



Clinique de sevrage tabagique au CUSFC

Un soutien **actif** aux fumeurs

■ Le Centre universitaire de Santé familiale et communautaire (CUSFC) de l'Université Saint-Joseph a choisi la journée du 31 mai, Journée mondiale sans Tabac, pour relancer la Clinique de sevrage tabagique pour les patients qui désirent arrêter de fumer. Une journée Portes ouvertes a ainsi été organisée à l'intention des étudiants, des enseignants et du personnel administratif des campus de l'USJ.

Au Liban, 45% des hommes et 35% des femmes fument contre 38% et 27% respectivement dans les pays du Moyen-Orient et du Nord de l'Afrique. La prévalence du tabagisme au Liban est donc très élevée comparée à la moyenne d'autres pays environnants. Les services de soins de première ligne se doivent d'être exemplaires en luttant contre le tabagisme et en prévenant ses effets nocifs sur la santé. Cette obligation suppose non seulement de mettre en place un environnement sans tabac pour protéger les non-fumeurs, mais également de fournir un soutien actif aux fumeurs lors du sevrage. Cela s'applique aussi bien aux patients qu'aux

personnels de soins. Bien qu'il y ait certaines personnes qui arrivent à se débarrasser de leur accoutumance au tabac toutes seules, pour d'autres, arrêter de fumer est souvent difficile à cause du phénomène de dépendance: «Pour les patients qui désirent arrêter de fumer, une clinique pour la prise en charge du sevrage tabagique spécialisée dans le conseil et l'accompagnement de ces personnes devrait être disponible à tous (médecin, infirmières, psychologue et diététicienne), note le Dr Hala Kahi, médecin de famille et tabacologue. Les stratégies à utiliser pour envisager l'arrêt, nécessitent selon elle beaucoup de temps et d'empathie comme pour la prise en charge de toute dépendance et diffèrent suivant le degré de motivation et l'intensité des dépendances. Sensibiliser aux méfaits du tabagisme et au narguilé, renforcer la protection des fumeurs passifs et aider les fumeurs qui souhaitent arrêter de fumer en présentant des alternatives au sevrage, sont les principales activités de la Clinique de sevrage tabagique du CUSFC.

Des stands spécialisés

Cette journée instructive était une occasion pour les étudiants et les enseignants de visiter de nombreux stands spécialisés, dont un stand pour mesurer la quantité du CO dans les poumons, un stand pour sensibiliser à l'impact du tabac sur la peau et un autre pour informer des mesures à prendre afin de limiter la prise de poids. Des brochures, des tests, des informations et des conseils personnalisés assurés par des médecins, infirmières et diététiciennes étaient au menu. Selon la directrice du CUSFC, Hiyam Kahi, une première tentative de mise en place d'une clinique de sevrage tabagique a eu

LE TABAC EN CHIFFRES

Le tabagisme constitue l'une des principales causes de mortalité et de morbidité évitable dans le monde. Selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS), 5,4 millions de personnes meurent chaque année de maladies causées directement par le tabagisme, ce qui correspondrait à environ un décès chaque six secondes. Au Liban, 3 500 personnes meurent chaque année à cause du tabagisme.

lieu il y a dix ans. La Journée mondiale sans tabac est ainsi une occasion de relancer la clinique de sevrage tabagique et de renforcer la vigilance quant aux méfaits du tabagisme. Le CUSFC a d'ailleurs mené plusieurs projets dans ce sens dont dans un premier temps, des programmes de prévention auprès des élèves des classes complémentaires et auprès des étudiants du campus des Sciences et Technologies. En un deuxième temps, un travail sur plusieurs étapes avait porté sur la sensibilisation des étudiants et du personnel de l'USJ pour rendre certains campus puis l'université tout entière sans tabac. La clinique de sevrage tabagique est enfin le dernier projet en date qui apporte aux patients qui souhaitent arrêter de fumer un soutien et une aide efficace. «Si le patient fumeur n'envisage pas encore l'arrêt, un travail de motivation sera entrepris, à travers un entretien motivationnel par le médecin ou l'infirmière. Cet entretien consiste à aider le patient à identifier sa motivation intrinsèque par ses propres termes afin de le diriger vers l'envie du changement», indique pour sa part le Dr Hala Kahi. ■ N.J.

