

## LE CONSEIL MINIMAL D'AIDE À L'ARRÊT DU TABAC

Il consiste à demander systématiquement à chaque patient s'il est fumeur et s'il a envisagé la possibilité de s'arrêter de fumer.

**Le conseil minimal pour tous s'adresse à tous les patients** : fumeurs qui ne sont pas venus consulter pour cela, fumeurs heureux de l'être, fumeurs pas encore prêts pour l'arrêt, fumeurs qui ne demandent pas d'aide. Il devrait être donné par tous les médecins quel que soit leur statut professionnel, leur spécialité et leurs conditions d'exercice.

**Le conseil minimal est efficace.** Les résultats des études randomisées et contrôlées en médecine générale montrent 2% à 5% d'arrêt soutenu. Quoique bas, ces taux sont significativement meilleurs que l'inaction dans l'attente d'une demande spécifique du patient.

L'évaluation a montré que poser deux questions,

**" est-ce que vous fumez ? "**

puis

**" Voulez-vous arrêter de fumer ? "**

et offrir une brochure à ceux qui répondraient " oui " à la deuxième question doublait le taux de succès de l'arrêt à long terme par rapport à l'arrêt spontané dans le groupe témoin. Un conseil minimal déclencherait peut-être la discussion avec le petit nombre de fumeurs qui se posent des questions, et pourra provoquer une demande de prise en charge plus importante.

**Si ces questions sont posées systématiquement par les médecins, un gain de 2 % d'arrêt dans la population des fumeurs vus par un médecin se traduit par un supplément d'au moins 200 000 fumeurs qui arrêteraient chaque année, dans l'ensemble de la France**