Aide pour prescrire le dosage initial

La dose à proposer dépend :

- Du nombre de cigarettes fumées par jour (dosage)
- Du délai entre le réveil et la première cigarette (sur 16h ou 24h)

- **1** cigarette **industrielle** = **1 mg** de nicotine en sevrage
- **1** cigarette **tubée ou roulée** = **2 mg** de nicotine en sevrage
- **Cannabis + tabac** → contacter un service d'addictologie

Statut tabagique et TNS* (patchs en mg) + **formes orales** (FO) 2 mg à la demande

Délai entre le lever et la 1ère cigarette	Nombre de cigarettes par jour			
	- de 10 cig/j	**11 à 20 cig/j**	**21 à 30 cig/j**	**+ de 30 cig/j**
31 à 60 min et +	7 ou 10 mg + FO	10 ou 14 mg + FO	15 ou 21 mg + FO	25 ou (14+21) + FO
6 à 30 min**	10 ou 14 mg + FO	15 ou 21 mg + FO	25 ou (14+21) + FO	(15+15) ou (21+21) mg + FO
0 à 5 min**	10 ou 14 mg + FO	15 ou 21 mg + FO	25 ou (14+21) + FO	25 ou (14+21) + FO **ou** (14+21+14) + FO

Tableau adapté du document du RESPADD « Repérer la consommation de tabac et adapter son intervention »
** TNS : Traitements Nicotiniques de Substitution ** Privilégier les formes sur 24h*

Évaluation de l'efficacité du traitement

Si vous percevez un ou plusieurs de ces signes, il est nécessaire d'ajuster la dose.
Reprenez contact avec votre prescripteur ou pharmacien pour vous y aider.

SYMPTÔMES DE **SOUS-DOSAGE**

- Difficultés à se concentrer
- Déprime
- Troubles du sommeil
- Nervosité
- Irritabilité
- Pleurs
- Augmentation de l'appétit
- Pulsion à fumer



↗ **Augmenter la dose**

SYMPTÔMES DE **SURDOSAGE**

- Impression d'avoir trop fumé
- Goût métallique
- Bouche pâteuse
- Céphalées
- Nausées
- Vertiges
- Troubles du sommeil



↙ **Diminuer la dose**

©Hauts-de-France Addictions - graphisme par Maxime Foulon - 2026

HAUTS-DE-FRANCE ADDICTIONS
tabac info service
www.tabac-info-service.fr
39 89