



Self Care « Futurs non fumeurs »

Des résultats à la mesure de l'engagement personnel

« Self Care ? c'est un excellent outil de travail ! », s'enthousiasme Philippe Nussbaumer, pharmacien à La Chaux-de-Fonds. Comme bien d'autres confrères d'ailleurs, le jeune docteur a su tirer profit de l'instrument de relations publiques mis à disposition par la SSPh. En ce qui le concerne, il a surtout mis l'accent sur le bus d'information Self Care et ce fut un succès. Résultat : il dresse un bilan très positif de la campagne « Futurs non fumeurs ».

« S'il est bien employé, Self Care est un excellent outil de valorisation de la profession », insiste Philippe Nussbaumer, récemment post-gradué des Hautes Etudes Commerciales de l'Université de Lausanne. Pour ce faire cependant, « un investissement personnel est nécessaire, en argent d'une part, mais surtout en temps. » Ses confrères des quatre coins de la Suisse, qui ont rivalisé d'imagination pour promouvoir la campagne et leur propre rôle de conseiller, ne le contrediront pas. Certains, en Valais notamment, n'ont pas hésité à surmonter le trac pour passer sur les ondes de la radio locale, alors que d'autres, à Genève, se lançaient dans l'expérience cybernétique en développant leur propre site Internet (adresse : <http://www.pharmacies-geneve.ch>).

L'accent sur le bus

A La Chaux-de-Fonds, Philippe Nussbaumer a misé sur le bus Self Care. Au nom de la profession toute entière bien plus qu'à titre privé, l'chercheur des laboratoires de phytochimie de l'Université de Genève a campé pendant toute une journée sur la place de la Carmagnole avec son équipe de pharmacie. L'événement avait été annoncé dans les jours qui précédaient par une publicité payante, ainsi que par un article rédactionnel dans la presse locale. Et le jeu en valait la chandelle. Ce ne sont pas moins d'une centaine de personnes qui leur ont rendu visite ce vendredi de novembre dernier, malgré un froid à ne pas mettre un pharmacien dehors !

On en comptait pourtant deux aux abords du bus, accompagnés de deux assistantes en pharmacie qui, la blouse blanche recouverte d'une épaisse doudoune, bravaient la rudesse du climat chaud-fonnier pour accueillir les passants et les informer sur la désaccoutumance au tabac. « Parmi la centaine de visiteurs, seuls quatre ou cinq personnes ont décidé d'arrêter de fumer sur le champ et on jeté symboliquement leur dernier paquet de cigarettes sous nos yeux. Les autres venaient soit pour obtenir des renseignements en vue d'un sevrage ultérieur, soit pour confier leurs états d'âme en pleine phase de désaccoutumance. Quelques fumeurs invétérés ne sont en outre venus que pour remplir la feuille de concours ! », confie Philippe Nussbaumer.

Partage des tâches

Les doigts emmitoufflés dans les gants de laine, les assistantes en pharmacie effectuaient des mesures du CO avec l'appareil fourni par le bus. « 20 à 30 ppm, ce sont des taux de CO identiques à ce que l'on trouve dans les tunnels autoroutiers », expliquaient-elles sans rire aux gros fumeurs en quête d'un argument valable de motivation. Celui-ci semblait d'ailleurs si bien faire l'affaire que Philippe Nussbaumer s'est depuis décidé à acheter un appareil de mesure pour son officine.

Les deux pharmaciens, eux, procédaient aux entretiens de conseil : 35 au total, soit un véritable succès. Muni de leur formulaire dûment complété, ces personnes pourront se rendre en temps voulu, si ce n'est déjà fait, chez le pharmacien de leur choix afin d'entamer une désaccoutumance accompagnée. M. Nussbaumer ne souhaitait en aucune manière les pousser à fréquenter sa propre pharmacie, mais les encourageait plutôt à choisir leur « pharmacien de confiance ». « Selon-moi, ce type d'événement hors de l'officine sert essentiellement à revaloriser la profession d'une manière générale », affirme-t-il, « c'est pourquoi je souhaite vivement qu'ils s'organisent à plusieurs pharmaciens, au niveau d'une ville, voire d'un canton entier. »

« Les gens sont tout surpris de voir des pharmaciens dehors, surtout par ce froid ! », ajoute M. Nussbaumer en souriant. « Les réactions ont été très positives », conclut-il, « et bien que certains ont parfois dû attendre un quart d'heure pour passer à l'entretien, personne n'a fait preuve d'impatience ». Le vin chaud et les tisanes pectorales et les cakes y étaient-ils pour quelque chose ?

Au service de la profession

Pharmacien actif parmi d'autres, Philippe Nussbaumer considère les campagnes d'information Self Care comme un moyen idéal de mettre en valeur ses compétences professionnelles et de lutter contre la tendance au supermarché du médicament. Il admet toutefois que si le travail n'était pas prémâché par la SSPh, il n'aurait pas le temps de se consacrer à ce type d'action. M. Nussbaumer estime en outre nécessaire que chaque campagne prévoie un volet pour les relations extérieures, tel l'idée du bus, « Aux pharmaciens ensuite d'en tirer le maximum », affirme-t-il.

De bons résultats à 3000 mètres

Pour ce qui est du thème, celui du tabac était particulièrement bien choisi, selon lui, même s'il tombait un peu trop proche des fêtes de fin d'année, une période mal choisie pour renoncer au tabagisme. « J'étais personnellement très motivé car j'ai déjà, en tant que professeur de ski, atteint les meilleurs résultats avec mes élèves dans la désaccoutumance au tabac à plus de 3000 mètres d'altitude ! Lorsqu'ils arrivent à bout de souffle après cinq courbes, les sportifs font preuve de la plus grande volonté pour arrêter de fumer. Je me réjouissais donc d'en faire autant à basse altitude avec les clients de la pharmacie ! », s'exclame-t-il.

Formation continue

Philippe Nussbaumer avoue avoir planché auparavant pendant trois jours de vacances sur le cahier Pharamactuel, afin de réviser ses connaissances en la matière. Le même cahier, ainsi que l'Optipharm, l'Optima Plus et les cartes de Pharmadigest ont en outre servi à rafraîchir la mémoire de toute l'équipe de pharmacie. Par ailleurs, une assistante en pharmacie, désignée responsable de la mise en place de la campagne à l'officine, a participé au séminaire d'information à Fribourg, en compagnie de ses homologues de pharmacies voisines. Elles en sont revenues bien informées et la tête pleine de projets originaux. C'est ainsi qu'on a pu voir, en novembre dernier à La Chaux-de-Fonds, une collection de vieux paquets de cigarettes ou des dessins d'enfants dans les vitrines des pharmacies, et même deux pharmaciens et deux assistantes en pharmacie dans la rue par moins deux degrés, pour le plus grand plaisir des passants ! Au sens propre comme au figuré, les Chaux-de-Fonniers ont mis le paquet pour cette campagne et ils semblent prêts à recommencer à l'avenir !