

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

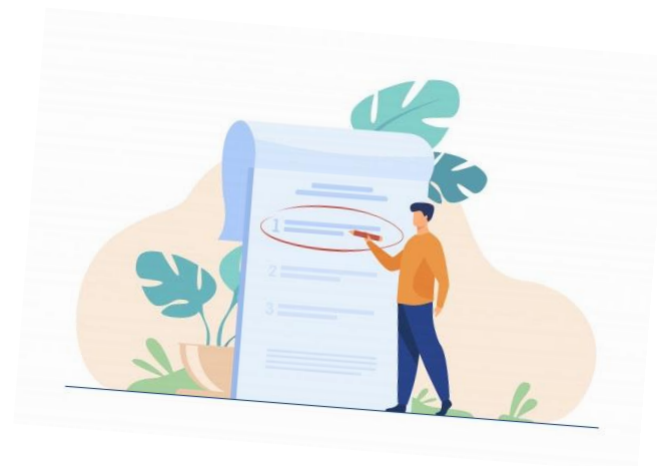
Unité Transversale d'Éducation thérapeutique du Patient
Gastro-entérologie Addictologie (tabacologie)

Mme Allisson GROSAY

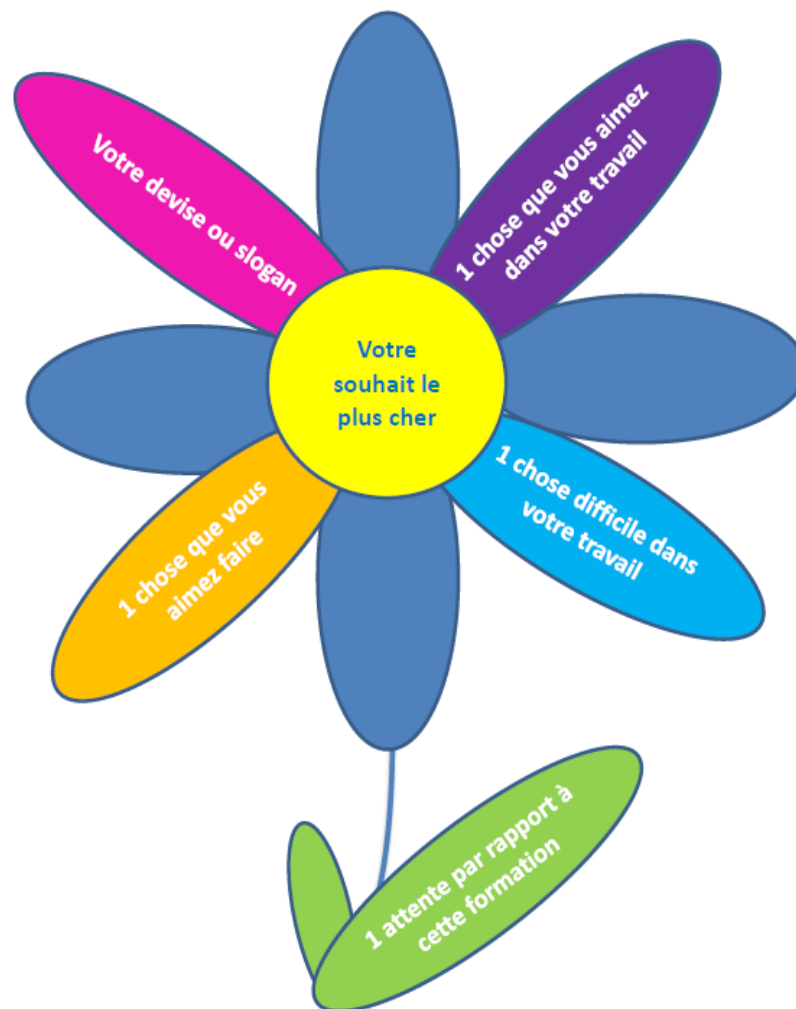
Educatrice en Activité Physique Adaptée,
services endocrinologie-diabétologie et
Gastro-entérologie Addictologie

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 !



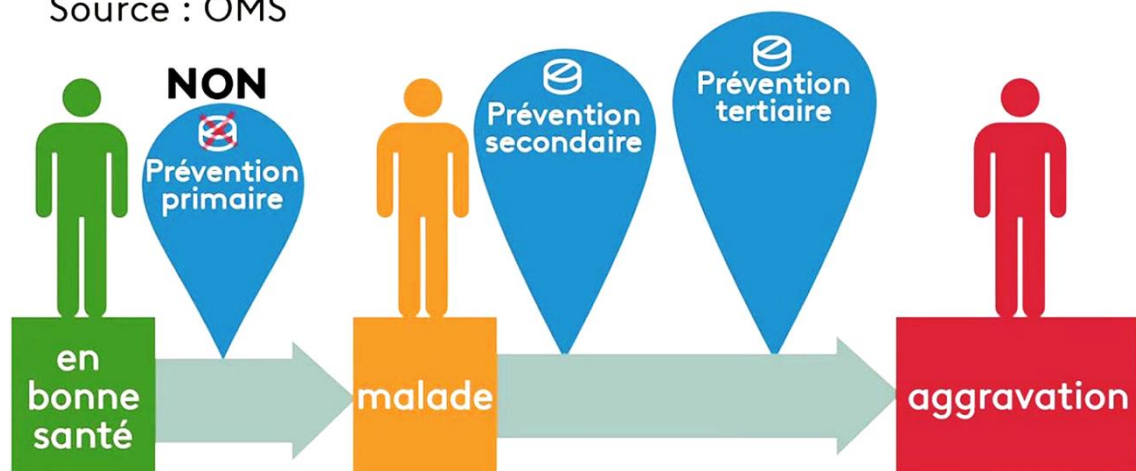
Brisons la glace ☺



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 de ses 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

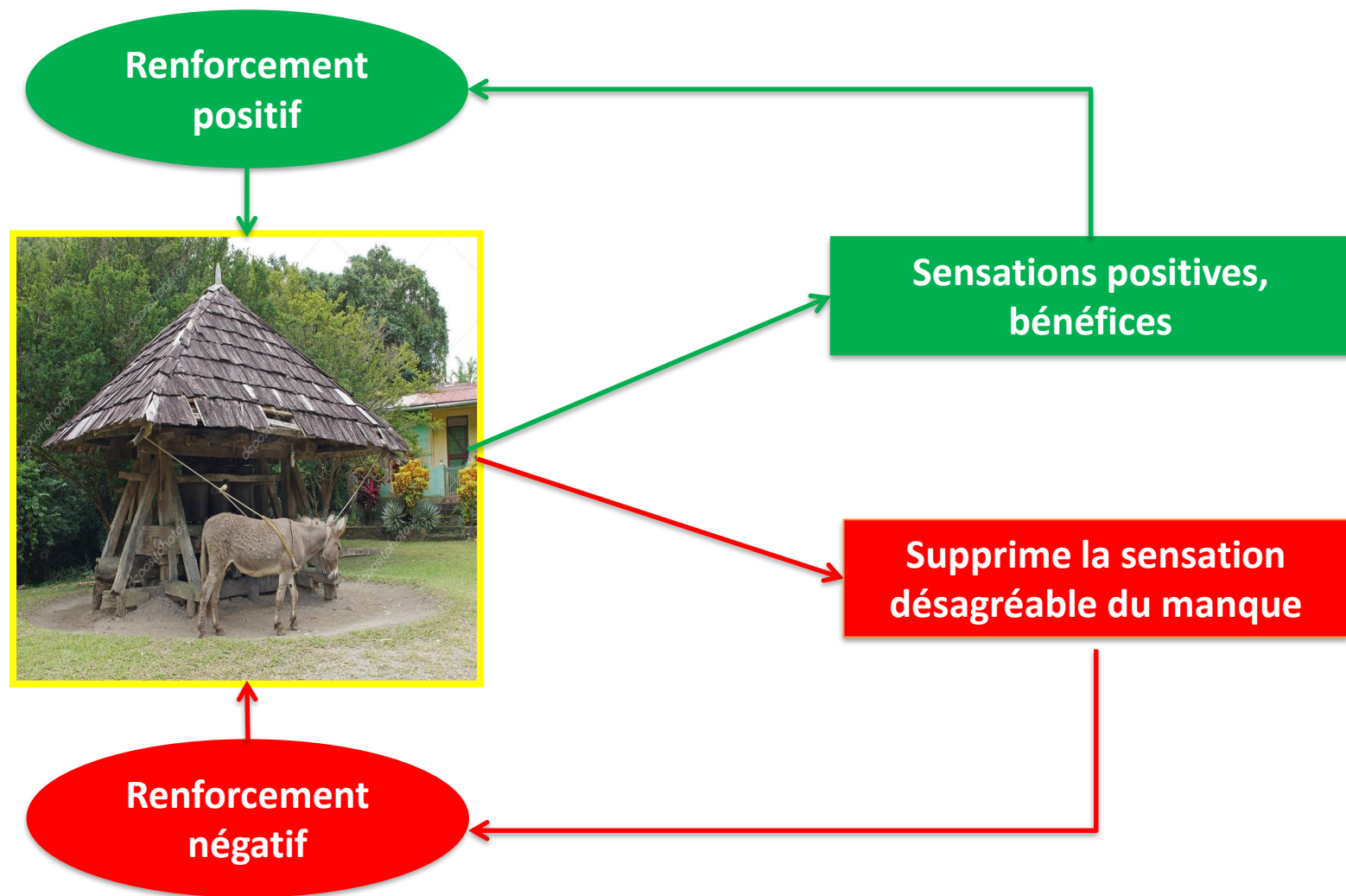
Définir l'addiction / la dépendance

«
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

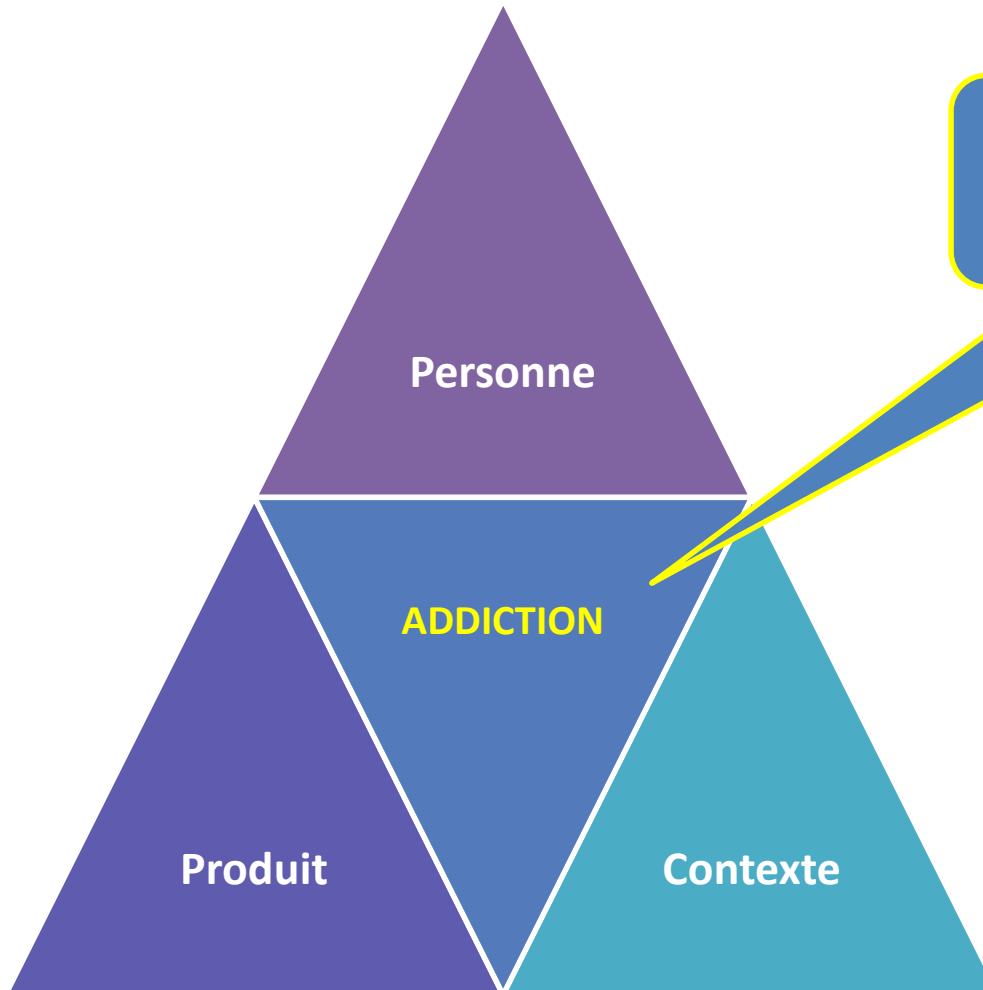
COMPORTEMENTALE

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

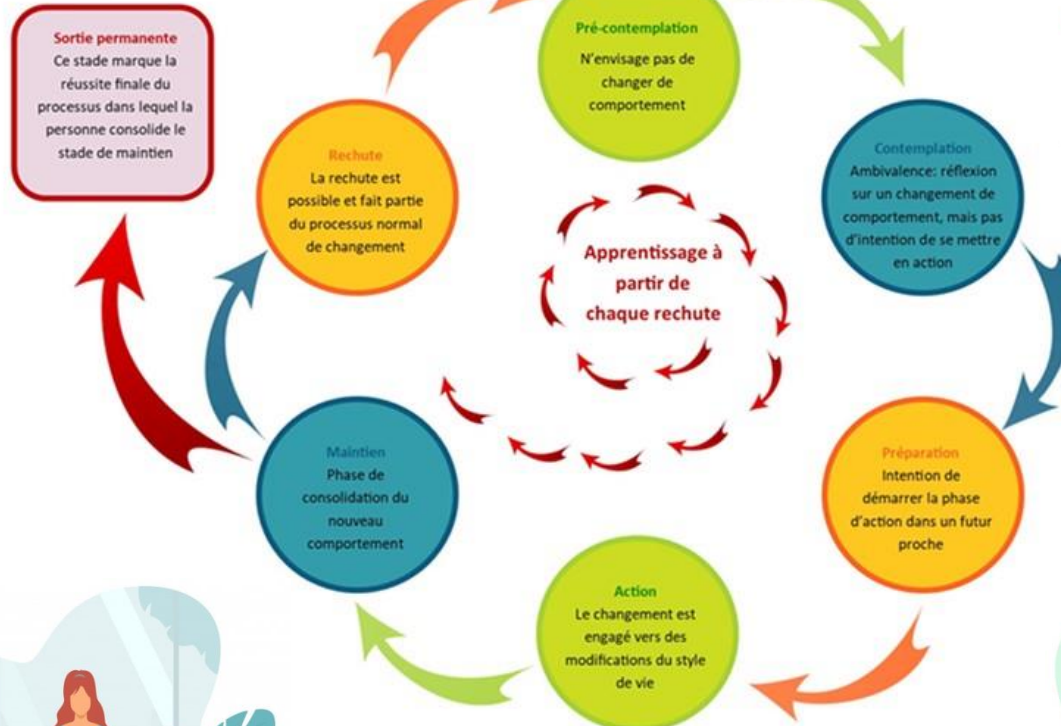
Le temps de
l'annonce

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

Pré-contemplation
N'envisage pas de changer de comportement

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

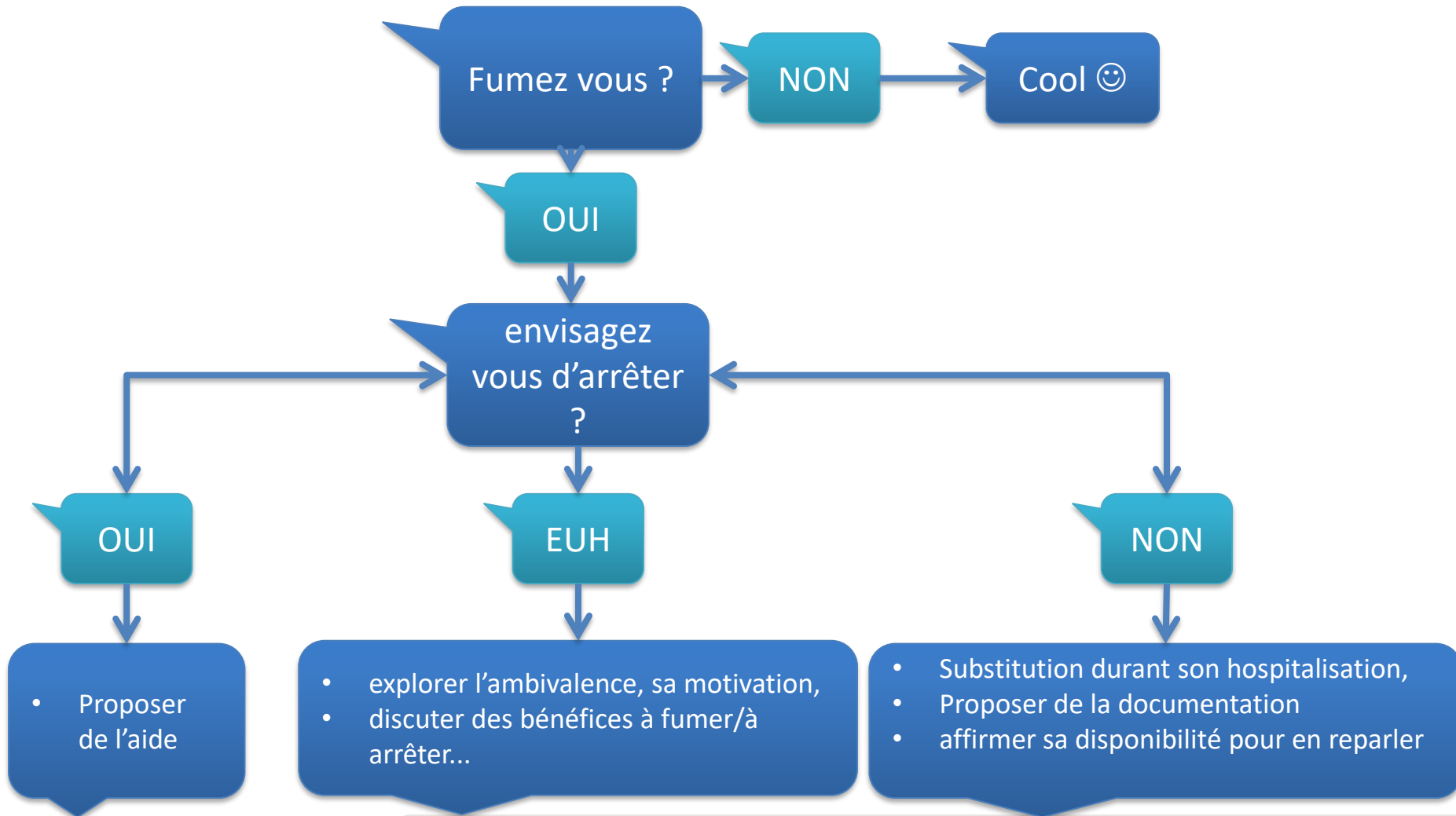
Préparation
Intention de démarrer la phase d'action dans un futur proche

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

Maintien
Phase de consolidation du nouveau comportement

Apprentissage à partir de chaque rechute

Repérer la consommation et adapter son intervention (RPIB)



Mesurer la dépendance



Des tests /
questionnaires

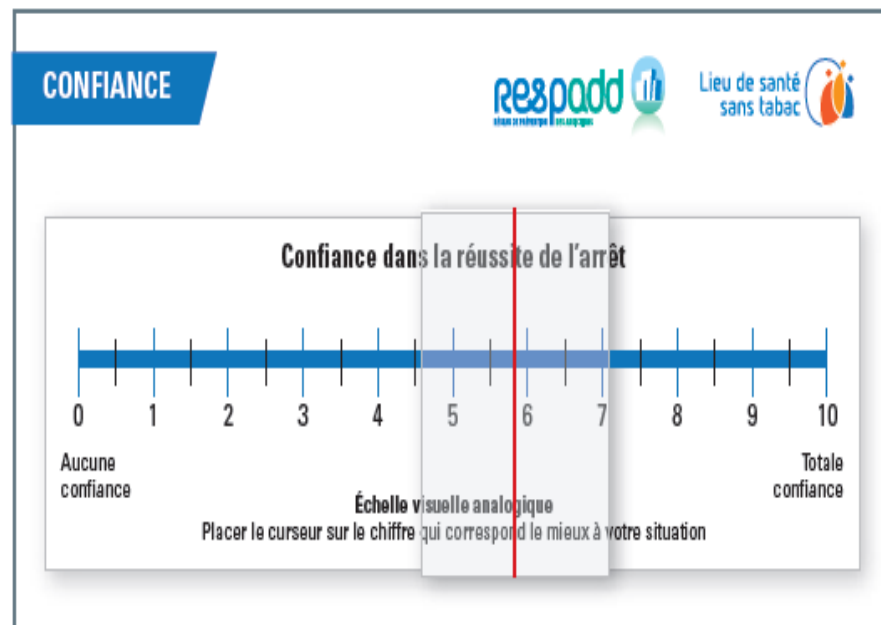
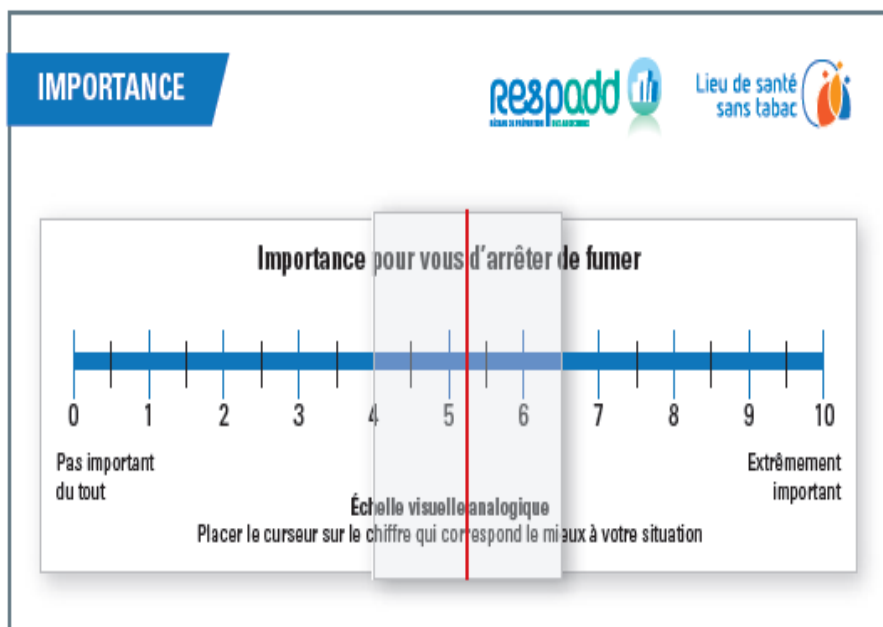
Des outils : testeur de
CO



Des examens
(conséquences)...

Mesurer la motivation à l'arrêt

= auto-évaluation



Bilan éducatif d'un patient fumeur

A votre avis...

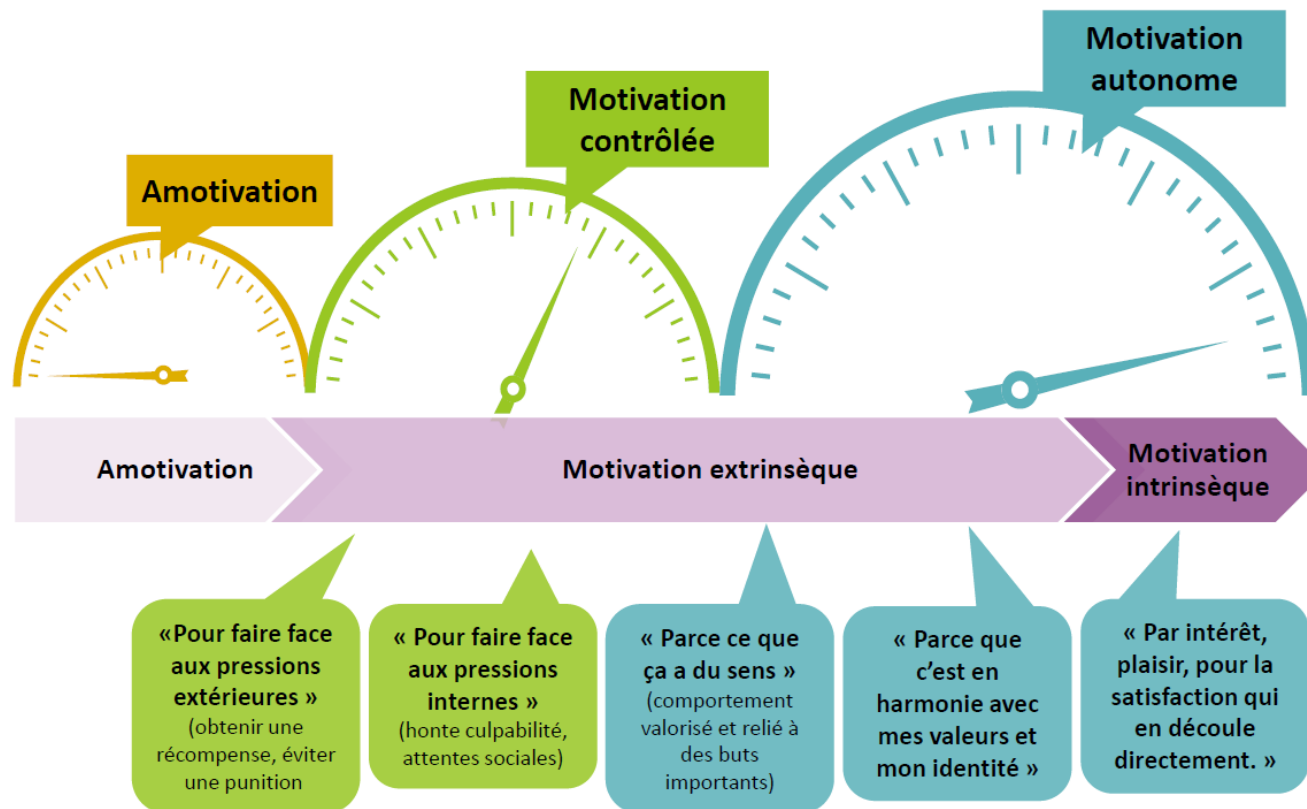
1. Quelles sont les **difficultés** que rencontre un patient fumeur dans le sevrage ?
2. Quelles sont ses **ressources** du patient ?
3. Quelles **prises en charges** proposeriez vous **en post-cancer** ?



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



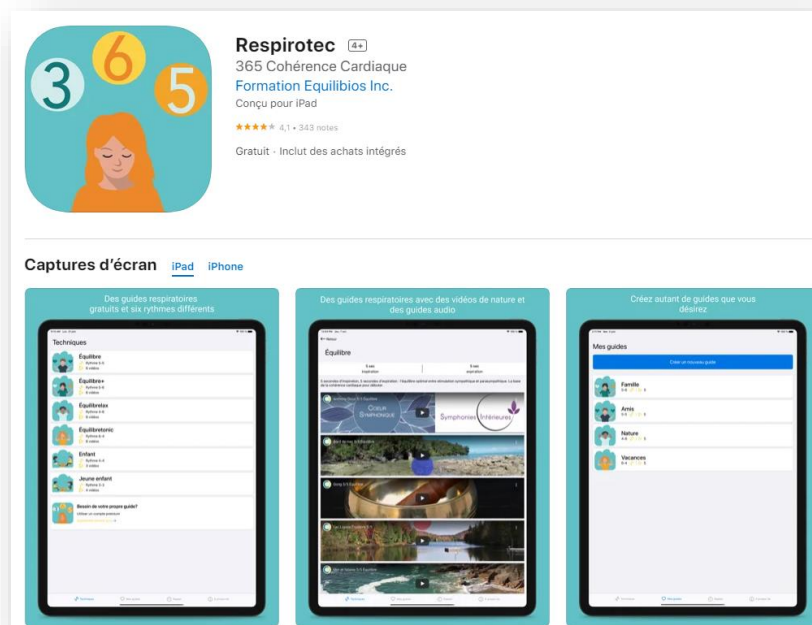
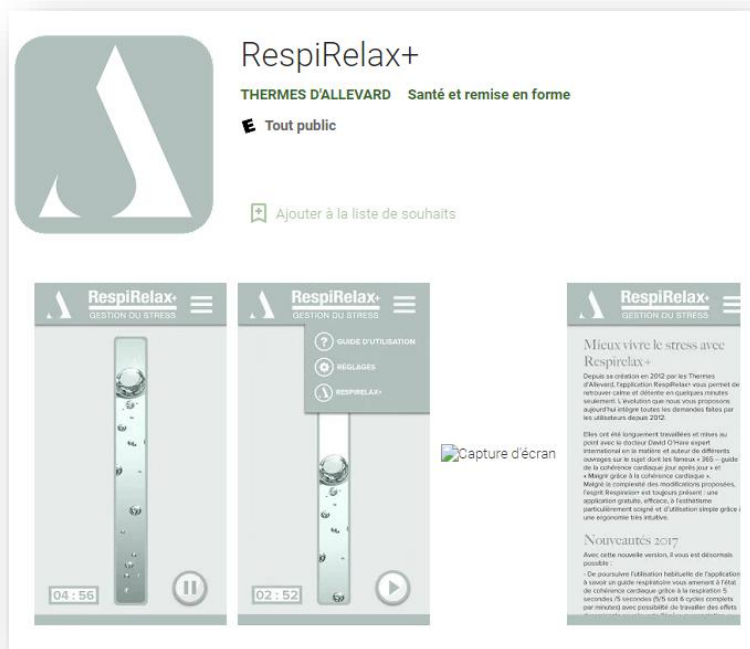
Expérimentons 2 ressources possibles non médicamenteuses !



[Les guides respiratoires – Cohérence Cardiaque Info
\(coherenceinfo.com\)](#)

Expérimentons 2 ressources possibles non médicamenteuses !

Les guides respiratoires – Cohérence Cardiaque Info (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-bridlesbains.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

↗ des situations,

↗ 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

Aide au sevrage : vos ressources

1. VOUS !

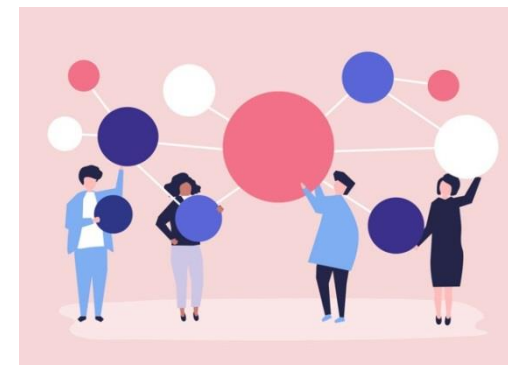
- Vous êtes formées à l'entretien et à sans doute plein d'autres choses 😊
- Vous pouvez vous former à l'addictologie 😊

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^e 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



PASTILLES
A SUCER



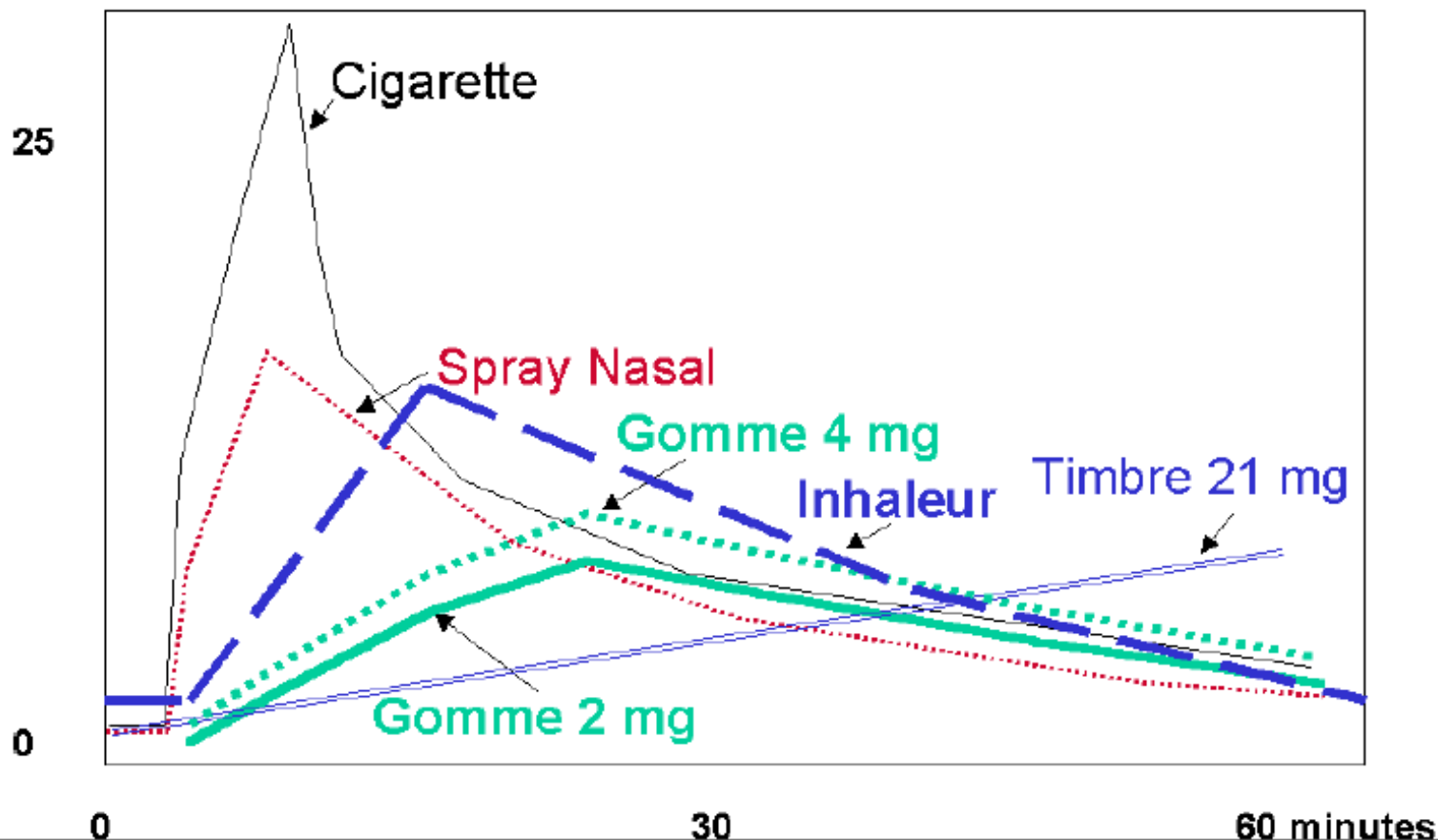
INHALEUR DE NICOTINE



Aide au sevrage tabagique : Traitements médicamenteux

Nicotine plasmatique
ng/ml

• D'après Russel



Les substituts nicotiques = traitement de 1^e 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 ?