Chronique du Dr Mesny n ° 6

Dépendance tabagique

Adolescents et dépendance à la nicotine :

L'étude « National Youth Tobacco Survey » faite en 2004 aux Etats-Unis, portant sur la consommation de tabac des jeunes, montre que celle-ci croît régulièrement pendant l'adolescence, de 12 à 18 ans, parallèlement aux symptômes de dépendance.
Mais elle met aussi en relief le fait que la dépendance peut se manifester chez ces jeunes, même suite à une consommation faible ou irrégulière.
Ce qu'avaient déjà montré les travaux de J. O'Loughlin au Canada sur des fumeurs âgés de 13 ans.
Carabello et coll. Nicotine Tob Res, 11, Janv. 2009

Rôle du tabagisme parental sur la dépendance au tabac des enfants

On sait que le risque de devenir fumeur est très élevé chez les enfants de parents fumeurs.
Une étude menée sur 15 ans, avec 838 participants africains-américains et portoricains, conclue que le risque de fumer n'est pas directement lié au tabagisme parental, mais que celui-ci augmente pour l'adolescent le risque d'avoir des amis ou des partenaires fumeurs.
Le modèle familial influence indirectement le réseau social et amical de l'enfant et le risque d'une consommation menant à la dépendance.
Brook JS. et coll. Drug Alcohol Depend, 101, Avril 2009

Les femmes sont-elles les égales des hommes face aux addictions?

- Les hommes sont 3 fois plus nombreux à boire de l'alcool, plusieurs fois par semaine
- 1/3 des hommes fument régulièrement (≥ 1 cigarette/jour) contre 1/4 des femmes
- Avant 25 ans, la consommation de cannabis est identique dans les 2 sexes, ensuite elle devient nettement masculine.

Plus le niveau social est aisé et plus le niveau d'instruction est élevé, plus les consommations des deux sexes vont converger.
Plus les hommes sont instruits, plus leur consommation d'alcool diminue.
Plus le milieu social est défavorisé, plus les hommes fument, le chômage étant un facteur aggravant.
BEH, 10 Mars 2009

Maladies liées au tabac

Influence du mode de vie des mormons sur les maladies cardio-vasculaires

Les mormons ont une mortalité d'origine cardio-vasculaire inférieure à celle des autres habitants de l'Utah. On constate chez eux une moindre fréquence de lésions coronaires.

Chronique du Dr Mesny n ° 6

Ce serait du à une *meilleure hygiène de vie proscrivant le tabac et prônant le jeûne au moins une fois par mois*, jeûne portant sur 2 repas consécutifs.
Horne BD et coll. Am J Cardiol, 102, Oct. 2008

Le tabac modifie la réponse à l'infection dans la bronchite chronique

Une étude américaine a été menée sur des rongeurs soumis ou non à la fumée de tabac, puis infectés par un germe fréquemment rencontré dans les exacerbations de bronchite chronique. Ceux qui ont été exposés à la fumée, développent des réactions inflammatoires très importantes pouvant conduire à des lésions pulmonaires.
Ceci pourrait expliquer la gravité particulière des surinfections pulmonaires chez les patients bronchitiques chroniques et fumeurs.
Gordon J. et coll., Am. J. Respir. Crit. Care Med., 179, 7 Avril 2009

Syndrome prémenstruel et tabac

Encore un renseignement fourni par la fameuse étude « Nurse's Health Study II » qui a porté sur 116 000 infirmières américaines âgées de 25 à 42 ans, de 1989 jusqu'en 2001.
Les fumeuses de plus de 25 cigarettes /jour ont près de 2 fois plus de risque de souffrir d'un syndrome prémenstruel que les non fumeuses. Ce risque est multiplié par 2,5 si elles ont commencé à fumer avant l'âge de 15 ans.
Le syndrome prémenstruel est susceptible de retentir sur les activités quotidiennes.

Tabac et cancer

Une fiche « repère » de l'Inca établie en 2008, qu'on peut consulter sur e-cancer.fr, souligne que *le tabac est responsable de 36% des décès par cancer chez l'homme et de 4% chez la femme*. Mais ces statistiques sont basées sur les chiffres de 1999. Or, le nombre de cancers a bondi de près de 15% entre 1999 et 2005. On peut donc, en 2009, craindre une augmentation importante de la mortalité par cancers provoqués par le tabac.
Deux renseignements intéressants sont aussi donnés :

- En 2007, l'assurance maladie a remboursé 428.770 forfaits de 50 €. (Actuellement, un forfait de sevrage tabagique est pris en charge par personne et par an).
- L'augmentation du prix des cigarettes, si elle a provoqué une diminution de la consommation globale, n'a malheureusement pas eu d'effet sur la consommation des ménages les plus pauvres.

Inca/ Prévention. Fiche repère établie le 31.05.2008.

Bénéfice des lois anti-tabac sur l'incidence des crises d'asthme

Le tabagisme passif augmente le risque de développer des crises d'asthme ou de les aggraver, aussi bien chez les enfants que chez les adultes.
Le Docteur Mary K. Rayens et ses collaborateurs ont évalué, dans 4 hôpitaux du Kentucky, l'effet d'une loi interdisant de fumer dans les lieux publics, appliquée en Avril 2004, sur le nombre d'admissions pour crises d'asthme.

Chronique du Dr Mesny n ° 6

L'étude a été effectuée de Janvier 2001 à Décembre 2006.
Leur travail a montré une diminution de 22 % des admissions pour asthme aux urgences, après l'application de la loi, soit de 24% pour les plus de 20 ans et de 18% pour les 19 ans et moins.
Rayens MK et coll. J Allergy Clin Immunol, 122, Sept. 2008

Sevrage Tabagique

Un soutien augmente les chances de réussite du sevrage par substituts nicotiniques

Une étude anglaise a porté sur 2 767 fumeurs qui n'avaient pas l'intention de réduire leur consommation ou se sentaient incapables de subir un arrêt brutal. Ils ont été traités par substituts nicotiniques ou placebo, pendant une période de 6 à 18 mois.
Comme l'on s'en doutait, bien que les résultats soient médiocres vu les caractéristiques de ces fumeurs , les substituts ont une meilleure efficacité que le placebo pour obtenir l'abstinence.
Une amélioration des résultats est constatée lorsque les fumeurs sont aidés par un soutien comportemental et le suivi régulier d'un professionnel de santé.
Moore D. et coll. 338 BMJ Avril 2009

Statistiques du tabagisme

Etude européenne sur les attitudes et comportements des citoyens vis à vis du tabac

En Décembre 2008, 26 500 citoyens, fumeurs et non fumeurs de plus de 15 ans, des 27 pays membres de l'union européenne, ont été soumis à un questionnaire portant sur leur consommation éventuelle, les interdictions de fumer dans certains lieux, l'impact des avertissements sanitaires, etc....

La France est mal située en ce qui concerne la consommation de tabac avec 34% de fumeurs dont 28% de consommateurs réguliers (≥ 1 cigarette/jour) pour une moyenne européenne de 31%, dont 25% de fumeurs réguliers.

Mais, bien que les chiffres suivants soient encore trop élevés, elle se situe mieux que la moyenne européenne pour :

- L'exposition au tabagisme passif à domicile : 11% vs 17%.
- L'exposition au tabagisme passif sur les lieux de travail : 14% vs 19%.
- L'interdiction de fumer sur les lieux de travail : 83% vs 66%.

89% des français interrogés approuvent l'interdiction de fumer sur les lieux de travail.
83% sont d'accord avec cette interdiction dans les restaurants.
67% seulement approuvent l'interdiction de fumer dans les bars, pubs et clubs.

Très inquiétante est l'estimation de l'impact des avertissements sanitaires sur les paquets de cigarettes :

- 26% seulement des fumeurs français estiment que ces avertissements ont un rôle d'information sur les dangers du tabac vs 29% pour la moyenne européenne.
- 19%, qu'ils peuvent aider à réduire leur consommation.
- 20%, qu'ils peuvent constituer une aide à l'arrêt.

55% pensent que des photos renforçant les textes auraient plus d'efficacité.

On comprend que l'OMS ait choisi le thème des avertissements sanitaires pour sa Journée Mondiale sans Tabac 2009

Survey on Tobacco: Analytical report/ Flash Euro barometer. Mars 2009.