



Un apport de fond de nicotine

- **Les systèmes transdermiques (patches) :** Ils délivrent la nicotine à travers la peau, de façon lente et régulière sur 24 h ou 16h. Il existe différentes tailles qui délivrent des quantités plus ou moins importante de nicotine. Patches de nicotine sur 16 h.

Ces patchs se retirent au coucher. Ils sont traditionnellement conseillés aux personnes ayant des troubles du sommeil du fait de l'apport en nicotine la nuit et aux femmes enceintes pour éviter que la nicotine ne s'accumule dans le liquide amniotique en permanence.



Notes

Pour adapter au mieux la prescription aux besoins de chaque patient, il est possible d'associer **plusieurs patchs**, voire si besoin d'en découper un.



La bonne dose de nicotine au bon moment

Les autres formes peuvent être réparties régulièrement dans la journée ou, plus souvent, apportent de la nicotine supplémentaire, à la demande, lorsque des envies de fumer apparaissent.

- **Les gommes à mâcher :** la nicotine est absorbée lentement par les vaisseaux sanguins de la langue. Les gommes ne doivent donc pas être mâchées comme un chewing gum habituel, la nicotine étant alors avalée et non absorbée dans l'estomac (pH acide). Mâcher très lentement : après une première mastication, garder la gomme contre la joue pendant 10 minutes pour la ramollir. Mâcher ensuite chaque minute (environ 20 fois en 20 minutes). Au bout de 30 minutes de mastication, la gomme n'est plus efficace. Il existe différents dosages et divers arômes. Prendre une gomme dès que l'envie de fumer apparaît, sans dépasser 30 gommes par jour (dosage à 2 mg) ou 15 par jour (dosage à 4 mg). La posologie habituelle est de 8 à 12 par jour.
- **Les comprimés à sucer :** ils se dissolvent dans la cavité buccale en 20 à 30 minutes, tout en libérant progressivement de la nicotine, absorbée par la muqueuse buccale avant d'atteindre la circulation sanguine. Prendre un comprimé dès que l'envie de fumer apparaît, sans dépasser 11 à 24 par jour selon le dosage. La posologie habituelle est de 8 à 12 par jour.
- **Les comprimés sublinguaux :** la nicotine est également absorbée par la muqueuse buccale. Il sont à placer sous la langue et à laisser fondre pendant 20 minutes. Prendre un comprimé dès que l'envie de fumer apparaît, sans dépasser 30 par jour. La posologie habituelle est de 8 à 12 par jour.
- **Les pastilles :** sucer une pastille chaque fois que l'envie de fumer apparaît. Le nombre de pastilles à sucer est généralement de 8 à 12 par jour et ne doit pas dépasser 30 par jour (dosage à 1,5 mg) ou 15 par jour (dosage à 2,5 mg). Il existe plusieurs arômes.
- **Les inhalateurs :** ils se présentent sous la forme d'un embout en plastique blanc qui s'ouvre en deux pour recevoir une cartouche transparente, interchangeable, contenant un tampon imprégné de nicotine. Aspirer par l'embout l'air chargé de microgouttelettes de nicotine qui sont diffusées à travers la muqueuse buccale avant d'atteindre la circulation sanguine (absorption plus lente que par voie pulmonaire). Ils essaient de reproduire les aspects gestuels et comportementaux de la cigarette. Ils sont utiles chez les patients attachés au geste de la cigarette. Utiliser l'inhalateur quand l'envie de fumer se fait sentir. Le nombre de cartouches à utiliser est généralement de 6 à 12 par jour au début, sans dépasser 12 cartouches par jour.
- **Les sprays buccaux :** pulvérisés directement sur l'intérieur de la joue, ils permettent de soulager rapidement (quelques minutes) les envies de fumer, grâce à une absorption rapide de la nicotine à travers la muqueuse buccale. Chaque dose délivre environ 1 mg de nicotine. Ne pas inhaler lors de la pulvérisation. Éviter de déglutir pendant les quelques secondes qui suivent la pulvérisation. Utiliser 1 à 2 pulvérisations toutes les 30 minutes à 1h au début, puis diminuer les doses. L'absorption rapide de la nicotine par ces sprays semble induire davantage de dépendances que les gommes ou les comprimés.

Les formes galéniques

Forme galénique	Posologies	Utilisation pratique	Age minimal (ans)
Le traitement de fond			
Dispositif transdermique (patch)	1 par jour	Délivrent la nicotine à travers la peau, de façon lente et régulière sur 24 h ou 16h	15
7, 14 et 21 mg/24h 10, 15 et 25 mg/16h			
Le bon traitement au bon moment			
Gommes à mâcher	Réparties dans la journée ou en cas d'envie de fumer 8 à 12 / jour	Ne pas mâcher comme un chewing-gum. Après une première mastication, garder la gomme contre la joue pendant 10 minutes pour la ramollir. Mâcher ensuite 1 fois/minute. Inefficace en 30 mn	15 ou 18
2 mg 4 mg	30 / jour maxi 15 / jour maxi		
Comprimés à sucer	Répartis dans la journée ou en cas d'envie de fumer 8 à 12 / jour	Dissous dans la bouche en 20 à 30 mn	18
1 mg 2 mg	24 / jour maxi 15 / jour maxi		
Comprimés sublinguaux	Répartis dans la journée ou en cas d'envie de fumer 8 à 12 / jour	A placer sous la langue et laisser fondre pendant 20 minutes.	12
2 mg	30 / jour maxi		
Pastilles	Réparties dans la journée ou en cas d'envie de fumer 8 à 12 / jour	Sucer les pastilles. Absorption buccale de la nicotine	15
1.5 mg 2.5 mg	30 / jour maxi 15 / jour maxi		
Inhalateurs	Répartis dans la journée ou en cas d'envie de fumer 6 à 12 / jour	Embouts avec cartouche contenant un tampon imprégné de nicotine. Aspirer l'air chargé de microgouttelettes de nicotine qui sont diffusées à travers la muqueuse buccale. Essaier de reproduire les aspects gestuels et comportementaux de la cigarette	15
Cartouches de 10 mg	12 / jour maxi		
Sprays buccaux (pulvérisations buccales)	Réparties dans la journée ou à la demande 1 à 2 pulvérisations / jour toutes les 30' à 1 h pendant quelques jours puis adaptation des doses selon craving	Pulvérisés sur l'intérieur de la joue (pas comme un spray bronchique) Soulagent rapidement les envies de fumer Absorption rapide : risque accru de dépendance	18
1 mg/dose (environ 150 pulvérisations)			

Notes

Les principes, les modes d'utilisation et les effets indésirables éventuels doivent être bien expliqués au patient.