

### FICHE 🔎 ÉVALUATION DU PATIENT

Pour les chirurgiens-dentistes, deux questions clés permettent d'évaluer le degré de dépendance du patient :

1. **Combien de temps après le réveil fumez-vous votre première cigarette ?**  
*Une consommation dans les 5 premières minutes traduit une forte dépendance.*
2. **Vous arrive-t-il de vous réveiller la nuit pour fumer ?**



**Test de Fagerström - Pour évaluer la dépendance (A intégrer au questionnaire médical ou distribué en salle d'attente)**  
[https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2014-11/outil\\_tests\\_fagerstrom.pdf](https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2014-11/outil_tests_fagerstrom.pdf)

### MOTIVATION & OUTILS

**Le rôle du chirurgien-dentiste : informer et motiver avant de prescrire.**

Le chirurgien-dentiste doit encourager le patient à un **suivi régulier**, car le tabagisme est une **maladie chronique** qui ne se traite pas en une seule consultation. Il est important de motiver et soutenir le patient, en privilégiant des **messages positifs et encourageants** plutôt que de se concentrer uniquement sur la prescription.

La première consultation sert à créer un lien de confiance, de l'empathie et un engagement personnel du patient, plutôt qu'à imposer un traitement ponctuel. **La prescription reste utile comme outil, mais les résultats dépendent d'un accompagnement continu**, souvent via des **professionnels relais**.

L'objectif principal du chirurgien-dentiste est donc de donner aux patients les **outils motivationnels** et de les **orienter vers un suivi adapté** pour maximiser leurs chances de succès.

**Messages essentiels du chirurgien-dentiste dans l'accompagnement au sevrage tabagique**

Rappeler que l'addiction est une **maladie chronique**

Le sevrage ne se fait **pas en une consultation**

**Chaque tentative augmente les chances de réussite**

Expliquer que **l'arrêt est difficile mais possible avec de l'aide**

**Montrer les bénéfices rapides :** Goût, odorat, respiration, qualité de la peau, espérance de vie, cicatrisation (notamment pour pose implants)

## ENTRETIEN MOTIVATIONNEL

L'entretien motivationnel, issu des **TCC** (Thérapies Cognitives et Comportementales), peut être mené par les chirurgiens-dentistes.

Plus qu'un outil, c'est une **attitude** fondée sur des **questions ouvertes**, qui invite le patient à réfléchir à sa consommation et à envisager un changement. Cette approche permet de **situer le patient**, de respecter son rythme et de savoir s'il est pertinent d'approfondir la discussion sur le tabac.

**Favorise l'adhésion et renforce la relation soignant-patient.**

⌚ Objectif	✗ Éviter	✓ Privilégier
Accroche, empathie, motivation	Discours moralisateurs	
Questions ouvertes	« Il faut absolument arrêter de fumer »	Que pensez-vous de votre consommation de tabac ?
Écoute active	« Vous savez très bien que c'est mauvais pour la santé. »	Qu'est-ce que le tabac vous apporte aujourd'hui ?
Empathie (pas d'injonction)	« Si vous continuez, vous aurez des complications. »	Avez-vous déjà envisagé de réduire ou d'arrêter ?
Valorisation des tentatives antérieures	« C'est uniquement une question de volonté. »	Qu'est-ce qui vous semblerait le plus difficile ?

## LES OUTILS MOTIVATIONNELS

**Le chirurgien-dentiste peut s'appuyer sur des outils motivationnels simples, intégrés à la consultation, pour soutenir la réflexion du patient sans l'imposer.**

- Enveloppes "Mois Sans Tabac"
- Applications de suivi
- Orientation vers [tabacologues](#) et [CSAPA](#) (Centres de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie)



Les chirurgiens-dentistes peuvent commander gratuitement les enveloppes *Mois Sans Tabac*, conçues pour accompagner les patients dans une démarche de réduction ou d'arrêt du tabac.

👉 [Kit Mois Sans Tabac – Santé publique France](#)

## OUTILS D'ÉVALUATION

### » Testeur de CO

Permet de mesurer la **concentration de monoxyde de carbone dans l'haleine** du patient, afin d'évaluer sa consommation de tabac. Il fournit un chiffre en parties par million (ppm) : plus le chiffre est élevé, plus la consommation de tabac est importante.

**Résultat proportionnel à la consommation**

**Outil visuel et parlant qui ouvre la discussion:**

« *Est-ce que vous accepteriez de mesurer votre CO pour voir où vous en êtes ?* »



**Dernière cigarette ≥ 1h**

⚠️ **Prévoir les frais liés à l'étalonnage annuel et les embouts à usage unique**

## » Cycle de Prochaska & DiClemente

👉 Permet au patient de se situer dans son processus de changement.

👉 Intérêt : adapter le discours du chirurgien-dentiste au **stade du patient**.

- Pré-contemplation → informer sans pousser
- Contemplation → explorer l'ambivalence
- Préparation → proposer des options



## » Balance décisionnelle

👉 Utile en cas d'ambivalence

👉 Peser les avantages / inconvénients

👉 Outil simple, rapide, utilisable au fauteuil

AVANTAGES	INCONVÉNIENTS
<b>Ambiance</b> <b>Convivialité</b> <b>Le goût</b>	<b>Le goût</b> <b>L'odeur</b> <b>L'haleine</b> <b>Le prix</b>
CRAINTES	MOTIVATIONS
<b>Prendre du poids</b> <b>Re-craquer</b> <b>Etre irritable</b>	<b>Retrouver du souffle</b> <b>Économiser</b> <b>Entourage</b>