

Comment intégrer, dans les pratiques,  
l'accompagnement et les outils de la  
consommation à moindre risque?

## **Le tabac**

Anne BORGNE

Médecin addictologue

Présidente du RESPADD

# Constats

- 29% population fume, 74 000 décès prématurés/an
- Toxicité du tabac commence dès première prise
- Potentiel addictogène +++

*Comment intégrer dans les pratiques de soins, d'accompagnement et de prévention les outils de la consommation à moindre risque ?*

# Réduction des risques et tabagisme

*RdR : remet en cause le sevrage comme seul objectif thérapeutique*

*Tabagisme : abstinence conseillée++*

## 1. Réduction du nombre de cigarettes fumées :

Compensation : autotitration, + fumée absorbée : + ppts combustion, + CO.

Limitée dans le temps

Impact santé? Pas d'impact morbi/mortalité

Compensation (over-smoking)

Durée d'exposition

Réduction seule : stratégie aux bénéfices limités et modalités mal définies

# Réduction des risques et tabagisme

## 2. Réduction avec substitution

- Logique de réduction des méfaits
- Changement de comportement : hausse confiance dans capacités à changer
- Rupture automatisme : moins obligation à fumer, pas manque
- Expérimentation bénéfiques
- Étape transition vers abstinence
- Bénéfices à court terme : bien-être physique et mental, protection non-fumeurs
- Evite le recul devant le grand saut...

# Réduction des risques et tabagisme

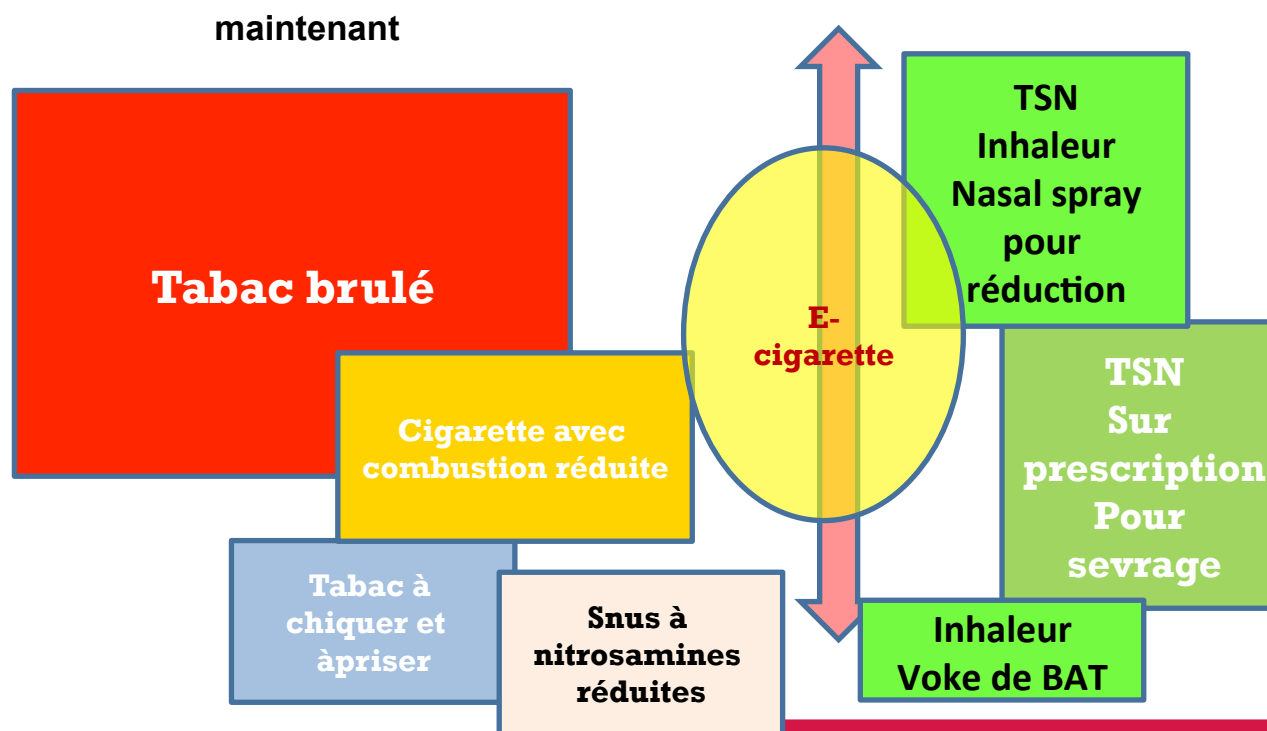
3. Cigarette électronique ou vaporisateur personnel (VP)
  - Pas de combustion, pas de fumée : pas de CO, goudrons, etc.
  - Plébiscité par utilisateurs et approuvé par de nombreux soignants
  - Alternative au tabac bien moins dangereuse.
  - Pas un médicament et ne relève d' aucune intention thérapeutique.
  - Le VP, bien utilisé, permet d' arrêter de fumer du tabac et de remettre en cause son lien à la nicotine.

# Réduction des risques et tabagisme

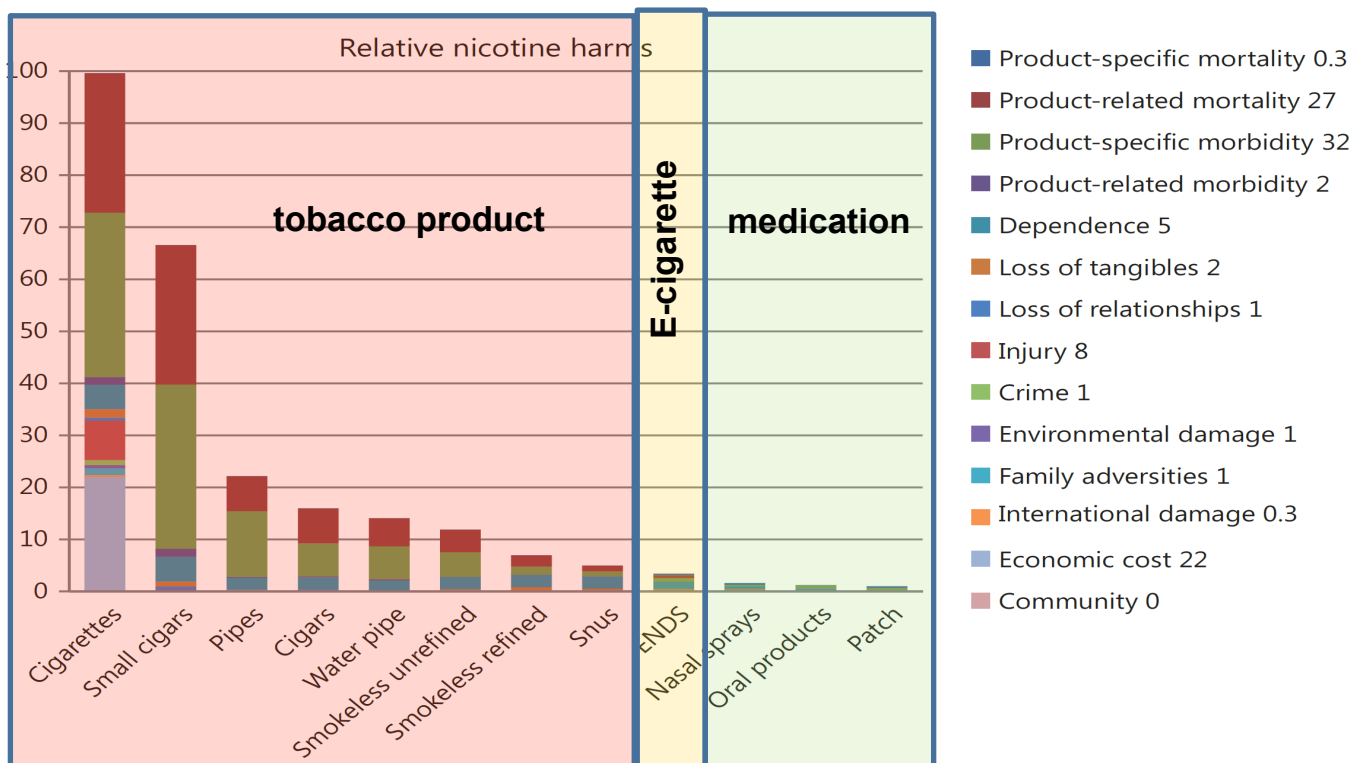
## 4. Nouveaux vaporisateurs de tabac & inhalateurs de nicotine

- Absorption de nicotine sans combustion : chauffent le tabac sans le brûler
  - délivrent de la nicotine sans fumée (vaporisateurs de tabac – heat not burn) (Iqos, Ploom)
  - libèrent de la nicotine sans contenir de tabac (inhalateurs de nicotine)
    - Voke (inhalateur à clapet) : AMM Royaume-Uni
- Fumeurs qui souhaitent arrêter, réduire ou remplacer leur consommation de cigarettes par alternative moins risquée
- Aucune étude scientifique n'a démontré que ces nouveaux produits du tabac sans combustion étaient sans danger. Ils réduisent l'exposition aux substances toxiques mais les études à long terme sur l'homme ne sont pas encore disponibles.

# Le marché de la nicotine est de plus en plus complexe



# Echelle toxicité relative nicotine – Nutts, 2014





# Conclusion

*De plus en plus de données fiables et fondées sur les preuves sont disponibles aujourd'hui pour affirmer que la réduction des risques liés au tabagisme est efficace et qu'elle devrait constituer une politique de santé à part entière et ainsi aider des millions de fumeurs.*

*Les professionnels peuvent informer les fumeurs que la combustion est la méthode d'absorption de la nicotine la plus toxique et que tous les autres procédés sont plus sûrs.*

*Discours centré sur la personne et son arrêt du tabac, sachant que la consommation de nicotine est moins toxique que l'absorption de fumée.*

*Cigarette classique : en voie de devenir une technologie obsolète, remplacée par de nouvelles technologies moins toxiques pour fournir de la nicotine :  
il s'agit donc d'une approche de réduction des risques*