

des métaux et des substances cancérigènes) et augmentent encore les risques pour la santé.

- La femme enceinte et le bébé qu'elle porte sont particulièrement menacés par la fumée active ou passive d'un narguilé.
- La fumée passive, qui se compose de la fumée du tabac et de la fumée de la substance combustible, constitue un risque sérieux pour la santé des non-fumeurs.
- Enfin, lorsqu'on fume la shisha en groupe, le risque existe aussi d'attraper un agent patho-

Shiha

Le narguilé est originaire d'Inde. En Méditerranée orientale, y compris la Turquie et la Syrie, on parle de «narguilé», alors qu'en Egypte et dans le Maghreb, on l'appelle «chicha» ou «goza», et en Inde «hookah». Une nouvelle mode, dans les années 1990, a transporté le narguilé du Moyen-

gène, comme le virus de l'hépatite, de l'herpès labial, ou des bactéries de tuberculose..

Les fabricants de tabac ne cessent de commercialiser du tabac avec de nouveaux arômes pour le narguilé: pomme, banane, fraise, noix de coco, réglisse, mangue, orange, pêche, rose, raisin, vanille ou citron. Ces arômes artificiels ne sont en soi pas particulièrement nocifs mais ce qui est préoccupant, c'est qu'ils favorisent le début du tabagisme en adoucissant le tabac, de sorte que les fumeurs inexpérimentés toussent moins rapidement.

Orient dans toute l'Afrique du Nord, agrémenté cette fois-ci de mélanges de tabac aromatisés. Elle s'est popularisée dans d'autres régions, en particulier chez les adolescents et les jeunes aux Etats-Unis, mais aussi en Suisse.

Sources: • University of Minnesota Transdisciplinary Tobacco Use Research Center, Hope or Hazard? What Research Tells Us About «Potentially Reduced-Exposure» Tobacco Products. Hope or Hazard?, Publication Date: April 2005 <http://hdl.handle.net/11299/145> • Vincent Coglianò et al., WHO International Agency for Research on Cancer, Smokeless tobacco and tobacco-related nitrosamines, in: The Lancet Oncology 2004; 5: 708 <http://thelancet.com> • Trudy Prins et al., ENSP Status Report on Oral Tobacco 2003, European network for smoking prevention, www.ensp.org • WHO Study Group on Tobacco Product Regulation (TobReg), Advisory Note: Waterpipe Tobacco Smoking: Health Effects, Research Needs and Recommended Actions by Regulators, World Health Organization. Tobacco Free Initiative Geneva 2005 www.who.int/tobacco/en/ • Tobacco Free Initiative. World no tobacco day 2006, Tobacco: deadly in any form or disguise, World Health Organization www.who.int/tobacco/en/ • WHO, http://www.who.int/tobacco/industry/product_regulation/tobreg/en/index.html; http://www.who.int/tobacco/publications/prod_regulation/en/index.html • Bundesinstitut für Risikobewertung, Gesundheits- und Suchtgefahren durch Wasserperfeifen (évaluation sanitaire actualisée no 011/2009 de l'institut allemand de l'évaluation des risques, en date du 26 mars 2009), www.bfr.bund.de • Office fédéral de la santé, Lettre d'information no 96: Consommation personnelle de tabac destiné à l'usage oral, version du 13.06.2013, qui remplace la version du 06.07.2004, <http://www.blv.admin.ch/themen/04678/index.html?lang=fr>

http://www.who.int/tobacco/industry/product_regulation/tobreg/en/index.html; http://www.who.int/tobacco/publications/prod_regulation/en/index.html • Bundesinstitut für Risikobewertung, Gesundheits- und Suchtgefahren durch Wasserperfeifen (évaluation sanitaire actualisée no 011/2009 de l'institut allemand de l'évaluation des risques, en date du 26 mars 2009), www.bfr.bund.de • Office fédéral de la santé, Lettre d'information no 96: Consommation personnelle de tabac destiné à l'usage oral, version du 13.06.2013, qui remplace la version du 06.07.2004, <http://www.blv.admin.ch/themen/04678/index.html?lang=fr>

Ligne stop-tabac 0848 000 181
Conseils spécialisés pour l'arrêt du tabagisme: de lundi à vendredi, de 11h à 19h, 8 cts/min. (réseau fixe). Conseils dans d'autres langues par rappel téléphonique.
www.ligne-stop-tabac.ch

Remis par::

at Association suisse pour la prévention du tabagisme
Haslerstrasse 30 3008 Berne

Pour d'autres informations et brochures:
Téléphone 031 599 10 20 Fax 031 599 10 35
info@at-schweiz.ch www.at-suisse.ch

Texte: Nicolas Broccard, Büro Context, Berne | Traduction: Valérie Vittoz, Lausanne | Graphisme: Hanspeter Hauser | Impression: Printgraphic AG

▶ Le tabac: mortel sous toutes ses formes



► Le tabac: mortel sous toutes ses formes

Même quand on sniffe ou suce le tabac plutôt que de le fumer, des substances toxiques parviennent dans le corps.

Le thème de la Journée mondiale sans tabac 2006 «Le tabac: mortel sous toutes ses formes» avait permis de faire le point de la situation:

- Cigarettes, pipes, cigares, cigarettes roulées à la main, narguiliés (appelés aussi shishas ou pipes à eau), tabac à priser, tabac à chiquer, tabac à sucer... toutes les sortes de tabac, consommées sous une forme ou une autre, entraînent une dépendance à la nicotine et sont à l'origine de maladies et de décès. Ce constat vaut aussi pour la consommation avec une combustion partielle du tabac ou sans combustion (comme le tabac à priser).
- Aromatisés à la menthe, au chocolat ou au citron, qualifiés de «naturels» ou de «non traités»... tous les produits du tabac rendent dépendants à la nicotine et nuisent à la santé.

Les produits du tabac sans fumée sont consommés essentiellement sous deux formes: soit par le nez (tabac à priser ou sniffer ; finement moulu et aromatisé, il est aussi connu sous la marque «snus») soit par la bouche (tabac à sucer, chiquer ou mâcher).

Selon le type de traitement, ces produits entraînent des risques différents pour la santé. La consommation de tabac à priser, à sucer ou à mâcher n'entraîne pas les mêmes risques que la consommation de cigarettes puisqu'elle ne

touche pas directement les voies respiratoires et les poumons.

Mais les produits du tabac sans fumée entraînent aussi des risques considérables pour la santé, puisqu'ils contiennent tous une plus ou moins grande quantité de nicotine, ainsi que des nitrosamines.

- Les produits du tabac sans fumée font passer la nicotine dans le sang à travers la muqueuse nasale ou buccale. Les veines la conduisent jusqu'au cerveau, où elle parvient sous une forme tout aussi concentrée que si elle provenait d'une cigarette, mais se dégrade plus lentement. La nicotine fait battre le cœur plus vite, augmente la pression sanguine et le travail cardio-circulatoire.
- Les nitrosamines spécifiques au tabac se constituent dès le séchage et le traitement du tabac. Tous les produits du tabac sans fumée en contiennent. Les nitrosamines font partie des substances hautement cancérigènes.

Le tabac sans fumée contient plus de 2'500 substances chimiques, dont 28 cancérigènes. De plus, il colore les dents et attaque les gencives.

De même, des enquêtes scientifiques ont prouvé que fumer des pipes à eau nuit aussi à la santé. L'eau n'empêche pas d'inhaler les substances toxiques de la fumée du tabac qui pénètrent jusqu'aux poumons.

seraient plus ou moins inoffensifs. Mais, du point de vue de la promotion de la santé, les consommateurs de produits du tabac sans fumée doivent être comparés avec les personnes qui vivent sans fumée plutôt qu'avec les fumeurs de cigarettes. Il s'avère que les nuisances du tabac à sucer ou à mâcher sont très importantes. Autrement dit, les produits du tabac sans fumée entraînent aussi des maladies.

Toute autre comparaison est à prendre avec des pincettes. La transformation du tabac d'un produit plus ou moins brut en un produit fabriqué spécialement pour être sucé peut réduire jusqu'à 50 %

la teneur en nitrosamines spécifiques au tabac, particulièrement dangereux. Mais cela n'empêche pas ce type de tabac de contenir des substances toxiques dangereuses.

Produits cancérigènes

Sur mandat du Centre international de recherche sur le cancer (CIRC), dix-neuf chercheurs de sept pays ont divulgué en octobre 2004 l'état des connaissances sur les risques de cancers entraînés

par les produits du tabac sans fumée. Le groupe de travail mandaté par le CIRC est arrivé à la conclusion que la consommation de tels produits entraînait des cancers de la bouche et du pancréas.

► Situation juridique

En Suisse, le tabac à priser ou à mâcher est autorisé. Par contre, les autres produits du tabac sans fumée (comme le snus) ne peuvent pas être ni introduits ni vendus dans un but commercial. Les produits sous forme de poudre, ou de fins granulés, ou combinant ces deux matières, notamment sous forme de petit sachet de thé ou en papier poreux, sont interdits par l'Ordonnance du 27 octobre 2004 sur les produits du tabac (article 5). Seuls les particuliers peuvent se procurer et

consommer de tels produits, en petites quantités et pour leur usage privé. La mise en circulation de produits du tabac sans fumée est interdite dans l'ensemble de l'UE, à l'exception de la Suède (directive 2001/37/CE du Parlement européen et du Conseil du 5 juin 2001 en matière de fabrication, de présentation et de vente de produits du tabac). Cette interdiction reste en vigueur dans la nouvelle directive.

► Narguilié: risques pour la santé

Par erreur, la pipe à eau est souvent considérée comme une solution de rechange à la cigarette, comportant moins de risques. Or, cette idée ne repose sur aucun fondement scientifique. Au contraire, les conclusions du groupe d'étude de l'OMS sur la réglementation des produits du tabac réfutent la supposition que l'eau filtrerait les substances toxiques de la fumée du tabac.

- Même après que la fumée du tabac est passée par le bain d'une pipe à eau, elle contient une forte quantité de substances toxiques, dont certaines sont même quatre fois plus concentrées dans la fumée de shisha que dans la fumée de cigarettes. En plus de causer le cancer de la

langue, de la cavité buccale, des lèvres et de la vessie, ces substances entraînent aussi des problèmes cardio-vasculaires et respiratoires.

- De plus, la fumée de shisha contient davantage de nicotine que la fumée de cigarettes. Elle peut aussi entraîner une dépendance.
- La fumée de la shisha apporte une dose plus importante de monoxyde de carbone à l'organisme que la fumée de la cigarette. Les combustibles utilisés habituellement pour la combustion du tabac, comme le charbon, produisent aussi une grande quantité de substances toxiques (dont le monoxyde de carbone,

► Comparaison peu judicieuse

En fait, aucun fabricant de produits du tabac sans fumée ne prétend que ceux-ci contiennent moins de substances toxiques ou qu'ils entraînent moins de risques pour la santé. Ils se contentent de faire la comparaison avec la cigarette, qui entraîne des risques supplémentaires. Certains produits du tabac sans fumée contiennent moins de nitrosamines spécifiques au tabac que les cigarettes, ce qui peut induire en erreur en faisant penser qu'ils