



Nous sommes tous préoccupés par l'augmentation du tabagisme en Belgique et particulièrement en Wallonie, révélée par la récente enquête du CRIOC. Effectivement, au-delà des chiffres statistiques, ce sont des hommes et des femmes, nos patients, qui, par leur addiction au tabac, influencent négativement leur santé et celle de leurs proches pour des dizaines d'années à venir. C'est pourquoi toute la Commission Tabac s'investit aussi dans une réflexion de santé publique. Les soins individuels sont essentiels mais les préoccupations de santé communautaire méritent aussi notre attention.

**Tout le programme
des manifestations de la SSMG
à la page AGENDA (page 190)**

FAITES-VOUS MEMBRE

COTISATIONS 2010

- Diplômés 2008, 2009 & 2010: Gratuit
(Faire la demande au secrétariat)
- Diplômés 2006 & 2007 et retraités 15 €
- Conjoint(e) d'un membre ayant payé sa cotisation 50 €
- Autres 150 €

À verser à la SSMG

rue de Suisse 8, B-1060 Bruxelles
Compte n° 001-3120481-67

Communication : cotisation 2010 + nom et année de diplôme.

HEURES D'OUVERTURE DU SECRÉTARIAT SSMG

**Du lundi au vendredi,
de 9 à 16 heures,
sans interruption**

**rue de Suisse 8
B-1060 Bruxelles
☎ : 02 533 09 80
Fax : 02 533 09 90**

Le secrétariat est assuré par
5 personnes, il s'agit de :

Anne COLLET
Thérèse DELOBEAU
Cristina GARCIA
Brigitte HERMAN
Joëlle WALMAGH

LA PAROLE À ...

D^r Thomas JONARD

MEMBRE DE LA COMMISSION TABAC DE LA SSMG

Quelle est la place de la SSMG dans la prévention tabagique ? Pourquoi et comment la SSMG s'implique activement dans la prévention tabagique ?

Les méfaits du tabac sur la santé des fumeurs et des personnes qui les entourent ne sont plus à démontrer. Même si une grande partie des personnes concernées tendent encore à sous estimer ces risques, les professionnels de la santé sont de mieux en mieux informés et sensibilisés. Les médecins généralistes, de par leur proximité avec la population, sont des acteurs de choix pour informer clairement et de façon personnalisée le public cible. Aussi, chaque médecin peut envisager une prise en charge de sevrage tabagique, ainsi que son suivi. C'est là que la SSMG trouve tout son rôle autour de cette problématique.

En effet, par le biais de la Commission Tabac, la SSMG se veut active dans son soutien aux généralistes. Information claire et actualisée, outils pratiques, supports didactiques : chacun peut mettre à jour ses connaissances et faire évoluer sa pratique en parallèle avec les dernières recommandations. Les pages Internet de la Commission Tabac ainsi que le numéro spécial que vous tenez entre vos mains sont deux exemples concrets de mise à disposition de l'information utile sur le sujet. Des notions telles que le conseil minimal ne devraient plus avoir de secret pour chacun d'entre nous !

Enfin, la SSMG tâche d'assurer diverses formations autour de la prise en charge du tabagisme et de ses conséquences (entretien motivationnel, dépistage de la BPCO grâce à la spirométrie entre autre). Un agenda actualisé est disponible à cet effet sur les pages « tabac » du site de la SSMG.

Quant à la politique de santé en Belgique, la SSMG se doit de soutenir les initiatives positives telles que la campagne "Sevrage pour tous" de la ministre Onkelinx tout en osant dénoncer les décisions inopportunes telles que le report de l'interdiction totale du tabac dans l'Horeca ou l'absence de remboursement des substituts nicotiniques.



TRAVAILLER POUR ASSURER UNE PLACE DE PREMIÈRE LIGNE DANS LA LUTTE CONTRE LE

Vous avez en main un ouvrage de référence qui peut vous aider lors de la prise en charge d'un patient fumeur. Les articles de ce numéro de la RMG ont été écrits et collectés par des confrères et consœurs qu'une même volonté anime : faire en sorte que le médecin généraliste garde sa place de première ligne dans la lutte contre le tabac.

Qui sont ces hommes et ces femmes de la Commission tabac ? Quels sont leurs combats, leurs projets ? Pour quelles raisons se sont-ils engagés ? Les Docteurs Laurence GALANTI, Nicolas RAEVENS, Thomas JONARD, Thierry VAN DER SCHUEREN, Valérie DELPIERRE, Pierre BACHEZ et Pierre NYS nous répondent.

D'abord, un petit tour de table.

Dr RAEVENS : Je suis médecin généraliste de campagne à Floreffe depuis cinq ans. J'ai rejoint la Commission Tabac il y a trois ans. C'est le Docteur VAN DER SCHUEREN qui m'a gentiment intégré dans le groupe. Lors de mon stage chez lui, j'avais apprécié son implication scientifique. Je souhaitais m'engager dans une commission ; je me suis lancé dans le tabac. Thierry et moi sommes coprésidents de la Commission. Nous avons d'abord étoffé l'équipe : Valérie DELPIERRE, Thomas JONARD et Pierre NYS sont venus nous rejoindre. Nous

nous voyons régulièrement, cinq ou six fois par an. Avec Thierry, nous planifions les années, nous essayons de garder une certaine continuité dans les projets, qu'il y ait toujours un projet en train d'aboutir et un projet sur lequel on travaille.

Dr VAN DER SCHUEREN : Je suis généraliste en milieu rural, en province de Namur. Membre fort actif de la SSMG (rires), j'en suis également le Secrétaire Général. Depuis quelques années, nous avons, le Docteur RAEVENS et moi, pris la succession du Docteur Jeannine GAILLY à la tête de la Commission Tabac.

Dr GALANTI : Je suis médecin biologiste. Professeur, je suis responsable de l'unité de tabacologie et du centre d'aide aux fumeurs des Cliniques de Mont-Godinne. Je faisais déjà partie de la Commission du temps de Jeannine GAILLY. Je reconnais ne pas être très assidue aux réunions mais je reste très proche de ce qui se décide et me tiens à la disposition de tous quand des actions particulières se présentent.

Dr JONARD : Je suis le plus jeune. J'ai été recruté il y a deux ans lors d'un séminaire pour assistants en médecine générale : on recherchait quelqu'un pour la réalisation du site internet de la Commission. Cela m'a plu ! J'ai suivi la formation en tabacologie et je suis installé depuis six mois à Ciney.

Dr BACHEZ : Je suis pneumologue ; je travaille à la Clinique de Bouge. Je m'occupe principalement de bronchite chronique, de cancer du poumon et je fais la consultation d'aide au sevrage tabagique. Cela fait un petit temps que je n'ai pas assisté aux réunions de mes amis Nicolas et Thierry mais je suis toujours content d'avoir de leurs nouvelles.

Dr DELPIERRE : Je suis médecin généraliste, diplômée en tabacologie. Je travaille à la maison médicale de Bomel, à Namur, où je m'occupe essentiellement de la promotion de la santé.

Dr NYS : Je suis médecin de famille (je préfère me présenter ainsi), installé à Bruxelles. Je suis également tabacologue, suite à une formation que j'avais faite en 2004. J'ai développé en milieu hospitalier et dans ma pratique de médecine générale un tropisme clair pour la problématique du tabac. Je suis membre du comité

scientifique du FARES (Fonds des Affections RESpiratoires) et chargé de cours. Je tiens donc mes confrères et consœurs informés de ce qui se fait au FARES.

Quelles sont les motivations qui vous ont poussé à rejoindre la Commission Tabac ?

Dr VAN DER SCHUEREN : Le tabac est un fléau ! Que ce soit pour les maladies cardio-vasculaires, pour les affections pulmonaires, pour des tas de cancers, c'est un tel fléau que j'ai voulu m'investir dans la Commission. Je suis certain que le médecin généraliste peut faire beaucoup de choses mais qu'il n'est pas encore suffisamment informé et formé. Et c'est à ce niveau-là que nous voulons travailler.

Dr GALANTI : Il est tout à fait important que les médecins généralistes soient des acteurs de première ligne conséquents. Pour cela, une information scientifiquement prouvée doit circuler et il faut créer des liens entre la médecine générale et les centres d'aide aux fumeurs.

Dr DELPIERRE : J'avais envie de travailler à comment améliorer, ensemble, la prise en charge des fumeurs.

Dr BACHEZ : Moi aussi, je trouve important de travailler en interaction avec les généralistes. Je me rends compte qu'il est difficile de les motiver à prendre en charge des patients qui souhaitent arrêter de fumer. Trop de généralistes, malheureusement, prescrivent des traitements mais n'assurent pas le suivi des patients. Ils sont donc confrontés à des échecs.

Dr RAEVENS : C'est dommage. Le tabac est un élément clé dans la prise en charge du patient. Lors d'une première rencontre, demander à un patient s'il fume ou pas est déjà un geste fort de prévention. C'est une question qui surprend toujours un peu. En médecine générale, le tabac est presque présent dans une consultation sur deux ! Le côté concret du travail à fournir au sein de la Commission Tabac me plaît. Il faut relever toute une série de challenges, qui se renouvellent sans cesse sans jamais s'écarter de la réalité du terrain, ce qui est rare.

Dr JONARD : Voilà ce qui m'a plu, la motivation des membres, leur jeunesse. J'avais, il est vrai, un certain attrait pour tout ce qui tourne autour

Dr Raevens



TABAC: QUEL CHALLENGE !

du tabac et ce n'est pas mal de développer des atouts supplémentaires pour prendre en charge les patients fumeurs.

Quelle est votre attitude face à un patient fumeur ?

Dr NYS: Surtout, non culpabilisante.

Dr GALANTI: La première chose est de poser la question du statut tabagique de tout patient. Quand on rencontre un patient fumeur, il faut donner un message clair et pouvoir expliquer qu'on est là pour l'aider, qu'il peut y arriver.

Dr JONARD: Pratiquer le conseil minimal.

Dr NYS: Oui. Le tabac est un sujet que j'aborde quasi systématiquement avec tous les patients. Quand ils sont désireux d'aller plus loin, je prends le temps de les écouter : quel plaisir ont-ils à fumer ? Qu'est-ce que la cigarette leur apporte ? A contrario, qu'est-ce qui les gêne ? Quelles craintes ont-ils par rapport à l'arrêt ? Qu'attendent-ils de l'arrêt ? Comme cela, on parvient à avancer tout doucement, à les influencer de manière non culpabilisante. Je leur propose systématiquement la mesure du CO, un outil de travail aussi important pour moi que le tensiomètre. En fait, je me suis aperçu que le fait de travailler le tabac avait modifié ma pratique en général. Je suis moins coercitif. Je suis plus à l'écoute du patient, je rebondis sur ce qu'il dit, je lui fais comprendre que je l'ai bien entendu. Je ne faisais pas ainsi, auparavant.

Dr Bachez



Dr RAEVENS: C'est certain qu'il ne faut pas juger.

Dr VAN DER SCHUEREN: De plus en plus, et c'est dû à leur stigmatisation, les fumeurs se sentent coupables. Il faut donc les informer : ce n'est pas toujours facile d'arrêter mais s'ils en ont envie, c'est possible. Je pourrai les aider quand ils seront prêts.

Trouvez-vous justifiée la médicalisation du sevrage tabagique ?

Dr DELPIERRE: Dans certains cas, oui. Quand ce sont de gros fumeurs, cela vaut la peine.

Dr GALANTI: Je pense que la médicalisation est tout à fait justifiée, étant donné la structure même de la dépendance au tabac. Il y a tout le volet psychologique qui est important et qu'il faut absolument prendre en compte quand on fait le sevrage, mais il y a aussi le volet de dépendance physique, une dépendance physique réelle, qui peut handicaper réellement le sevrage chez les personnes dépendantes. Nous avons à l'heure actuelle des moyens médicalement efficaces, qui ne peuvent être donnés que sous la responsabilité d'un médecin.

Dr BACHEZ: Il faut pouvoir détecter s'il n'y a pas de contre-indication au sevrage, notamment tout ce qui relève de pathologie psychiatrique ou psychologique sévère sous-jacente, qui n'apparaît pas toujours lors d'une première consultation.

Dr JONARD: Il ne faut pas surmédicaliser un sevrage. Les patients ne doivent pas attendre un effet miracle d'un produit.

Dr VAN DER SCHUEREN: Tout le soutien psychologique est important, ainsi que l'information par rapport à ce qui risque d'arriver. On doit souvent passer par plusieurs échecs de sevrage, cela fait partie du chemin pour devenir un « ex fumeur ».

Dr NYS: Chez les patients physiquement dépendants, chez ceux qui ont des comorbidités ou des pathologies relativement importantes, la médicalisation a un sens. De plus, c'est une mesure qui ne coûte pas cher, en termes de sécurité sociale. En tout cas, qui coûte moins cher que la prise en charge de l'hypertension au long cours. Maintenant, est-ce que tout doit être médicalisé ? Je n'en suis pas sûr. Un certain nombre de personnes parviennent à



Dr Jonard

arrêter comme ça. Par la simple information, le taux d'arrêt passe quand même de 3 à 6 %.

Que pensez-vous de l'attitude du monde politique ?

Dr BACHEZ: C'est n'importe quoi.

Dr NYS: Il y a peu de cohérence.

Dr DELPIERRE: Pas de réflexion cohérente, c'est vrai. Il n'y a pour l'instant, qu'un remboursement autorisé, le Champix, qui n'est pas adéquat pour tous les patients.

Dr NYS: En effet, il y a un manque de courage politique pour rembourser les substituts nicotiniques qui, je pense, sont indispensables chez un certain nombre de patients. Comment voulez-vous faire arrêter, en milieu semi-ouvert ou semi-fermé psychiatrique, des patients qui fument 40, 50, 60 cigarettes par jour, si nous n'avons pas accès à des médicaments remboursés ? Ces gens sont sous tutelle. Nous n'avons pas l'argent ! Nous sommes dans l'incapacité de les aider. Il en va de même pour les femmes enceintes qui nécessitent une substitution nicotinique. Elles doivent payer à prix plein, alors qu'on sait qu'un prématuré avec un petit poids de naissance va coûter à la sécurité sociale pendant des dizaines d'années. Cela n'a pas de sens. Ce sont des économies de bouts de chandelle qui ne tiennent pas la route.

Dr GALANTI: Leur action est tout à fait insuffisante. Les politiques devraient avoir une attitude claire et

Commission Tabac

TRAVAILLER POUR ASSURER UNE PLACE DE PREMIÈRE LIGNE DANS LA LUTTE CONTRE LE

ferme en ce qui concerne les interdictions de fumer dans les lieux publics, la publicité et le lobbying du tabac.

Dr BACHEZ : Les politiques ont voté la loi d'interdiction de vendre du tabac aux moins de 16 ans. Ils s'en glorifient. Mais il n'y a aucun contrôle, aucune supervision, sensibilisation ou promotion de cette loi. Et cette loi n'est pas appliquée. J'ai lu récemment que les contrôles étaient en augmentation, c'est bien. Mais « augmenter » n'est pas suffisant : il faut contrôler tout le temps, partout, dans les grandes surfaces, dans les supérettes, les nightshop ! La loi pour interdire de fumer dans les lieux publics a bien fonctionné mais l'interdiction

totale est reportée à 2013-2014. C'est de l'électoratisme à 100 %.

Dr NYS : La Ministre de la santé a permis le remboursement de la consultation tabac, ce qui est exceptionnel, il faut le reconnaître. Mais à côté de cette mesure, on a un président de parti qui encourage les gens à fumer, prenant prétexte de leur stress ou de leur chômage !

Dr JONARD : Il y a pas mal de choses qui ont bougé mais je crois qu'ils peuvent mieux faire, c'est certain. Le prix des cigarettes pourrait encore augmenter. Mais si les fumeurs consomment moins, ce sont des pertes pour l'État. Les politiques ne devraient penser qu'en termes de santé, et pas de finances. Et au bout

du compte, si on gagne au point de vue santé, on gagnera aussi au point de vue finances.

Dr RAEVENS : Nous avons quand même l'impression d'être aidés. L'obtention des codes dans le cadre de la campagne du Fédéral « Sevrage pour tous » nous a donné un sérieux coup de pouce. Nous pouvons maintenant faire la publicité de ces consultations spécifiques pour le tabac auprès des généralistes, puisqu'elles sont valorisées : non, ce n'est pas une perte de temps que de consacrer cinquante minutes au patient plutôt que vingt. La valorisation de la consultation fait qu'on peut se permettre de prendre un peu plus de temps parce que c'est important.

Dr VAN DER SCHUEREN : Il n'empêche que l'action des politiques est ambiguë. Madame ONKELINX initie un plan global contre le cancer avec cette campagne « Sevrage pour tous » puis, quelques mois après, fait marche arrière en reportant à plus tard l'interdiction totale du tabac dans l'Horeca, ce que personne ne comprend. Que dire de cette déclaration de Monsieur REYNDEERS qui autorise la vente des cigarettes à un prix inférieur à celui affiché sur le timbre fiscal ? Le manque de coordination et de message clair vis-à-vis des fumeurs est interpellant.

Y a-t-il des fumeurs ou des ex fumeurs parmi vous ?

Dr VAN DER SCHUEREN : Je suis un ex fumeur. J'ai arrêté au troisième essai, sans médicaments cette fois-là. Je connaissais les difficultés que j'allais rencontrer : le risque de prise de poids, l'envie tenace de fumer qui fait craquer mais à laquelle on peut résister parce qu'elle ne dure guère ... Je savais que je devais éviter les situations qui appellent le tabac. J'étais un grand amateur de café mais café rime avec cigarette ! Je me suis mis au thé pendant un an. Maintenant, je rebois du café sans problème.

Dr NYS : J'ai fumé pendant quinze ans. À l'époque, il n'y avait pas d'aide pour arrêter. Je me suis débrouillé seul, et pas très bien d'ailleurs. J'ai pris des chiques et j'ai été malade. Cela ne marchait pas ! Je les prenais évidemment de manière inadéquate. Je n'avais pas pris la peine de lire la notice, ce

Dr Galanti



TABAC: QUEL CHALLENGE ! (SUITE)



Dr Van der Schueren

n'étaient quand même que des chiques ! J'ai essayé dix fois et je me suis cassé la figure neuf fois. (rire) Mais la motivation augmente, au fil des essais. Quand on entreprend une tentative d'arrêt, c'est qu'on est inconfortable. Si vous voulez, on a un caillou dans la chaussure. D'abord, on essaie de le retirer en secouant le pied. Mais tant qu'on ne retire pas la chaussure, le caillou reste là. J'ai arrêté de fumer le jour où j'ai acheté ma maison. On m'a demandé à la banque si je fumais, j'ai répondu que non. J'ai jeté mon paquet, je suis rentré chez moi et j'ai annoncé que j'avais arrêté. Ma femme m'a répondu : « Comme d'habitude ! ».

Parlez-moi des réalisations de la Commission Tabac.

Dr RAEVENS : Chaque année, on part sur un challenge différent. Il y a deux ans, c'était de faire en sorte que

Dr Delpierre



la tabacologie reste quelque chose d'accessible pour les médecins généralistes. Nous nous sommes donc occupés du site internet.

Dr VAN DER SCHUEREN : Et c'est une grande réalisation, grâce à l'investissement de Thomas JONARD. Il a d'ailleurs obtenu pour ce travail le troisième prix au Quality Award de l'INAMI.

Dr RAEVENS : C'est un site « couteau suisse », où le médecin, quel que soit son degré d'implication dans le tabac, peut trouver une réponse adéquate par rapport au patient qu'il a devant lui. S'il veut référer, le médecin y trouve les références des pneumologues, des tabacologues ; s'il veut suivre une formation, il consulte l'agenda ; s'il est dans l'urgence, un arbre décisionnel peut lui venir en aide... Nous avons essayé que le tabac ne fasse pas peur, que le médecin ose aborder cette problématique en consultation.

Dr VAN DER SCHUEREN : Nous devons veiller à toujours maintenir notre information accessible au généraliste de base. Parfois, ceux qui ont une formation en tabacologie ou qui font beaucoup d'aide au sevrage tabac ont tendance à oublier que, pour le généraliste de base, c'est une activité parmi d'autres.

Dr NYS : La Commission Tabac a un rôle d'information indispensable auprès des médecins généralistes. Non seulement la SSMG est rapidement accessible par Internet, mais elle se met à la disposition de tous, au travers des outils d'animation qu'elle propose.

Dr VAN DER SCHUEREN : Cette année, nous travaillons à la réalisation d'un carton intercalaire pour les attestations de soins qui reprend les messages clés en sevrage tabagique dans la pratique quotidienne. Ce document sera distribué avec la revue. Et bien sûr, il y a ce numéro spécial tabac. Nous souhaitons qu'il soit une véritable référence pour tous les généralistes. Les articles abordent certains sujets pointus, qu'on ne rencontre pas tous les jours...

Dr RAEVENS : Mais aussi des sujets sur lesquels il y a beaucoup à dire, comme le tabac et l'adolescent.

Dr NYS : Dans ce cadre, nous avons écrit un papier sur la chicha, parce que c'est un nouveau mode d'initiation au tabac pour nos

jeunes. Si les médecins ne savent pas ce qu'est une chicha, ils loupent un aspect du problème.

Dr DELPIERRE : Actuellement, et c'est notre dernier projet en cours de réalisation, nous travaillons avec PromoSanté & Médecine Générale sur le tabac et les populations précarisées. Nous préparons un module d'information qui pourra être utilisé en GLEM.

Dr RAEVENS : En marge de toutes ces activités, nous essayons de représenter les généralistes à la Région et au Fédéral. Dans le cadre du plan « Sevrage pour tous », Thierry et Valérie sont allés se battre pour que le généraliste soit reconnu comme partenaire de la première ligne dans la lutte contre le tabac. C'est lors de ces réunions que le code pour la consultation spécifique s'est discuté. Et Dieu sait s'il a fallu se battre pour que ce code passe auprès des mutuelles !

L. Jottard

Dr Nys





mardi 18 mai 2010
20 h 45-22 h 45

Où: Philippeville
Sujet: Le patient en fin de vie: traitements •
Dr Dominique LOSSIGNOL
Org.: G.O. Union Médicale Philippevillaine
Rens.: Dr Bernard LECOMTE
060 34 43 25

jeudi 20 mai 2010
20 h 30-22 h 30

Où: Ciney
Sujet: Les nouvelles drogues •
Dr Pierre SCHEPENS
Org.: G.O. Union des Omnipr. de l'Arr. de Dinant
Rens.: Dr Etienne BAIJOT
082 71 27 10

jeudi 20 mai 2010
20 h 30-22 h 30

Où: Namur (Arsenal)
Sujet: Troubles bipolaires •
Pr Eric CONSTANT
Org.: G.O. de Namur
Rens.: Dr Bernard LALOYLAUX
081 30 54 44

jeudi 27 mai 2010
20 h 00-22 h 00

Où: Binche
Sujet: Usage raisonné de la polysomnographie et de l'oxygénothérapie – aspects économiques •
Dr Antonio MOSCARIELLO
Org.: G.O. Groupement des Médecins de Binche et entités avoisinantes
Rens.: Dr Damien MANDERLIER
064 33 13 60

jeudi 10 juin 2010
20 h 30-22 h 30

Où: Namur
Sujet: Lymphoedème et autres grosses jambes •
Dr Muriel SPRYNGER
Org.: G.O. de Namur
Rens.: Dr Bernard LALOYLAUX
081 30 54 44

MANIFESTATIONS SSMG 2010

Programmes et inscriptions: www.ssmg.be, rubrique « agenda »

samedi 29 mai

Grande Journée « Dermatologie »

Organisée par la Commission de Namur

les 25 & 26 septembre

Entretiens de la SSMG – 1^{er} WE

Organisés par l'Institut de Formation Continue

samedi 2 octobre

Formation pratique à la spirométrie

Organisée par la commission «spirométrie»

samedi 16 octobre

Grande Journée « Urologie-néphrologie »

Organisée par la Commission du Luxembourg

les 23 & 24 octobre

Entretiens de la SSMG – 2^e WE

Organisés par l'Institut de Formation Continue

samedi 20 novembre

Grande Journée

Organisée par la Commission du Centre

Les invitations aux grandes journées se font désormais par courrier électronique. Cependant, les médecins qui désirent recevoir par courrier postal leur invitation et le programme de la journée peuvent l'obtenir en téléphonant au secrétariat de la SSMG

RÉPONSES AUX PRÉTESTS

Réponses prétest p. 162: 1. Faux – 2. Vrai – 3. Faux

Réponses prétest p. 166: 1. Faux – 2. Faux – 3. Faux

Réponses prétest p. 172: 1. Vrai – 2. Faux – 3. Vrai

Groupes ouverts