# MÉMO PRO
# LES SUBSTITUTS NICOTINIQUES

- **Associer systématiquement Patchs + Formes orales**

## Les patchs

À poser tous les **matins**, à garder sur 24 heures.

- Si troubles du sommeil (insomnies ou cauchemars), ôter le patch au coucher.
- Changer de site d'application tous les jours.
- Si problème cutané, privilégier le patch Nicorette Skin ou Nicotinell.

- **Pour les femmes enceintes**, il est recommandé d'ôter le patch la nuit. Utiliser de préférence le patch sur 16 heures (Nicorette Skin).

## Les formes orales

**Au choix du patient.**
Deux dosages existent pour les pastilles et les gommes : préférer le **dosage faible.**

- **Pastille** : A laisser fondre entre la joue et la gencive. Ne pas la croquer ni l'avaler (5 à 12 / jour).

- **Gomme** : **Mâcher lentement** 4 à 5 fois, puis placer la gomme contre la joue pendant quelques minutes sans mâcher, et répéter. Ne pas l'avaler. Efficace pendant 30 minutes (5 à 12 / jour).
  À déconseiller si appareil dentaire.

- **Spray buccal** : 1 à 2 pulvérisations à chaque prise, à l'intérieur de la joue (4 pulvérisations max / heure).

- Durée du traitement : Plusieurs mois, avec diminution progressive des doses.
- Idéalement, le dosage initial doit être laissé en place 2 à 3 mois avant de réduire

## SUBSTITUTION POUR UN ARRET COMPLET :

- Se baser sur la consommation habituelle pour définir le dosage du patch :

1 cigarette industrielle = 1 mg de nicotine ⇨ dosage du patch.

1 roulée = 2 cig. industrielles / 1 cigarillo = 3 cig. industrielles.
On arrondit au dosage supérieur

- **Si le patient fume, ne pas ôter le patch.**
- En cas d'intervention chirurgicale, substituer dès l'admission (formes orales possibles jusqu'à 2 heures avant le bloc).

| Nombre de cigarettes industrielles / jour | < 7 | 8 à 14 | 15 à 21 | 22 à 29 | > 30 |
|---|---|---|---|---|---|
| Dosage des patchs | 7 mg | 14 mg | 21 mg | 2 patchs de 14 mg | 21 + 14mg ou 21 + 21mg |

## SUBSTITUTION POUR UNE REDUCTION DE CONSOMMATION :

- Les substituts nicotiniques rendent plus confortable la réduction de consommation.
- Utiliser le tableau ci-dessus comme pour un arrêt complet.

| Réévaluation quotidienne des signes de sous ou sur dosage en nicotine | |
|---|---|
| Signes de sous dosage : fréquents | Signes de sur dosage : rares |
| Envies de fumer<br>Irritabilité, nervosité, agitation<br>Anxiété, humeur dépressive, pleurs<br>Difficultés de concentration<br>Augmentation de l'appétit<br>Troubles du sommeil | Nausées, bouche pâteuse<br>Céphalées<br>Palpitations<br>Sensations vertigineuses<br>Impression d'avoir trop fumé<br>Troubles du sommeil |
| ↑ dose des patchs (palier de 7 mg) | ↓ dose des patchs (palier de 7 mg) |
| Possibilité de couper le patch en 2 pour ajuster la dose sauf Niquitin® | |

- Les substituts nicotiniques sont remboursés sur ordonnance (CPAM + Mutuelle)
- Prescription par : médecin, IDE, dentiste, kinésithérapeute, sage-femme