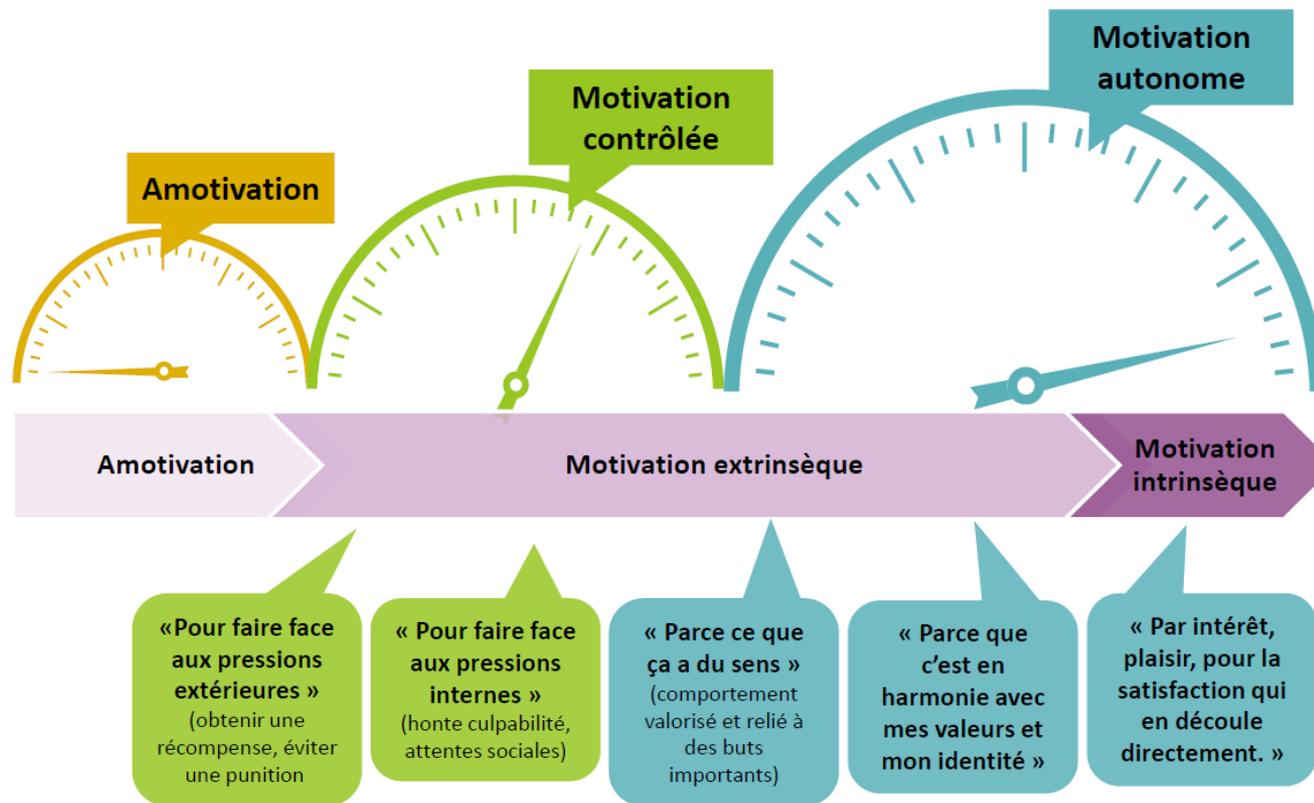
1. Quelles sont les **difficultés** que rencontre un patient fumeur dans le sevrage ?
2. Quelles sont ses **ressources** du patient ?
3. Quelles **prises en charges** proposeriez vous **en post-cancer** ?



# Soutenir le changement

## LA THÉORIE DE L'AUTO-DÉTERMINATION (TAD)

Deci et Ryan, 2002; Sarrazin et Trouilloud, 2006



Formation CPS IREPS

# Expérimentons 2 ressources possibles non médicamenteuses !

**Groupe 1 : 6 minutes de cohérence cardiaque**

**Groupe 2 : 6 minutes d'activité physique adaptée**



VS



# Expérimentons 2 ressources possibles non médicamenteuses !

[Les guides respiratoires – Cohérence Cardiaque Info  
\(coherenceinfo.com\)](http://coherenceinfo.com)



# Expérimentons 2 ressources possibles !

**Groupe 1 : 6 minutes de cohérence cardiaque**

**Groupe 2 : 6 minutes d'activité physique adaptée**



# Bénéfices attendus de l'APA dans le sevrage / la réduction

## Bénéfices indirectes l'arrêt du tabac

Gestion du craving (manque)

Régulation /  
stabilisation du poids

Limite les effets  
de la sédentarité

## Bénéfices physiologiques

↗ des capacités  
cardio-  
respiratoires

↗ de la  
condition  
physique

## Bénéfices psychologiques

↘ du stress, de  
l'anxiété

↗ du moral

Favoriser l'estime  
de soi et la  
confiance en soi

## Bénéfices dans le cadre du cancer

↘ la fatigue,  
améliore le  
sommeil

↘ du risque de  
sarcopénie

↗ la tolérance  
des traitements

# Bénéfices attendus de la cohérence cardiaque dans le sevrage / la réduction

## Bénéfices physiologiques

↘ du cortisol (l'hormone du stress) et ↗ du taux de DHEA (hormone antistress),

↘ rapide du rythme cardiaque,

↗ la profondeur de la respiration et ↘ de la fréquence respiratoire,

↘ pression artérielle.

## Bénéfices psychologiques

↗ retour au calme rapide après des épisodes stressants,

↗ résilience au stress,

↗ la capacité à ressentir des émotions/sentiments agréables,

↗ de la maîtrise émotionnelle,

↘ de l'inquiétude, de l'anxiété

## Bénéfices cognitifs

↗ perception des situations,

↗ la capacité à prendre des décisions / gérer des situations complexes,

↗ la capacité à rester calme lors des périodes à très fortes sollicitations,

↗ capacité à appréhender les situations avec recul et sans affects perturbateurs.

[https://www.thermes-brideslesbains.fr/sites/default/files/pdf/stress\\_et\\_coherece\\_cardiaque\\_dm\\_marcadet.pdf](https://www.thermes-brideslesbains.fr/sites/default/files/pdf/stress_et_coherece_cardiaque_dm_marcadet.pdf)

# Bénéfices attendus de la cohérence cardiaque dans le sevrage / la réduction

## Bénéfices physiologiques

↘ du cortisol (l'hormone du stress) et ↗ du taux de DHEA (hormone antistress)

↘ rapide de

↗ la profondeur et ↘ de la fréquence

↘ pression artérielle.

## Bénéfices psychologiques

**Aide pour la gestion des cravings & la dépendance psychologique**

↗ de la maîtrise émotionnelle,

↘ de l'inquiétude, de l'anxiété

## Bénéfices cognitifs

↗ la capacité à gérer des situations,

↗ la capacité à prendre des décisions dans des situations complexes,

↗ la capacité à rester calme lors des périodes à très fortes sollicitations,

↗ capacité à appréhender les situations avec recul et sans affects perturbateurs.

[https://www.thermes-brideslesbains.fr/sites/default/files/pdf/stress\\_et\\_coherece\\_cardiaque\\_dm\\_marcadet.pdf](https://www.thermes-brideslesbains.fr/sites/default/files/pdf/stress_et_coherece_cardiaque_dm_marcadet.pdf)

# Aide au sevrage : vos ressources

## 1. VOUS !

- Vous êtes formées à l'entretien et à sans doute plein d'autres choses 😊
- Vous pouvez vous former à l'addictologie 😊

## 2. Les équipes des soins de support

- APA, Psychologue, Homéopathe , Diététicienne...

## 3. Des relais

- Au CHMS et sur le GHT : les unités d'addictologie
- En ville : CSAPA et professionnels libéraux formés
- \*la ligue contre le cancer



## 4. Des documents

- Documentation professionnels : GED, le RESPADD, Tabac info service
- Documents info patients : GED, Tabac info service

# BONUS : les substituts nicotiques

## Les substituts nicotiques = traitement de 1<sup>e</sup> intention

- **Associer**
  - une forme transdermique (patch) 24h/24
  - Et orale (comprimés, pastilles, gommes, spray, inhalateur) à chaque envie de fumer
- **Objectif : trouver la bonne dose !**
  - Sans signe de surdosage : nausées, lipothymies, palpitations, céphalées, bouche pâteuse, insomnie sévère, diarrhées
  - Mais SURTOUT sans symptôme de manque !
- **1 cigarette ± 1mg (à la louche)**
  - 7 cigarettes = démarrer à 1 patch de 7mg
  - 14 cigarettes = démarrer à 1 patch de 14mg
  - 20 cigarettes = démarrer à 1 patch de 21 mg
  - **Mais aussi** : 40 cigarettes = démarrer à 2 patchs de 21mg !
  - **A adapter** à une semaine dans l'idéal !
  - À adapter au type de consommation (joint > roulées > cigarettes industrielles)





# Comment démarrer ?



COMPRIMES



SPRAY DE NICOTINE

PASTILLES  
A SUCER



1,5<sub>mg</sub>



PATCH



GOMMES A MACHER

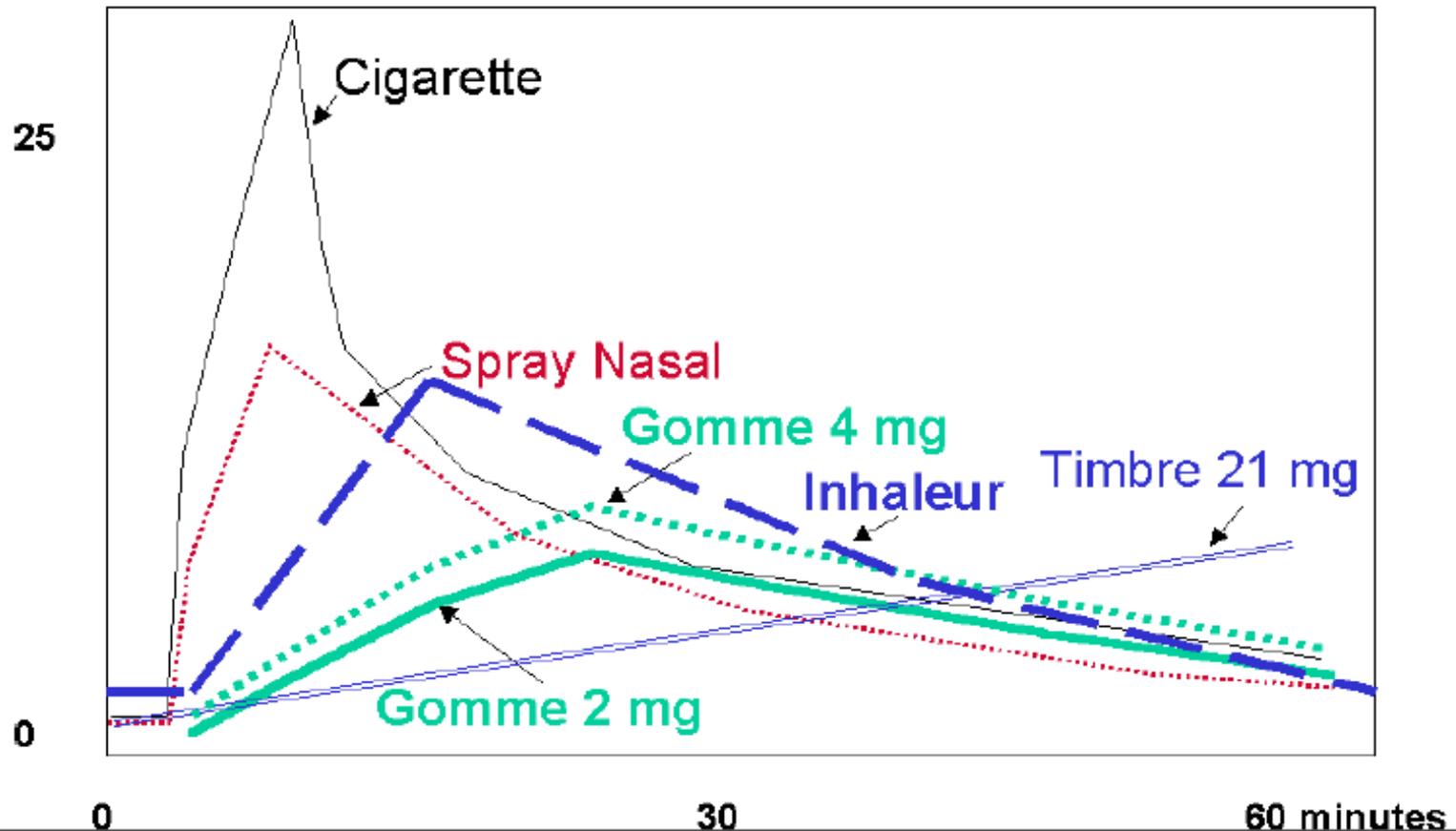
INHALEUR DE NICOTINE



# Aide au sevrage tabagique : Traitements médicamenteux

Nicotine plasmatique  
ng/ml

• D'après Russel



## Les substituts nicotiques = traitement de 1<sup>e</sup> intention

- **Pas de contre-indication au substituts nicotiques !**
- **Il est possible de fumer avec des substituts nicotiques !**
- **Prescription possible par :**
  - Médecins,
  - Sages-femmes (femme enceinte ou maman et son entourage)
  - IDE,
  - Kiné,
  - Dentistes.



# BONUS : Et la vape ?



# Que faire ?



Pas de place dans les TNS

Actuellement la vape n'est **pas dans nos recommandations...**

On ne peut pas la proposer comme un TNS...

On peut **accompagner** son usage si le patient le souhaite

La positionner en termes de **réduction des risques,**

Et comme **une étape** vers le sevrage +++

Accompagnement





# Check lits outils pour la formation



**1. Brise glace** : feuilles blanches et feutres

**2. BEP** : Post-it

→ Ressources = bleu

→ Difficultés = rose

→ PEC = vert

**3. Cohérence cardiaque** : vidéo

**4. APA** : un lieu

**5. Evaluation** : comment chat va ?