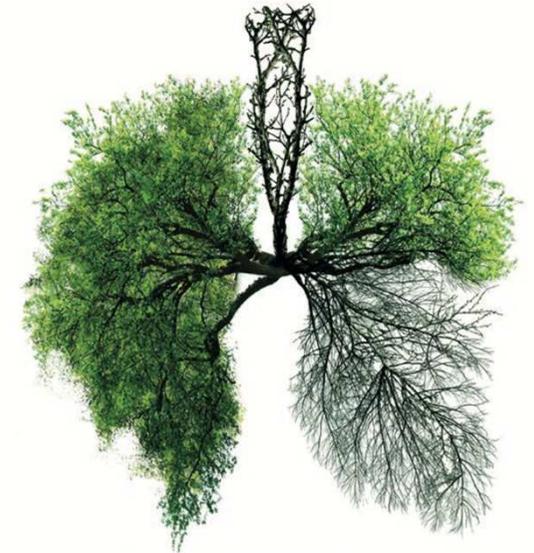


Société de Pneumologie d'Ile-de-France www.laspif.org



Environnement et poumon

Que fume-t-on en 2022 ?

Dr Marion Adler
Praticien Hospitalier APHP
Hôpital Antoine Bécclère
marion.adler@yahoo.fr
06 32 32 95 66

19.03.2022

Merci à Pauline PRADERE

- **Liens d'intérêt:**

Participation à des interventions ponctuelles (essais cliniques, travaux scientifiques, activités de conseil, conférences, colloques) pour les entreprises Johnson et Johnson, Pfizer.

Membre du conseil d'administration et scientifique de la Société Francophone de Tabacologie

Que fume-t-on en 2022 ?

- Les produits du tabac:

Tabac fumé = toxique à 100%

- Tabac : cigarettes, cigares, cigarillos, pipe, tabac à rouler, chicha (waterpipe , narguilé)
- Cannabis ou THC
- Tabac à chauffer , pyrolysé : C'est quoi?
- Le snus: tabac sans combustion ,non fumé



- Les produits sans tabac:

- Vape ou vapoteuse ou cigarette électronique: vaporisation: pour l'arrêt du tabac

Vape: Pas du tabac et pas de combustion: 95% moins toxique que le tabac (* PHE)

Que fume-t-on en 2022 ?

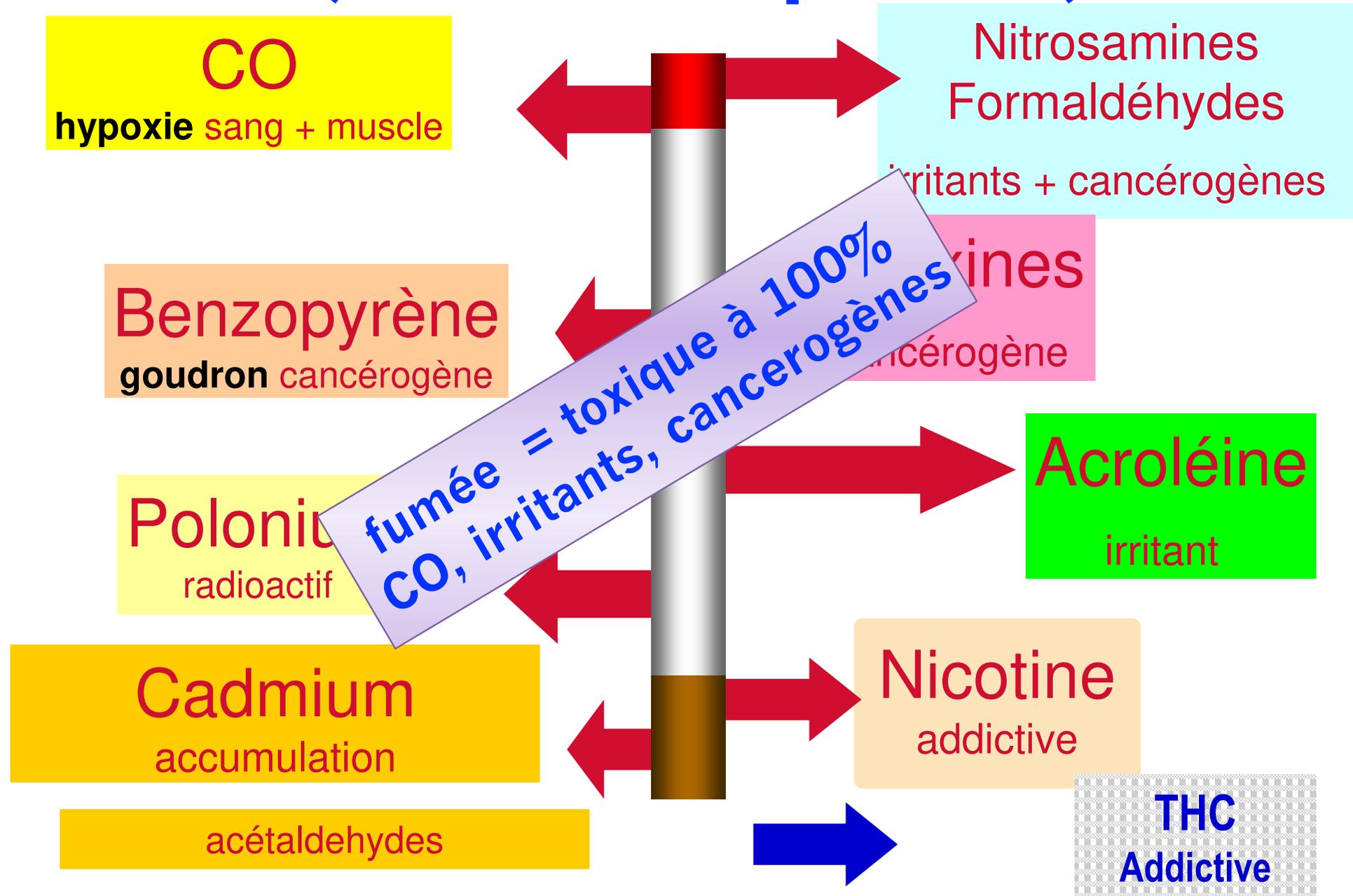
- Les produits du tabac fumés:

Tabac fumé = toxique à 100%

- **Tabac** : cigarettes, cigares, cigarillos, pipe,
- **1 cigarette à rouler** = 2 cigarettes manufacturées
- **Chicha**: (waterpipe , narguilé) =
C'est un concentré de fumée de tabac
- **Cannabis**: tabac + THC



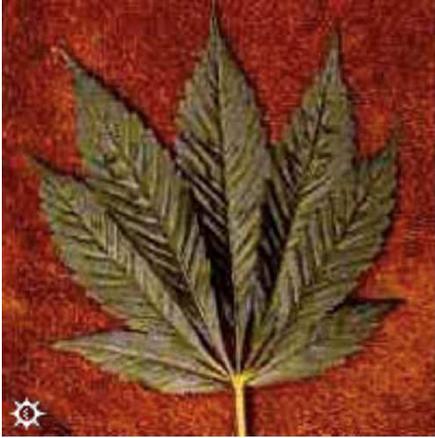
La fumée du tabac (4000 composés)



L'agent responsable de la dépendance



- **La Nicotine: Très addictogène et psychoactive mais pas de toxicité**
- **Le manque provoque: Irritabilité, anxiété, nervosité, dépression, difficultés de concentration, agressivité, envies de fumer, fringales**
- **La nicotine à dose suffisante aide les patients à arrêter de fumer!!**



Le cannabis en pratique

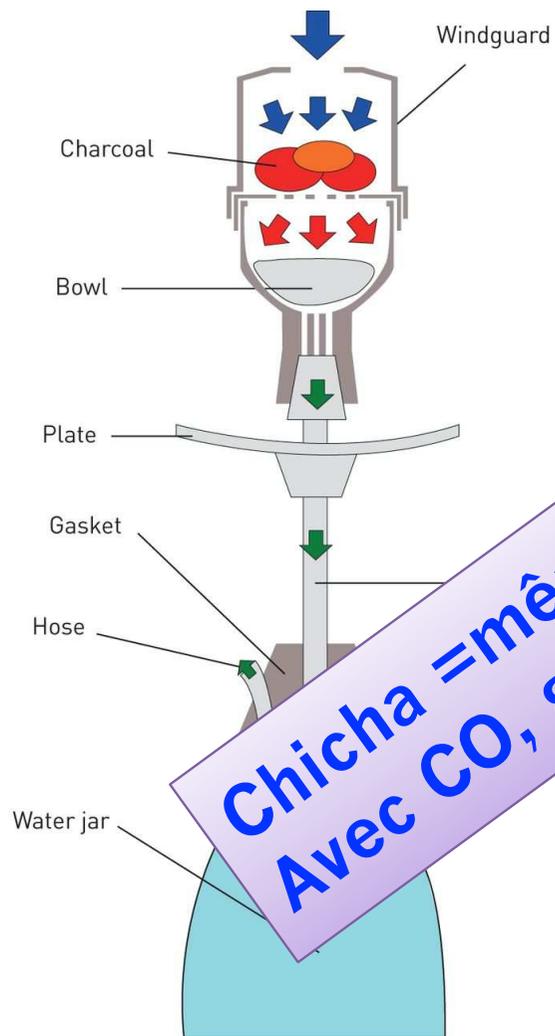


Penser toujours à la substitution nicotinique à forte dose

ATARAX (Hydroxyzine) 25mg: 1/2 à 2 comprimés par prise à la demande: syndrome de manque de THC: troubles du sommeil



Chicha= waterpipe, narguilé



**Chicha = même fumée = toxique à 100%
Avec CO, goudron, cancérogènes, irritants**



Le tabac à chauffer: « Heat not burn tobacco » = **Tabac grillé**

- Les nouveaux produits du tabac:
- Tabac à chauffer , pyrolysé : C'est quoi?



- Iqos (PMI) , Heets, Ploom (JTI) , Glo (BAT): industrie du tabac

Le tabac à griller

- Le tabac est pyrolysé: 350°C à 450°C , combustion incomplète.
- Ces nouveaux produits contiennent du tabac, à la différence de la vape
- Il y a du CO, ainsi que de nombreuses substances irritantes et cancérogènes qui sortent de la fumée
- A la différence des cigarettes conventionnelles (température de 600 °C à 900 ° C),
- Contiennent aussi de la nicotine : non toxique mais psychoactive et addictogène

Combustion du tabac à griller: Pyrolyse

Volatile organic compounds, µg per cigarette^a

Acetaldehyde	133 (35)	5	610 ^b	1	→ 22
Acetone	12.0 (12.9)	5	95.5 (13.5)	2	13
Acroleine	0.9 (0.6)	2	1.1	1	→ 82
Benzaldehyde	1.2 (1.4)	5	2.4 (2.6)	2	50
Crotonaldehyde	0.7 (0.9)	5	17.4	1	4
Formaldehyde	3.2 (2.7)	5	4.3 (0.4)	2	→ 74
Isovaleraldehyde	3.5 (3.1)	5	8.5 (10.8)	2	41

**Substances cancérogènes (formaldéhyde : 74% ; acétaldéhyde : 22%)
Irritants (acroléine : 82%)**

Reto Auer et al. Heat-Not-Burn Tobacco Cigarettes: Smoke by Any Other Name

JAMA Internal Medicine July 2017 Volume 177, Number 7

Combustion du tabac à griller: Pyrolyse

HNB

CIG

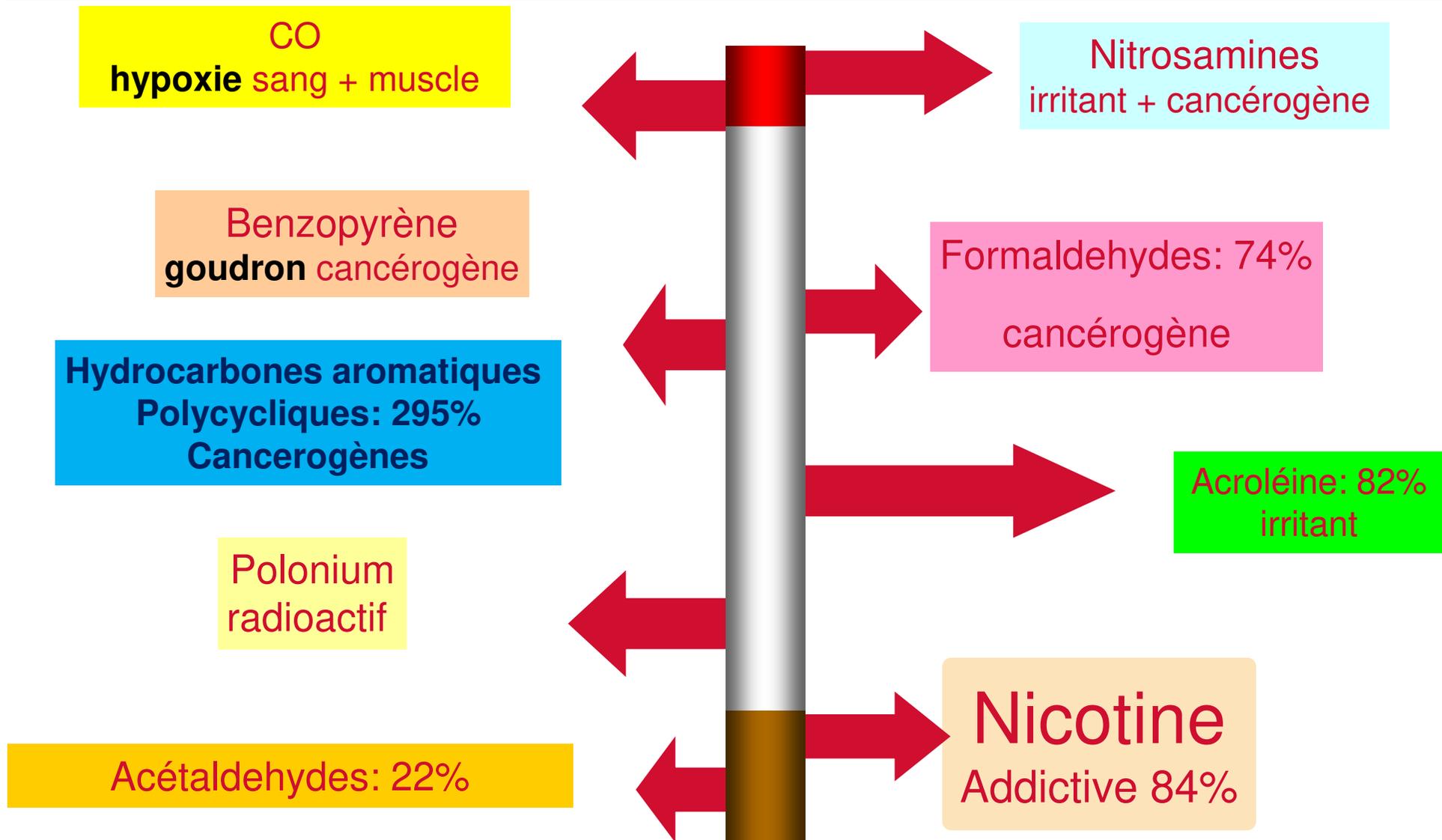
Polycyclic aromatic hydrocarbons, ng per cigarette ^c					
Acenaphthene	145 (54)	4	49 (9)	7	295
Other measures					
Nicotine, µg per cigarette ^a	301 (213)	4	361	1	84

- **Hydrocarbones aromatiques polycycliques (cancerogènes) :295%**
- **Nicotine: 84%**

Reto Auer et al. Heat-Not-Burn Tobacco Cigarettes: Smoke by Any Other Name

JAMA Internal Medicine July 2017 Volume 177, Number 7

La fumée du tabac à griller



Autre produit du tabac Le SNUS

SUEDE: Taux de cancer du poumon le plus faible (Suédois)

- Le SNUS: Ce n'est pas du tabac (pas de tabac) (Suédois)
- Le snus: tabac sans fumée, **non fumé**: donc addictif (nicotine) mais pas de cancer du poumon. Smokeless tobacco
- Tabac vendu surtout en Suède : Taux de cancer du poumon le plus bas d'Europe



Rapport de l'Institut de Santé Publique Norvégien (Lund & Vedøy, NAD, 2021)

- Pas de lien entre snus et K du poumon, maladies respiratoires et cardio-vasculaires
- Pas de lien entre snus et K de la cavité buccale et de la gorge
- Augmentation du risque de K de l'œsophage et du pancrès
- Augmentation possible du K de l'estomac et du rectum

vape : comment ça marche?

Embout buccal



batterie



résistance



réservoir pour le e-liquide

atomiseur



V/APV



La vapoteuse ou vape ou e-cig:

- Ce n'est pas du tabac!
- Ce n'est pas fumé mais vaporisation de nicotine
- Pas pour les non fumeurs
- Une aide efficace pour nos patients fumeurs prouvée par des études *
- Ce n'est pas un traitement, mais une aide parfois plus efficace
- Peut être associé aux traitements validés
- 95% moins toxique que la fumée de tabac.**

Pas pour les non fumeurs

95% moins toxique que le tabac

* NEJM 2019 HAJEK P et al

* *PHE: Public Health of England 2019

La vape qu'est ce qu'on inhale?

Propylène glycol

Glycérine végétale

Aromes
Normes AFNOR

Nicotine
addictive



Pas de CO ni goudron ni particules

Etude de P HAJEK*

- 800 patients pour le sevrage tabagique
- Sevrage évalué à un an : **Doublement** du nombre d'arrêt du tabac avec la vape par rapport aux substituts nicotiques
- Il faut les aider à arrêter de fumer sans perte de chance d'y arriver: expliquer l'utilisation de la vape **deux fois plus efficace !!**

Comment aider efficacement vos patients?

- Ce que le patient craint: la souffrance du manque de nicotine
- il souhaite arrêter de fumer

PLAISIR

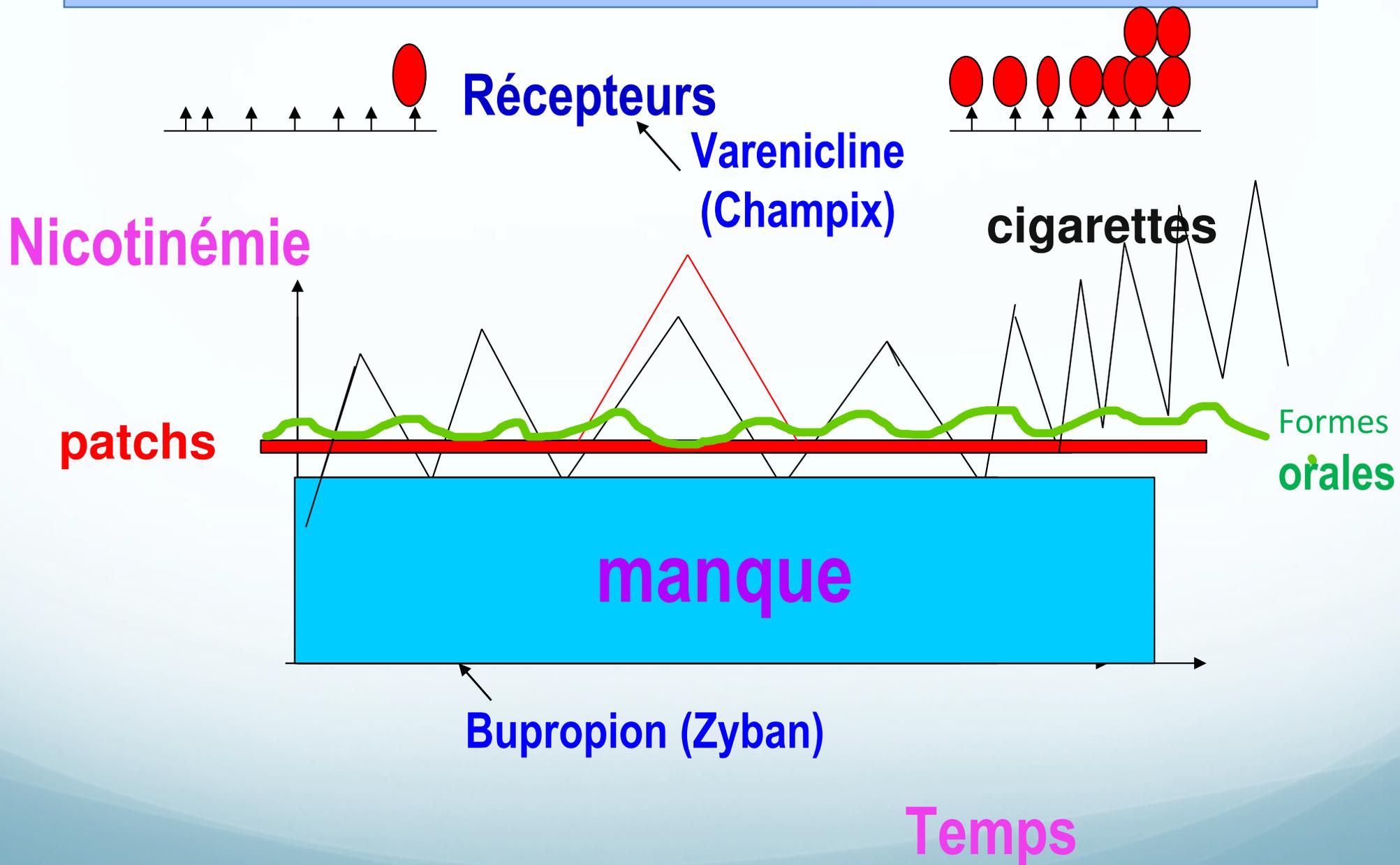
Tabagisme = maladie chronique

Manque

BON DOSAGE

- La dose de nicotine suffisante pour ne pas souffrir.
- **Association: patchs + formes orales.**
- Le patient doit apprécier son aide sinon il retourne a la cigarette
- La vape est appréciée grâce aux arômes: **Importance des arômes : un choix personnel pour chacun**

Nicotinémie et dépendance



La nicotine : la solution pour respirer l'air ambiant

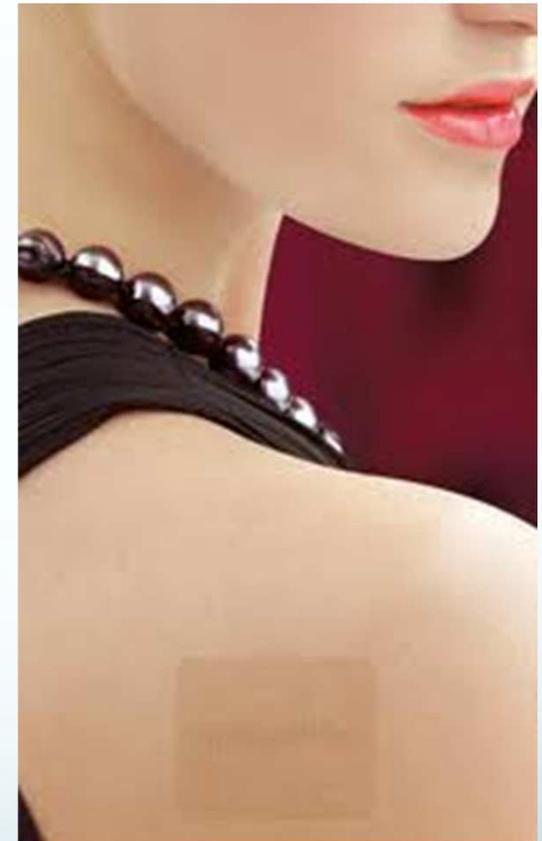
- **Les Substituts nicotiques: traitement efficace pour l'arrêt du tabac**
- **N'a pas de contre indication (sauf le non fumeur!)**
- **Tout fumeur peut en prendre pour un arrêt du tabac**
- **On peut fumer avec les substituts nicotiques**
- **Peut être prescrit au cours de la grossesse**

Les patchs: Equivalents

- Gros 21mg/24h = 25mg/16h
- Moyen 14mg/24h = 15mg/16h
- Petit 7mg/24h = 10mg/16h

- Nicopatchs
- Nicotinell
- Niquitin

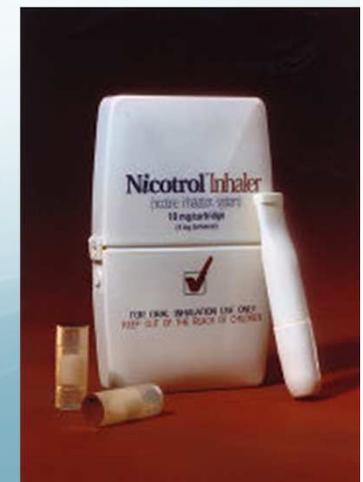
Nicoretteskin



Les formes orales



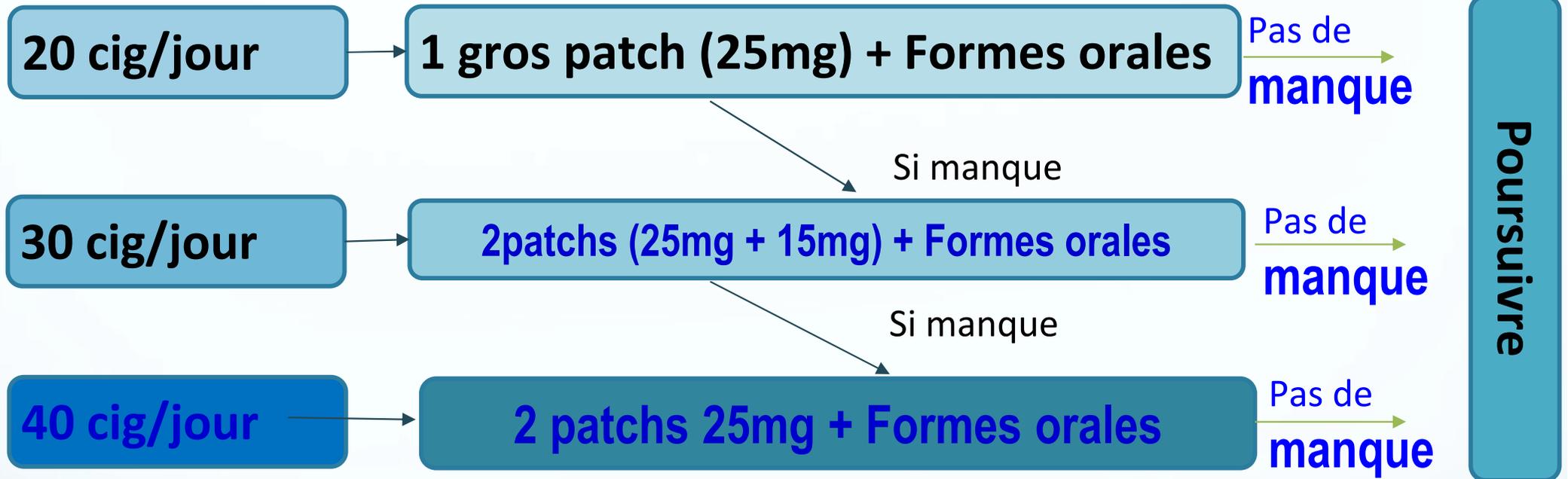
- **Le spray buccal: (Nicorette, EG)**
- **Les gommes (menthe ou fruits) 2mg, 4mg**
(Nicorette,EG)
- **Les comprimés sub linguaux: 2mg (nicorette)**
- **Les comprimés à sucer: 1, 5mg, 2,5mg, 2mg, 4mg (Nicopass EG)**
- **L'inhaleur: (nicorette)**



En pratique : mauvaise utilisation de la vape = risque élevé de reprise du tabac*

- Le bon dosage de nicotine: pas de manque : associer les substituts si besoin
- L'arôme qui convient (plaisir)
- L'utilisation appropriée: **pas dans la gorge directement.**
- La diminution progressive comme avec la substitution (on n'est pas pressé) **Eviter la reprise du tabac**
- Diminution de la fréquence de prise avant la diminution de la nicotine
- éviter l'utilisation dans les endroits non fumeurs : pas toute la journée

Protocole pratique



En pratique un gros patch pour un paquet par jour

Formes orales au choix du patient: gommes, pastilles, inhalateur, spray, vape

En pratique: aider les patients

- **Les substituts nicotiques (et la varenicline) sont les traitements qui, à la bonne dose, sont efficaces**
- **La vape peut être une aide efficace**
- **Association possible de la vape aux substituts nicotiques et à la Varenicline**
- **Nécessité au final d'un sevrage complet du tabac, sinon maintient du risque santé**
- **Mais chacun son rythme et chacun son choix d'aide**

Conclusion

- Le traitement et la vape ne doivent pas être arrêtés tant que le risque de reprise du tabac persiste: on n'est pas pressé!
- Ne pas décourager un fumeur à utiliser la vape si cela l'aide dans le sevrage tabagique
- aider les vapo-fumeurs à arrêter définitivement le tabac (associer les traitements)
- Ne pas hésiter à associer des traitements validés et efficaces à la bonne dose: aucun besoin
- Rassurer le patient sur la dépendance à la nicotine
- Les substituts nicotiques: traitement remboursé qui aide s'il est bien utilisé. (Patch + forme orale)

encourager vos patients à avoir du plaisir à arrêter de fumer avec ce qui leur plaît

Je vous remercie

vos questions?



KERON 04

Les risques?

Niveaux de dépendance comparés
entre vapoteurs (ex-fumeurs) exclusifs quotidien
et fumeurs exclusifs quotidiens

