Changer d’état pour changer d’habitudes

Les psychédéliques face au tabagisme

Prof. Dr. méd. Daniele Zullino

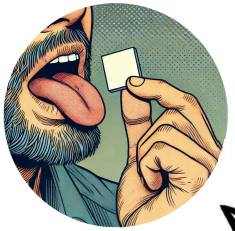


Hôpitaux Universitaires Genève

WHO collaborating center

UNIVERSITÉ DE GENÈVE
FACULTÉ DE MÉDECINE

Agonistes 5-HT2A partiels classiques



LSD



Psilocybine



DMT



Mescaline

Psychédéliques



Entactogène/Empathogène
MDMA, MDA, MMDA, etc.



Anesthésiques dissociatifs
(antagonistes NMDA)
Kétamine, PCP



Salvia divinorum
(agoniste des récepteurs opioïdes kappa)

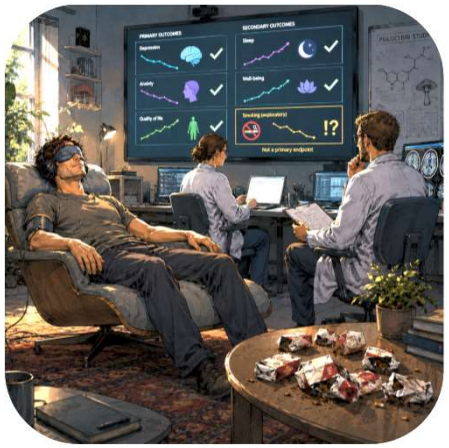
Le point de départ: réduction spontanée du tabagisme

Observations naturalistes



Johnson MW et al., 2017; Romeo et al., 2023; Thomas et al., 2013; Fabregas et al., 2010

Effets observés dans d'autres indications



Griffiths et al. 2016; Ross et al. 2016; Carhart-Harris et al. 2016; Davis et al. 2021; Bogenschutz et al., 2015; Bogenschutz et al., 2022; Ross et al., 2016; Agin-Liebes et al., 2020

Études portant spécifiquement sur l'addiction à la nicotine



	Étude	Design	Résultat principal
2014	Johnson et al.	Open-label (n=15)	80 % abstinents à 6 mois
2015	Garcia-Romeu et al.	Analyse mécanistique	Expérience mystique prédit abstinence
2017	Johnson et al.	Suivi long terme	60 % abstinents après ≈30 mois
2026	Johnson et al.	RCT Psilocybine vs patch nicotinique (n=82)	40.5 % vs 10 % abstinence prolongée à 6 mois

Expérience mystique





Changement des valeurs et des priorités

Mécanismes potentiels

Flexibilité psychologique





Transformation de l'identité

Garcia-Romeu et al. 2015; Johnson et al. 2017; Romeo et al. 2023; Noorani et al., 2018

Dimensions fondamentales expériences psychédéliques

altered state of consciousness ASC
état modifié de conscience

visionary restructuralization (VIR)
restructuration visionnaire



oceanic boundlessness (OBN)
sentiment océanique

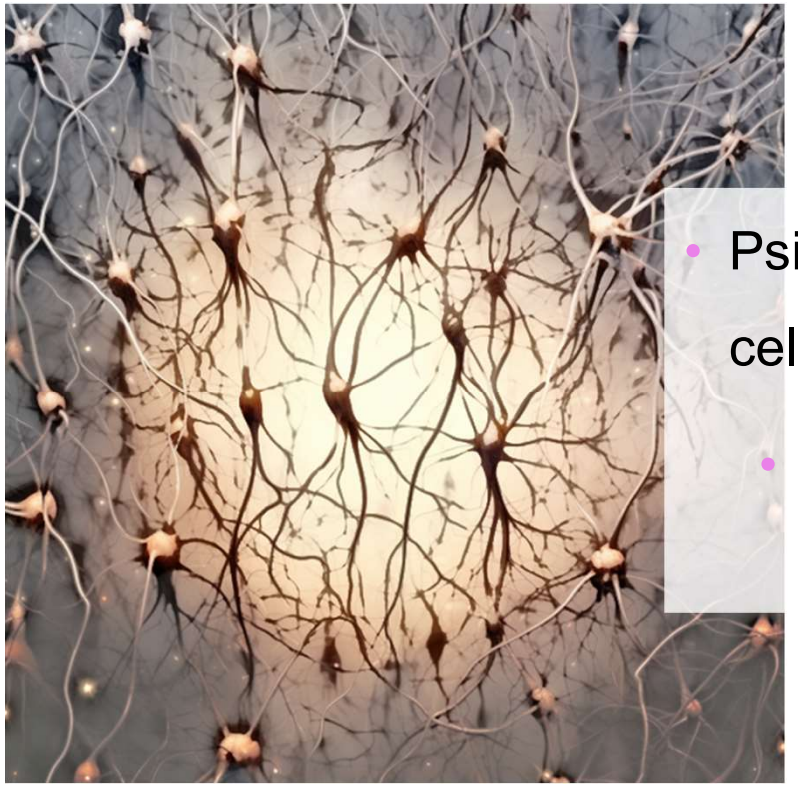


anxious ego-dissolution (AED)
dissolution angoissante du soi



Preller & Vollenweider, 2018

Réorganisation neuronale

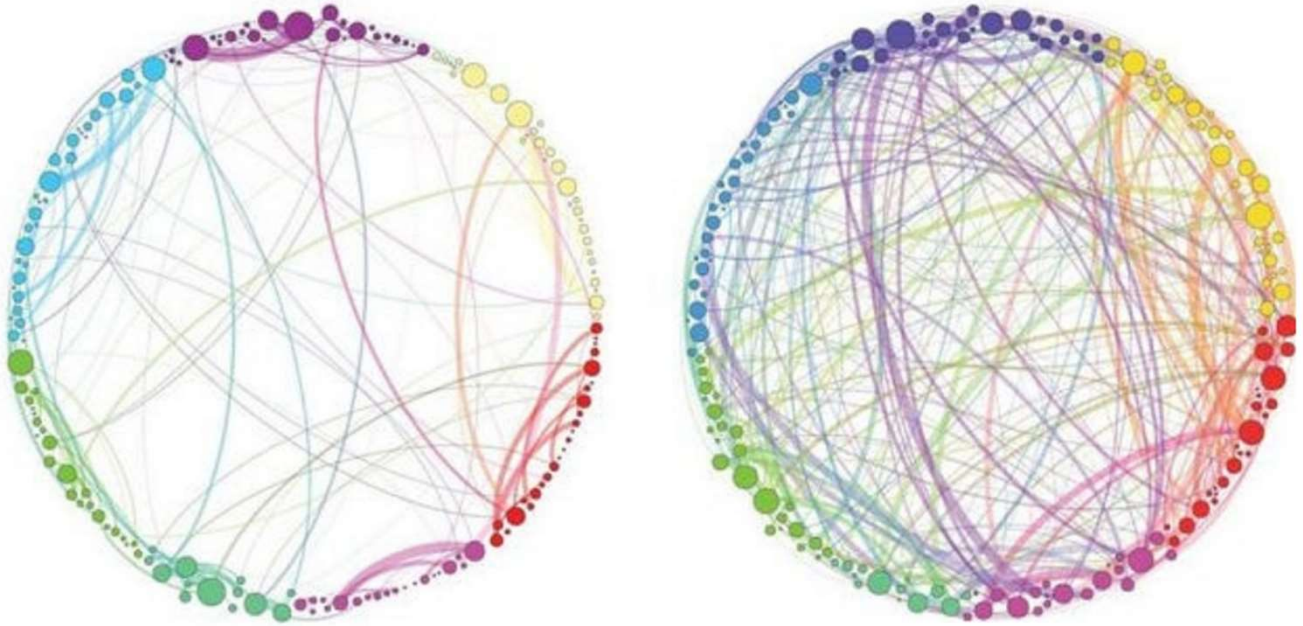


- Psilocybine stimule récepteurs 5-HT2A sur les cellules pyramidales de la couche 5
  - responsables de l'intégration corticale

Nutt et al., 2020

Placebo

Psilocybin



Petri et al., 2014; Carhart-Harris, 2019

Effets sur la neuroplasticité



↑ Taux sériques de BDNF

↑ IEG impliqués dans la plasticité synaptique

↑ synaptogenèse

↑ ramification neuronale

↑ épines dendritiques

Nichols et al. 2003; Nichols and Sanders-Bush 2002; González-Maeso et al. 2007; Tsybko et al. 2020; Donovan et al. 2021; Raval et al. 2021; De Vos et al., 2021; Ly et al., 2020

Addiction



Attracteurs
cognitifs-comportementaux
monopolisés

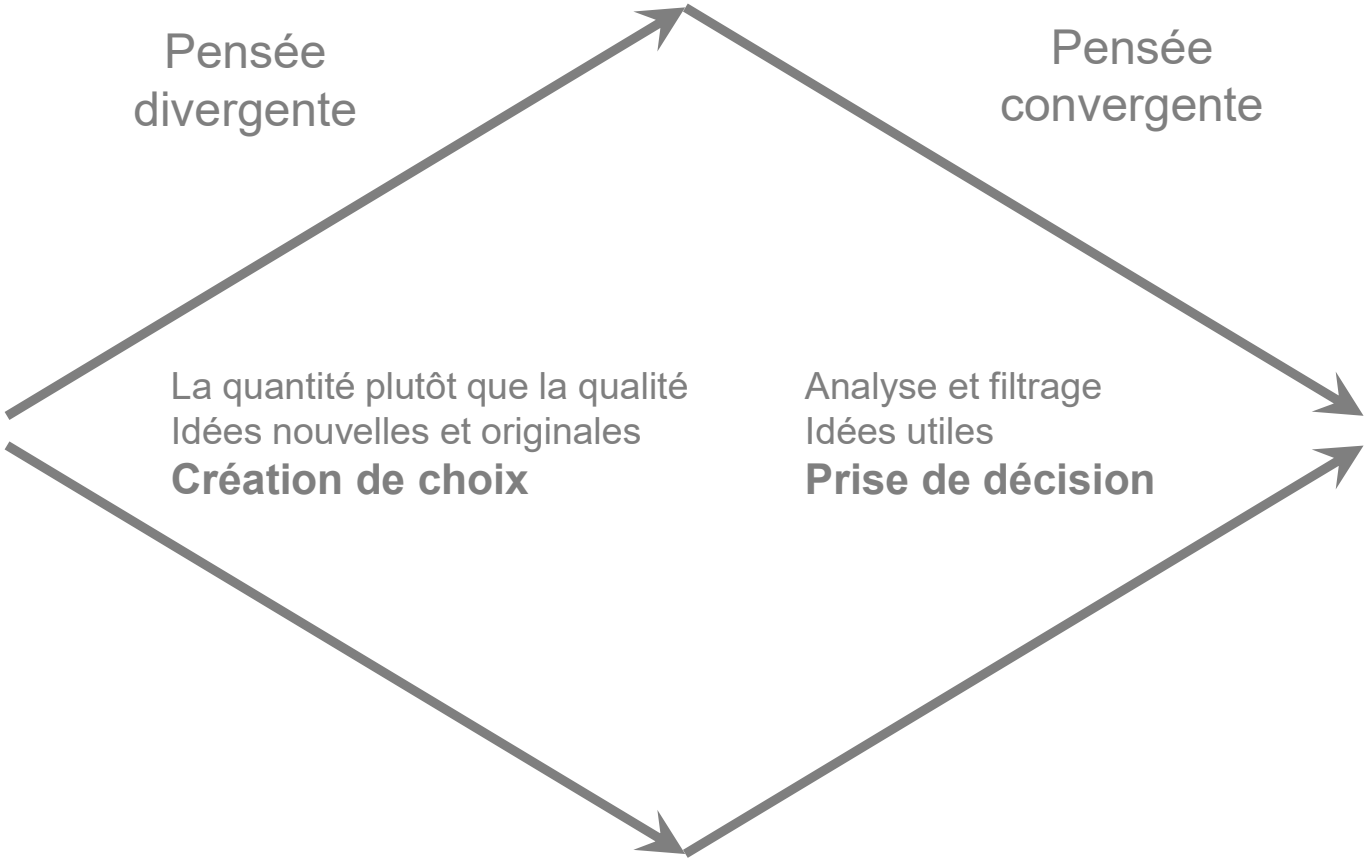
Réorganisation neuronale
Neuroplasticité

Psychothérapie

Rétablissement



(Re)développement
des soi
possibles


Pensée
divergente
Pensée
convergente
La quantité plutôt que la qualité
Idées nouvelles et originales
Création de choix
Analyse et filtrage
Idées utiles
Prise de décision

Changement des valeurs et des priorités



- Réévaluation profonde de leurs priorités de vie
- Relations, famille et sens donné à l'existence prennent davantage d'importance
- Tabagisme apparaît progressivement comme incompatible avec ces nouvelles priorités
- Arrêt du tabac vécu comme conséquence naturelle de cette réorganisation

Garcia-Romeu et al., 2015; Johnson et al., 2017; Noorani et al., 2018; Romeo et al., 2023

Transformation identitaire



- Participants rapportent ne plus se percevoir comme des fumeurs
- Sevrage décrit comme une conséquence naturelle d'un changement plus profonde
- Sentiment d'être devenus « une autre version d'eux-mêmes »
- *« Arrêter de fumer n'était plus quelque chose que je devais faire ; c'était tout simplement la personne que j'étais devenue »*

Johnson et al., 2017; Noorani et al., 2018; Garcia-Romeu et al., 2015

Expérience mystique → **Traitement cognitif** → **Adaptation comporte-mentale**

Sentiment d'unité
(*oceanic boundlessness*)



Qualité noétique
(impression d'avoir accédé à une connaissance ou une vérité fondamentale)



Émerveillement, sacralité, révérence
(awe)



Transforme manière de comprendre sa place dans monde → Réorganisation des valeurs →



Griffiths et al. 2006; Griffiths et al. 2008; Griffiths et al. 2011; Johnson et al. 2014; Garcia-Romeu et al. 2015; Johnson et al. 2017; Noorani et al. 2018; Roseman et al. 2018; Watts et al. 2017; Yaden et al. 2017; Yaden et al. 2021; Roseby et al. 2025

Nouvelle vision addiction nicotine



Effets neurobiologiques nicotine



Habitudes

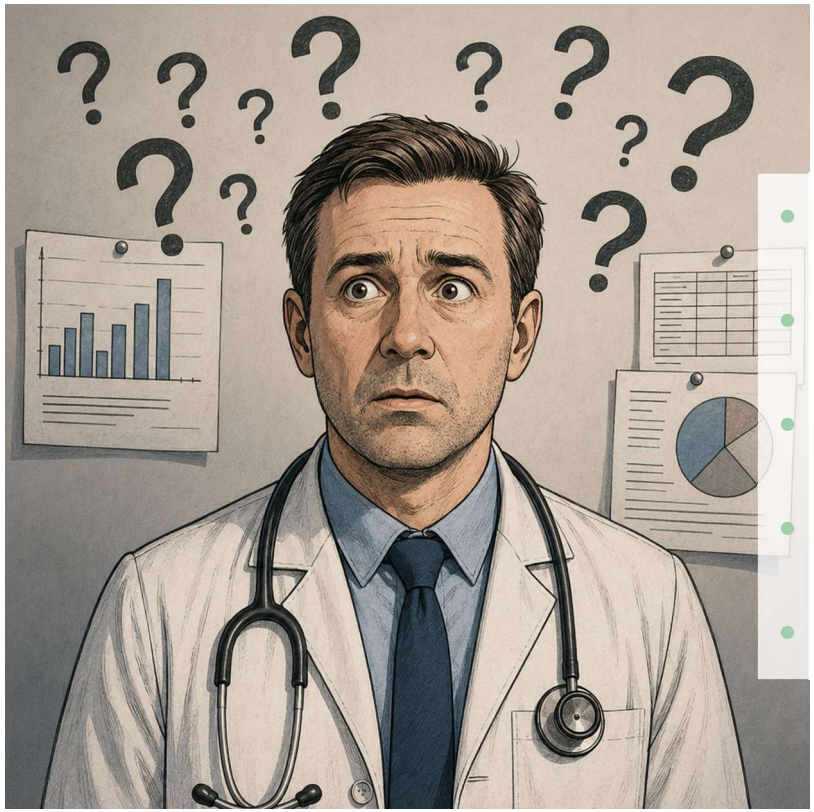


Identité

Traitements classiques

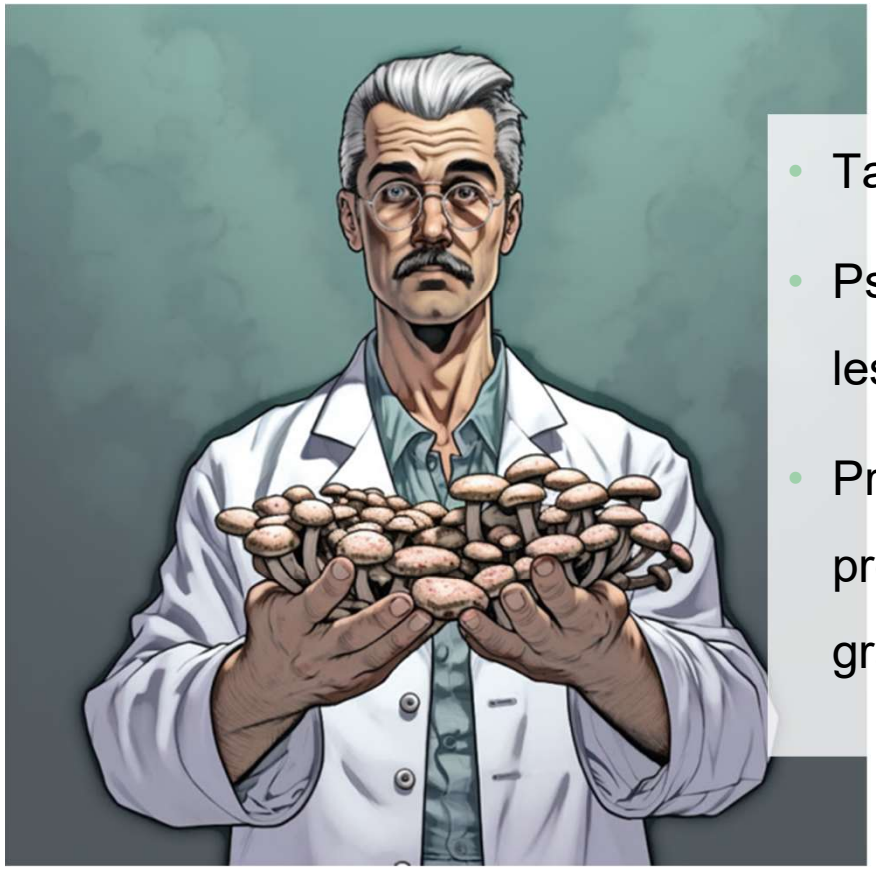
PAP

Questions non résolues



- Durée séance psychédélique nécessaire?
- Setting, „décoration“?
- Musique?
- Expérience personnelle du thérapeute?
- Dose, effets ressentis nécessaires?

Take home



- Tabagisme est plus qu'une addiction à la nicotine
- Psychédéliques semblent agir sur les habitudes, les valeurs et l'identité du fumeur
- Premiers essais cliniques montrent des résultats prometteurs qui justifient des études de plus grande ampleur

ADDICTO-KNOWLEDGE

Welcome to the continuing education and training platform of the Swiss Society of Addiction Medicine (SSAM). This platform is primarily designed for physicians specializing in addiction medicine within the framework of SIWF-recognized postgraduate training, but it is also open to other professionals working in addiction psychiatry and addiction medicine.
The platform is currently freely accessible and should be considered a beta version under active development. Access to certain sections requires registration; however, all registered access remains free of charge at this stage.

Below you will find various offers and materials, from practical aids and scientific summaries to didactic documents for training and Continuing medical education (CME) in addiction psychiatry


Powerpoints


Guidelines


SciBits


AddictoQuiz



Links


Journals


Infos on Drugs


Events Hub


PsyMetrics Hub


Addicto Scenarios


Manuel PAP
En français


Swiss Addiction Training Day

© 2026 Swiss Society of Addiction Medicine

www.addicto-knowledge.ch

Hôpitaux Universitaires Genève

WHO collaborating center

UNIVERSITÉ DE GENÈVE
FACULTÉ DE MÉDECINE