

La cigarette électronique

= e-cigarette

On ne fume plus, on vapote

M.H FERREIRA
IDE Tabacologue
CHU St Etienne



➤ Alors que la cigarette électronique est classée par l'Union Européenne, soit comme un « **produit annexe du tabac** », soit comme un « **médicament soumis à une obligation d'autorisation** »; en France, elle est considérée comme un « **produit de consommation courante** » et n'est donc ni un produit du tabac, ni un médicament



➤ La cigarette électronique, initialement développée de façon artisanale par des usagers, est devenue un **produit industriel** dans lequel **les fabricants de tabac** investissent massivement.

Alliance contre le tabac- Avis 2017 sur les dispositifs électroniques de vapotage

E-Cigarette DIU TABACO 2018

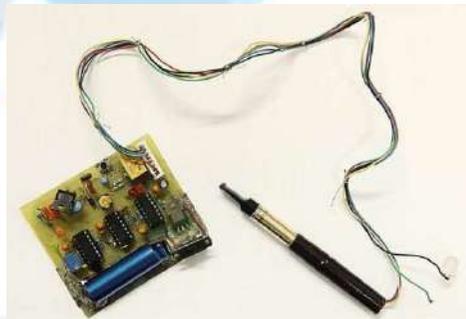
Compagnies de tabac et marques de cigarettes électroniques

Compagnies	Marques d'e-Cigarettes
Altria	<ul style="list-style-type: none"> • Mark Ten • Green Smoke
Reynolds+Lorillard	<ul style="list-style-type: none"> • Vuse • SkyCigs
Imperial Tobacco	<ul style="list-style-type: none"> • Blu • Puritane
Japan Tobacco	<ul style="list-style-type: none"> • Ploom • E-Lites
Philip Morris	<ul style="list-style-type: none"> • Nicotife • IQOS (heat not burn)
British American Tobacco	<ul style="list-style-type: none"> • Vype • Inqelcig (CNCreative) • Voke (Nicventures)
ITC (Imperial Tobacco Company of India)	<ul style="list-style-type: none"> • Eon
NTC (National Tobacco Company, distributeur de la marque Zig-Zag)	<ul style="list-style-type: none"> • V2 Cig

Un succès éclair

- Conception de la cigarette électronique en **1963**

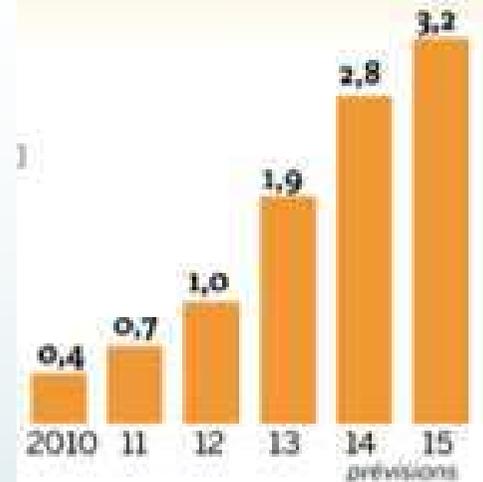
Au début des années 2000, alors que son père se meurt d'un cancer du poumon, Hon Link, pharmacien chinois de Shenyang, a l'idée de diluer de la nicotine dans du propylène glycol. L'e-cigarette, telle que nous la connaissons aujourd'hui, est née. Le premier brevet est déposé en 2005.



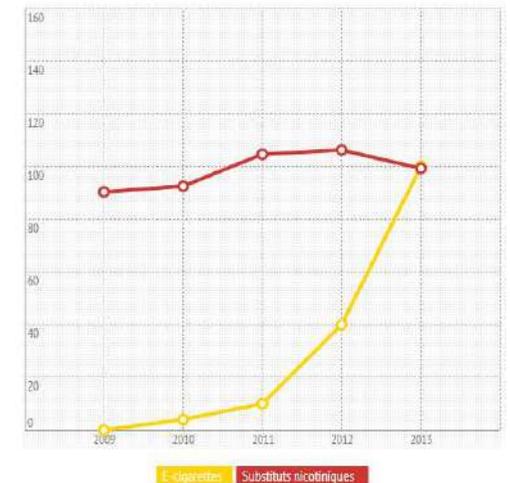
- **2005**: commercialisation en Chine puis en **2007** aux USA et en Europe
- **2011**: commercialisation en France

E-Cigarette DIU TABACO 2018

VENTES ESTIMÉES,
EN MILLIARDS DE DOLLARS



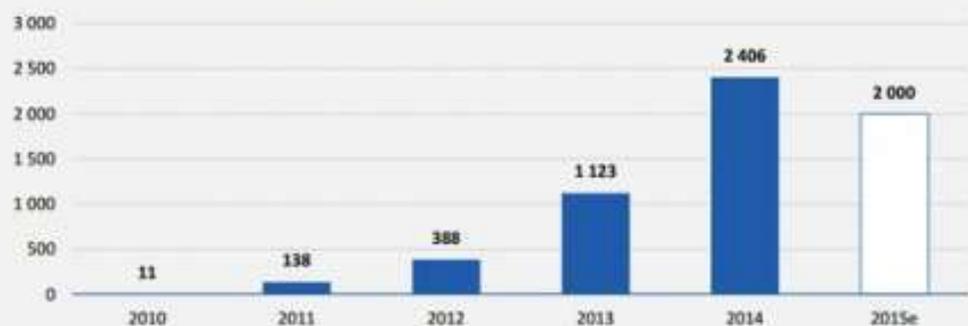
Marché de l'e-cigarette et des substituts nicotiques, en millions d'euros



L'e-cigarette: un enjeu commercial

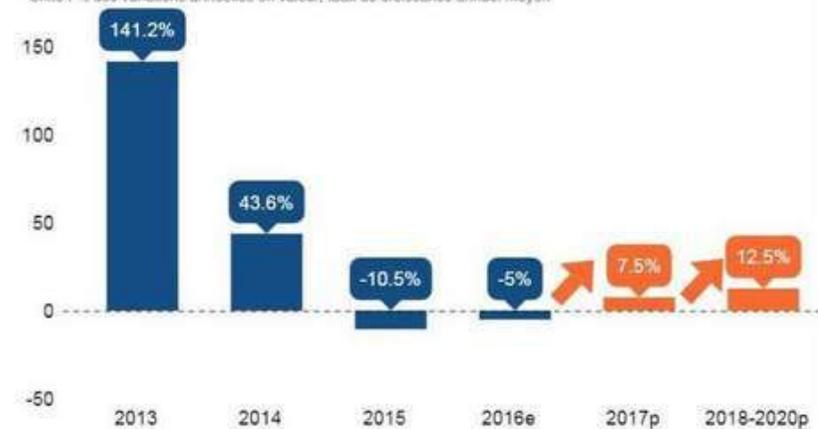
■ Nombre de points de vente spécialisés en France (*)

Unité : nombre de points de vente à la fin de chaque année



(*) Opérateurs déclarés et identifiés comme faisant du commerce de cigarettes électroniques leur activité principale. Sont exclus de ce graphique les distributeurs généralistes, les *pure players* de l'e-commerce, etc.
 Traitement Xerfi / Source : Xerfi via opérateurs, greffes des Tribunaux de Commerce, pages jaunes, Sinapce, Fivape, etc.

Unité : % des variations annuelles en valeur, taux de croissance annuel moyen



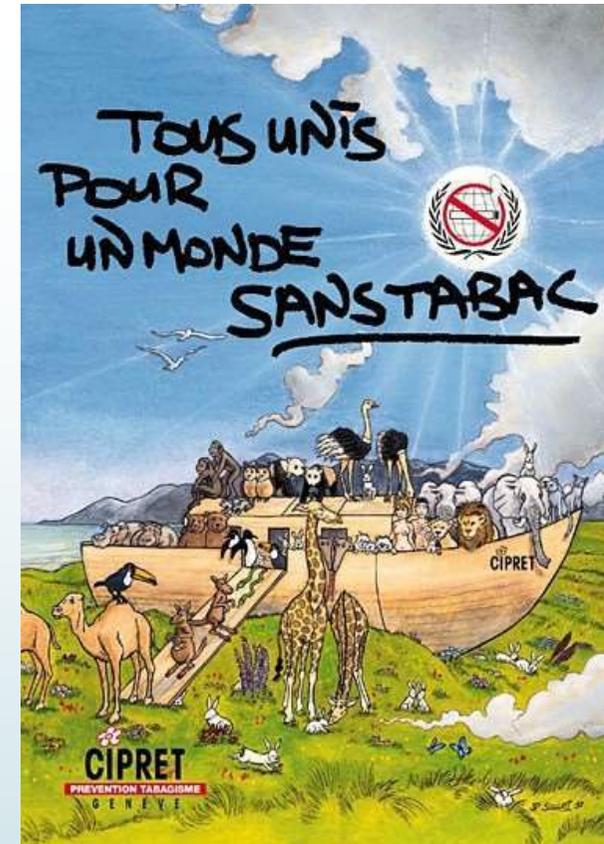
Traitement, estimation et prévisions Xerfi / Source : Xerfi

xerfi | Research

E-cigarette: un espoir sanitaire

Innovation technologique qui permet d'inhaler de la Nicotine sans combustion

- **Tabac : 1^{ère} cause de mortalité évitable**
- **OMS: 1 Milliard de mort au XXI siècle dans le monde**
- **En France:**
 - **1/3** de la population fume
 - **78000 morts** / an par tabagisme actif (210/jour)
 - **6000 morts**/an par tabagisme passif



Evolution des ventes de tabac et de cigarettes sur 25 ans

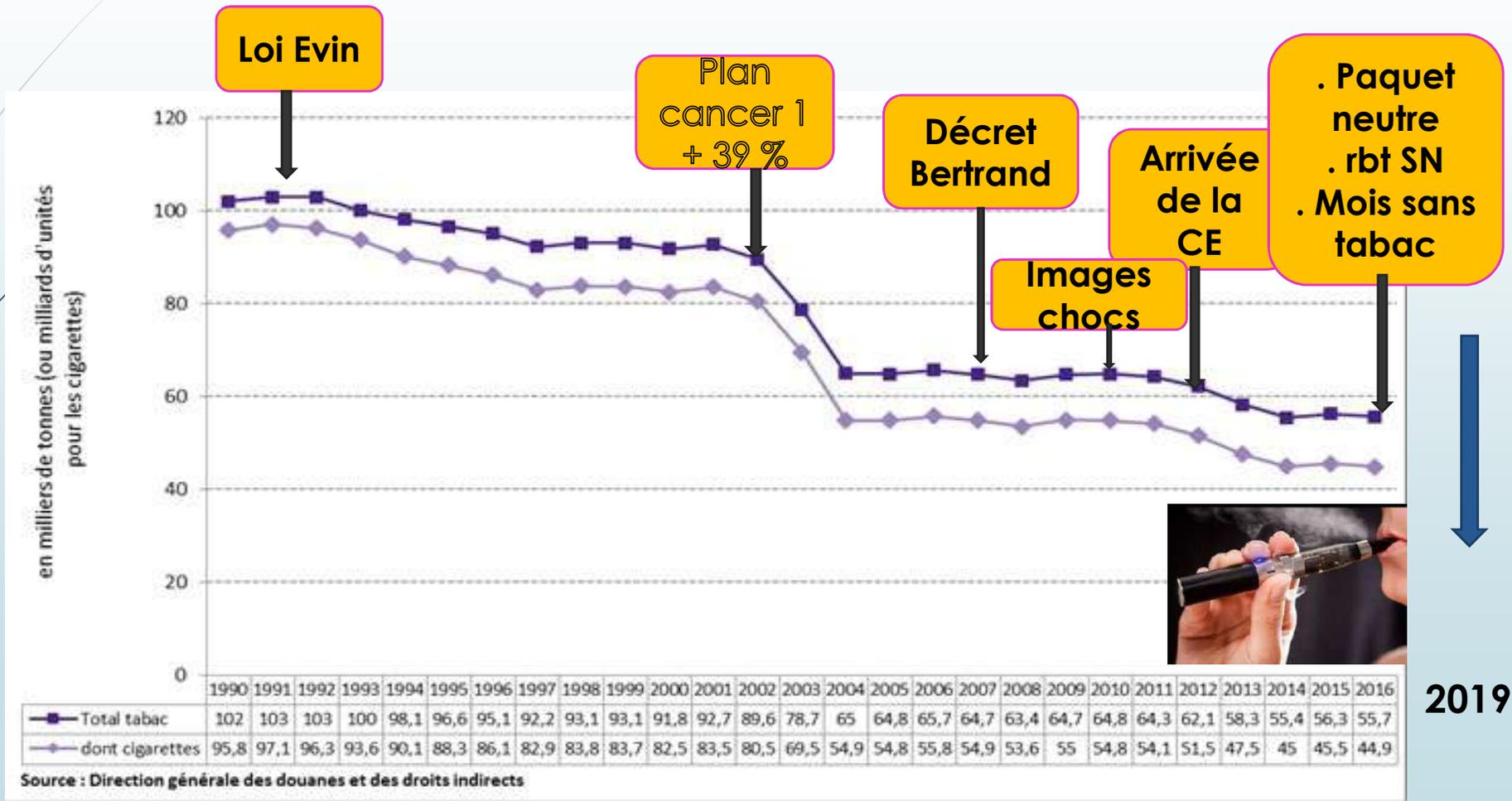


Tableau : Prévalences du tabagisme et du vapotage selon la fréquence de consommation et le sexe, France, 2016

	Hommes	Femmes	Ensemble
Tabac			
Fumeur actuel	38,1	31,2	34,5
<i>Fumeur occasionnel</i>	6,0	5,7	5,8
<i>Fumeur quotidien</i>	32,1	25,5	28,7
Ex-fumeur	32,1	27,2	29,6
E-cigarette			
Vapoteur actuel	4,0	2,6	3,3
<i>Vapoteur occasionnel</i>	1,0	0,7	0,8
<i>Vapoteur quotidien</i>	3,0	1,9	2,5

Source : Baromètre santé 2016, Santé publique France.



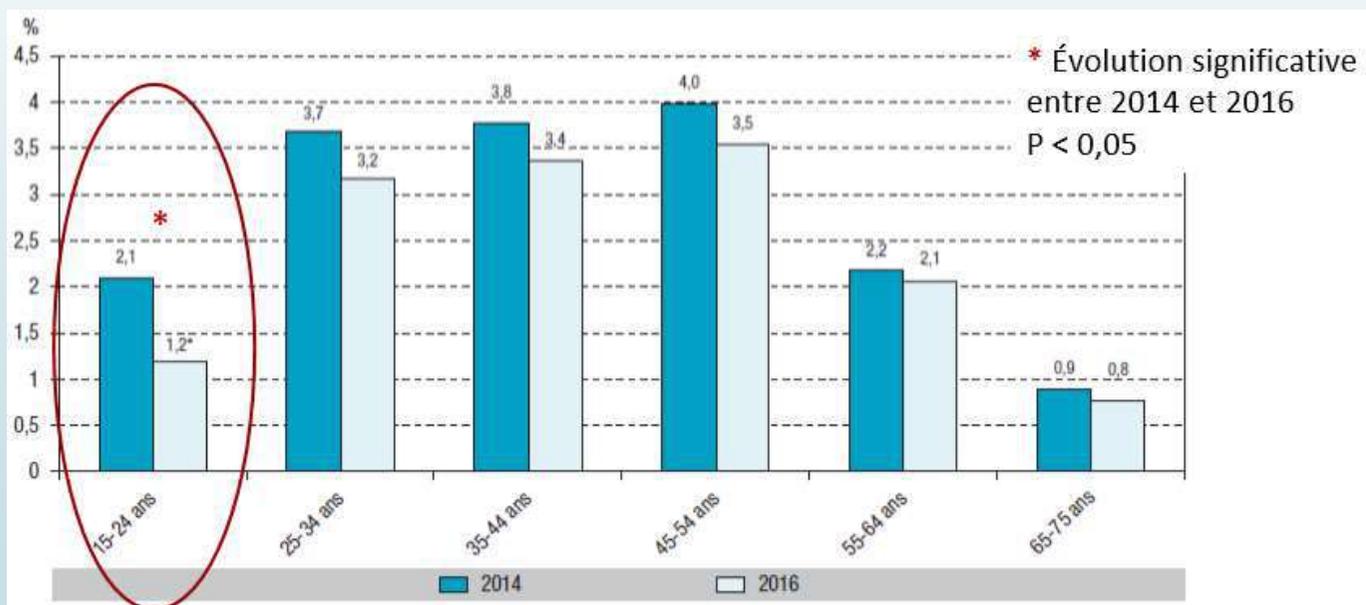
E-Cigarette DIU TABACO 2018

- **En France, parmi les 15-75 ans**
 - **24,5%** l'ont expérimenté en 2016 (**25,7%** en 2014)
 - **3,3%** l'utilisent actuellement (**6%** en 2014)
 - **2,5%** quotidiennement (**2,9%** en 2014).

- **0,9%** ont réussi à arrêter totalement de **fumer et de vapoter**.

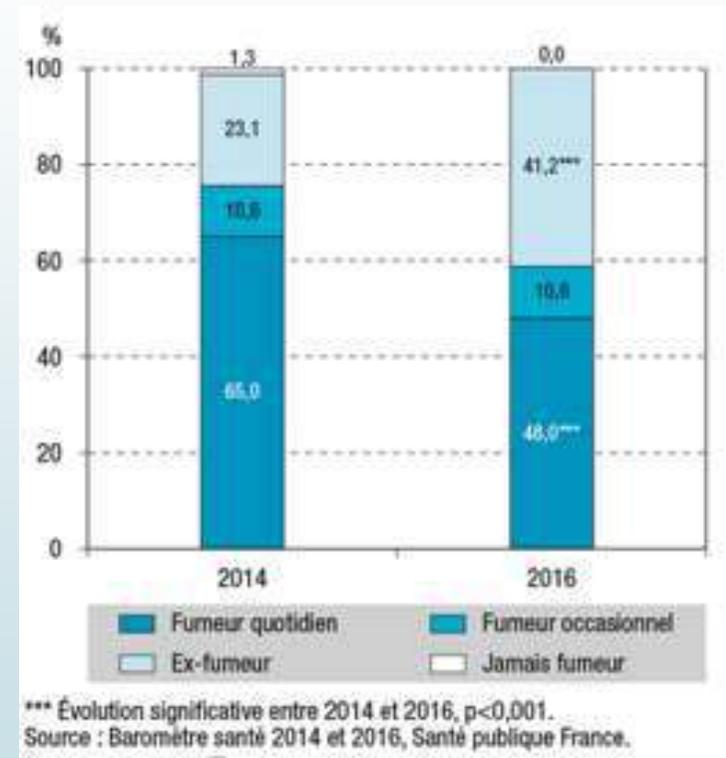
Prévalence du vapotage quotidien par tranche d'âge en 2016 et évolution depuis 2014

À la baisse chez les jeunes



Statut tabagique des vapoteurs quotidiens en France en 2014 et 2016

- Réduction de **9 cigarettes/j** en moyenne
- **44% ne sont pas inquiets** de l'impact de l'e-cig. sur la santé
- Certains pays l'ont **interdite** (Belgique, Australie...), la **Grande Bretagne** rembourse le modèle sélectionné fabriqué par le géant du tabac British American Tobacco



E-cigarette: porte d'entrée dans le tabagisme?

- **Expérimentation: 24,5% des 15-75 ans** en 2016 (H: 26,7%; F/ 22,3%) contre **(25,7% en 2014)** ($p < 0,001$)
- **Une étude française**, réalisée en **2017**, montre que **8%** des adolescents ont déjà essayé la e-cigarette alors qu'ils n'ont jamais fumé.

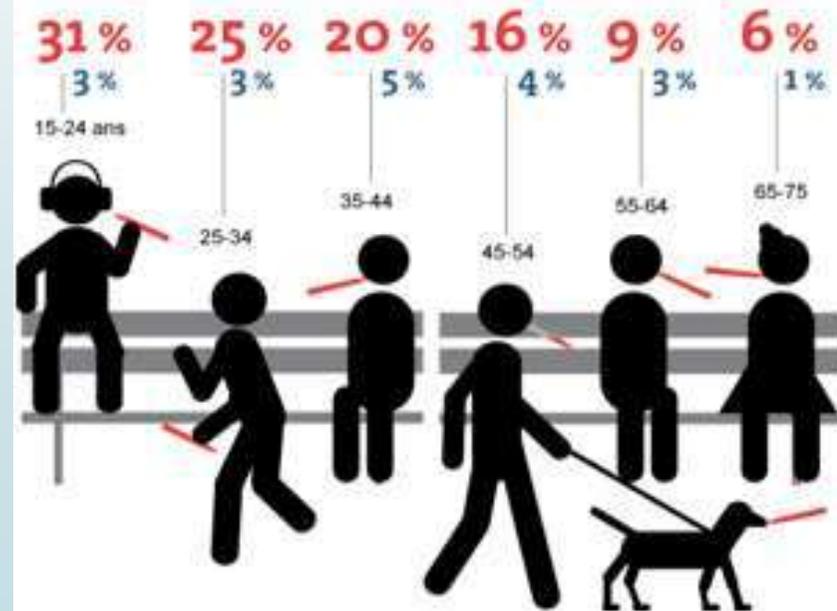


Les jeunes sont les premiers expérimentateurs d'e-cigarettes

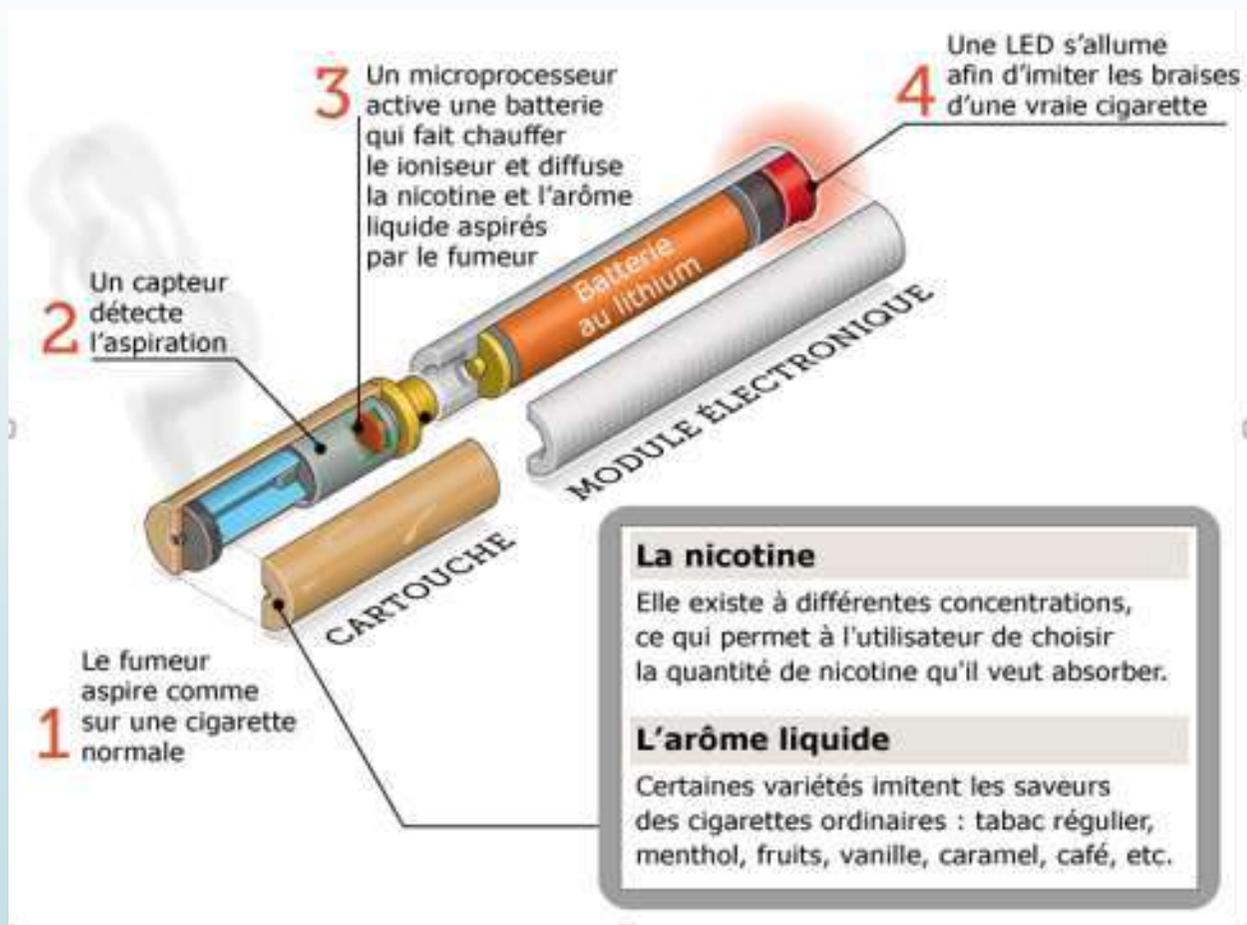
PART DE LA CLASSE D'ÂGE...

... ayant expérimenté

... usager quotidien



La cigarette électronique: mode d'emploi



Les modèles



1^{ère} génération



2^{ème} génération

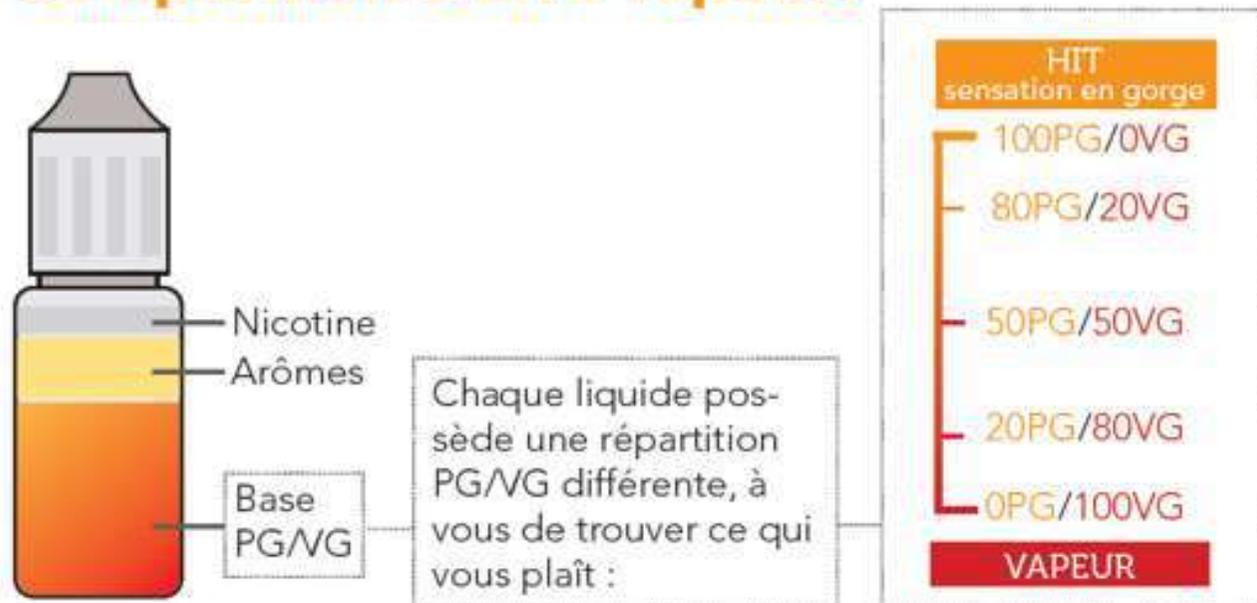


3^{ème} génération



4^{ème} génération

Composition d'un e-liquide:



Composition des e-liquides Pharmanath

Support	Propylène Glycol USP	> 75 %
	Glycérine Végétale USP	< 19 %
Arôme	Arôme Alimentaire	< 2 %
Autres	Eau	< 3 %
	Alcool	< 2 %
	Nicotine	0 à 19,9 mg/ml

E-liquides: le propylène glycol et la glycérine végétale



- **Le propylène glycol:** utilisé en cosmétique, pharmaceutique, agro-alimentaire, sans toxicité pour ces usages
 - Liquide qui, une fois **chauffé**, permet la **production de vapeur**
 - Qu'en est-il quand il est **inhalé**? innocuité si inhalation occasionnelle mais si inhalation chronique: risque d'irritations des yeux, du nez, de la bouche, de la peau et saignements de nez
- **La glycérine végétale** sans toxicité à faible dose et basse température:
 - Chauffée à forte température (>250°) elle produit de l'**acroléine** toxique pour les poumons et le système cardiovasculaire

E-liquides: l'alcool

- L'alcool < 2% ou non
- Attention aux **femmes enceintes**
- Attention aux personnes sevrées ou en cours de **sevrage alcool**
- **Arômes alcool**



E-liquides: la nicotine

- **97% des utilisateurs** de la cigarette électronique utilisent **des e-liquides avec nicotine**
- Sa concentration est variable; légalement, le taux doit être **< 20mg**
- Concentration doit être choisie en fonction de la **dépendance et du nombre** de cigarettes fumées; influence sur le « **Throat Hit Nicotinique** »
- **Diminution progressive** des concentrations préconisée dans le sevrage
- Les taux sanguins de nicotine se rapprochent de ceux des fumeurs
- Aux doses utilisées, la nicotine ne présente **AUCUN danger pour la santé** mais est responsable de la **dépendance**

Choisir un e-liquide	
19.9 mg/ml : très fort	Tabac brun / sans filtre
16 mg/ml : fort	Tabac blond
11 mg/ml : moyen	Cigarettes "light"
6 mg/ml : faible	Cigarettes "ultra-light"
0 mg/ml	Plaisir du geste

Devenir du e-liquide

- «**Vaporisation**» : Apparition d'un «brouillard» de fines particules qui va être inhalé.
 - 1/4 de ces gouttelettes se déposent dans l'arbre respiratoire.
 - 14% dans les alvéoles.
- Dans l'air ambiant, transformation en **gaz en 11 secondes**.

Pourquoi ça marche?

- Le fumeur a la sensation **d'inhaler et de recracher la fumée**
- Le fumeur garde **le plaisir** avec le « Throat Hit » Nicotinique
- Le fumeur garde le **geste, la convivialité**
- Le fumeur a **l'impression de fumer** en « vapotant » sans pour autant s'intoxiquer

Pourquoi ça marche?

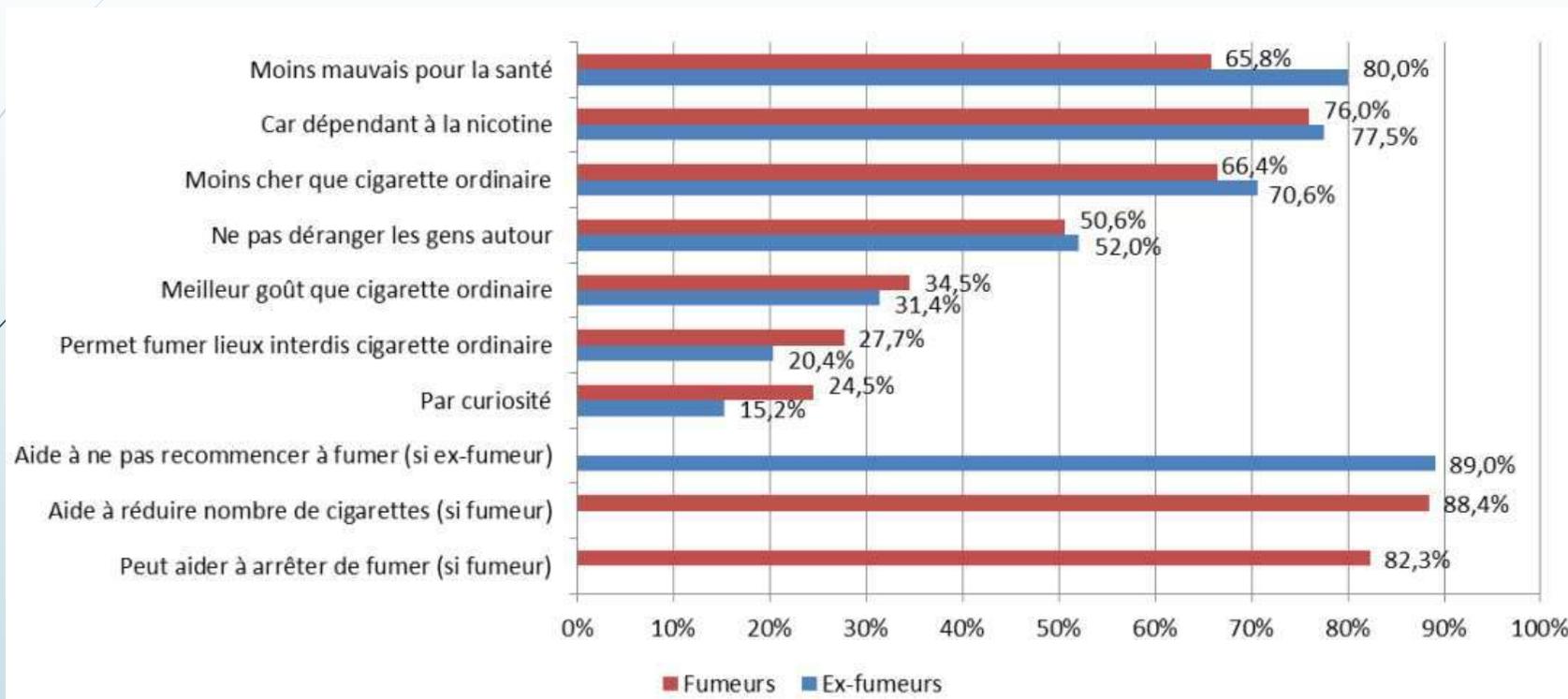


- Produit **à la mode**
- Expérimentation **chez les adolescents**
- **Contrôle du poids** en particulier chez les jeunes filles: **effet coupe faim de la nicotine**; avec les arômes « bonbons », manière de manger des bonbons sans grossir
- Certains parents achètent des cigarettes électroniques à leurs enfant dans **le but de ne pas fumer...**

Qui sont les utilisateurs?

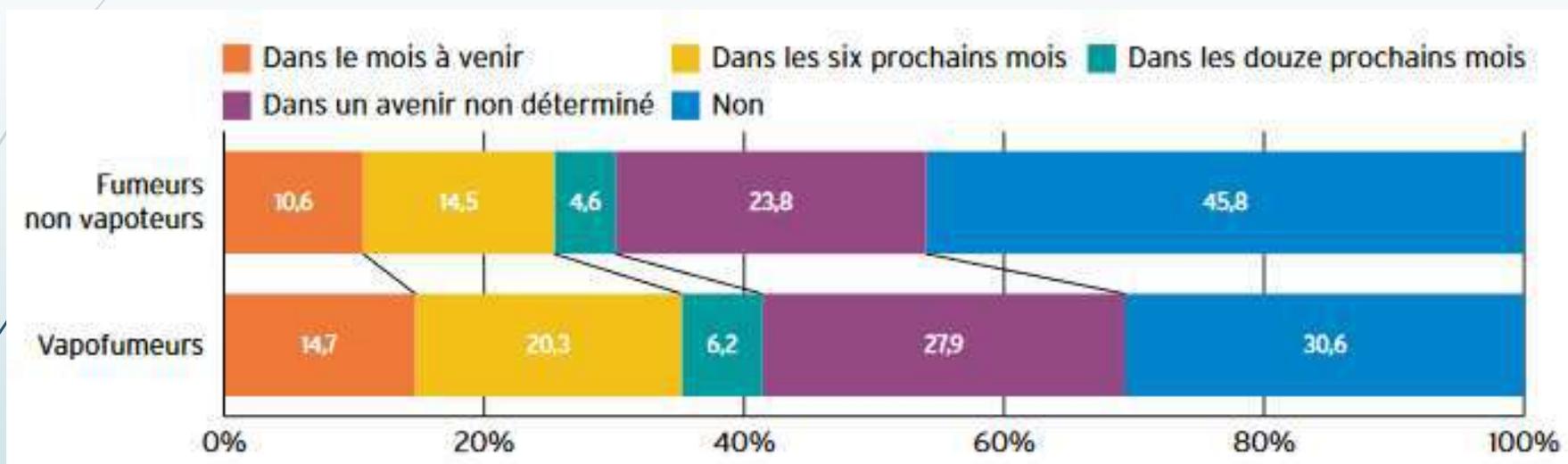
- Ceux qui veulent **arrêter** leur tabagisme (51%)
- Ceux qui veulent le **réduire** (11,5%)
- Ceux qui veulent **garder le plaisir, le geste**
- Vapoter revient **moins cher** que fumer

Motifs du vapotage parmi les fumeurs et les ex-fumeurs



Source INPES 2015

Envie et projet d'arrêter de fumer selon l'usage d'e-cigarette



Source INPES 2015

Les avantages

Moins toxique que la cigarette (production de vapeur et non plus combustion)

- **A court terme:** Réduction réelle des risques
 - **Diminution** du craving et des signes de manque
 - **Amélioration** nette des signes respiratoires, de la toux
 - On retrouve **le goût, l'odorat**
 - **Amélioration** de l'haleine
 - Les doigts ne sont plus jaunes

- **A long terme:** efficacité modeste sur l'arrêt du tabac; le fumeur utilise l'e- cigarette mais continue à fumer

Les effets secondaires

Absence d'effets secondaires sérieux

- Risque d'**irritations** des yeux, du nez, sécheresse de la bouche et de la gorge, saignements de nez
- **Toux**
- Risque de **brûlures** au contact de la peau et des muqueuses
- Problèmes de **manipulation**
- Rares cas de **pneumonie lipoïde**: pneumopathie huileuse si inhalation d'huile

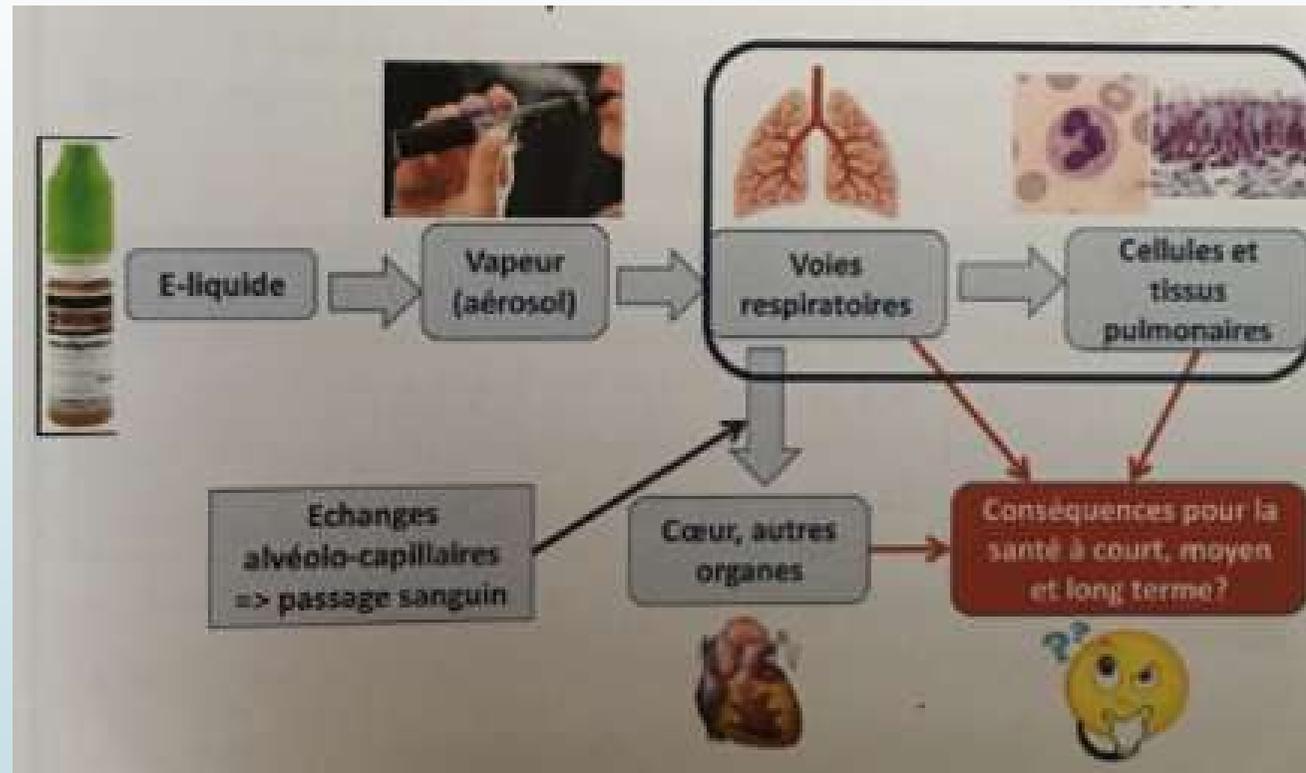
Toxicité

- Il existe des impuretés ou des ingrédients toxiques mais à **concentration moindre** que dans le tabac
- PG + GV + arômes: pas de toxicité quand ils sont ingérés mais **chauffés et inhalés?**
- Toutes les études ont été faites pour une **exposition à court terme**, aucun recul sur une utilisation à long terme (150 à 200 bouffées /jour pendant plusieurs années, **quelle toxicité?**)
- La nicotine ingérée peut être **dangereuse voire létale** à certaines doses: attention à ne pas laisser les e-liquides à la portée des enfants
- Principe de précaution chez la **femme enceinte**



Toxicité potentielle de la CE?

de nombreuses inconnues



Toxicité pulmonaire possible des CE

➤ Asthme

- **Prévalence de l'asthme plus élevée** chez les vapoteurs vs jamais vapoteurs (3,9% vs,1,7%)(1)
- **Pas de diminutions des exacerbations** d'asthme à 6 et 12 mois en cas de passage à la CE (2)
- **Persistance de la toux** chez les asthmatiques vapoteurs actuels(3)

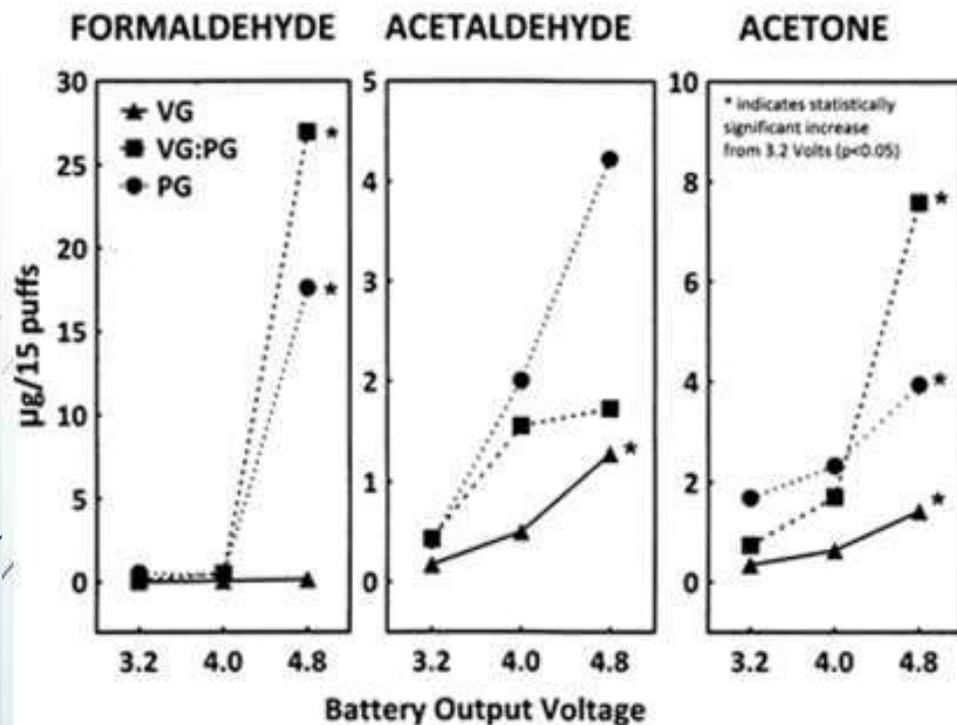
➤ BPCO

- Étude sur des souris exposées 1h/j pendant 4 mois à la vapeur de CE avec ou sans nicotine; EFR+ FIBRO à 4 mois (4):
 - l'inhalation de vapeur de **CE avec nicotine** entraîne des **effets identiques** à ceux observés dans la BPCO ou l'emphysème
 - CE sans nicotine: aucune modification
- Une autre étude montre que les vapoteurs sont **moins enclins à diminuer ou arrêter** de fumer et ont **plus d'exacerbations** de BPCO / an (5)

(1) Cho JH, Plos One 2016;11(3),e0151022; (2) Polosa R,Int J Environ Res Public Health 2014;11;4965-77

(3) McConnel R,Am J Respir Crit Care Med 2017;195:1043-9 (4)García-Arcos I, et al, Thorax 2016; 71:1119-29

(5) Bowler RP, et al, J Gen intern Med,2017;32-1315-22



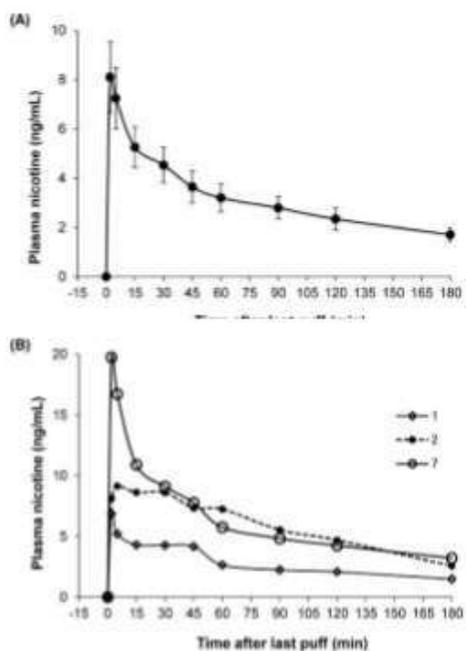
↑voltage → ↑puissance → ↑température



La « **surchauffe** » qui assure une meilleure disponibilité de la nicotine avec les **e-cigarettes récentes** peut être associée à une production plus importante de **produits toxiques**

Kosmider L et al. Nicotine Tob Res. 2014;16:1319-26

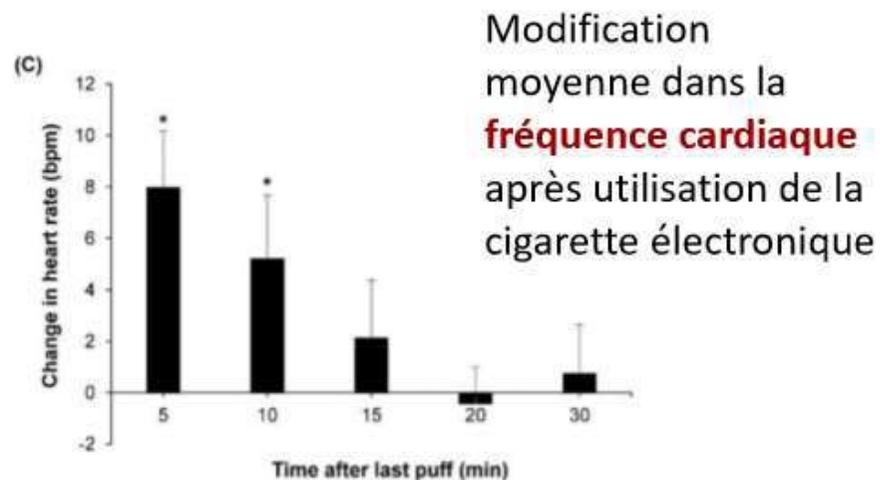
Biodisponibilité de la nicotine et fréquence cardiaque



Impact potentiel chez les patients cardiaques ?

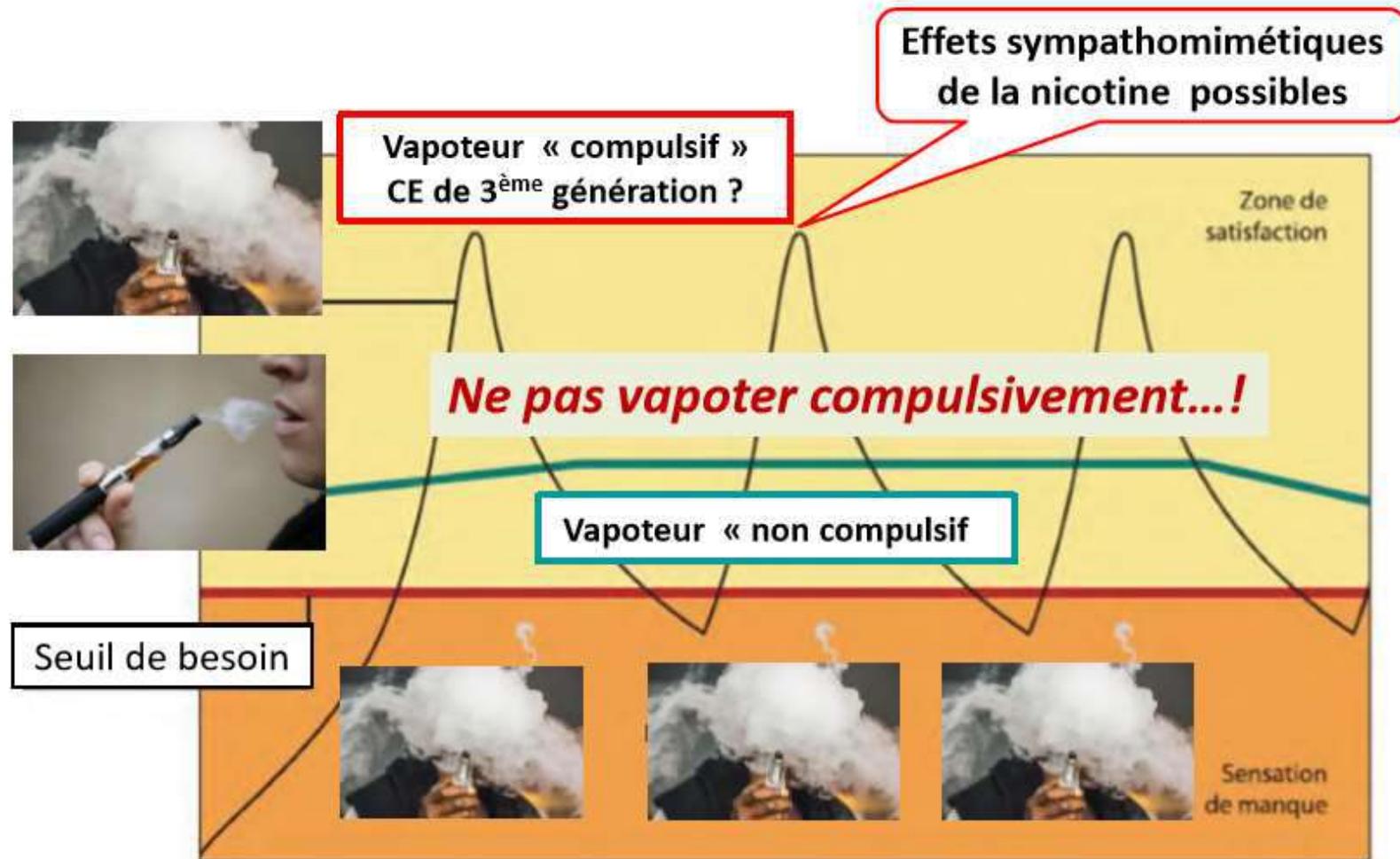
Nicotine plasmatique moyenne chez les utilisateurs expérimentés après 15 bouffées de leur marque habituelle de **cigarette électronique**.
Cinétique proche de celle d'une cigarette

« **Différence de profils** » de nicotine plasmatique de trois sujets utilisant la cigarette électronique.
Grande variabilité individuelle



Modification moyenne dans la **fréquence cardiaque** après utilisation de la cigarette électronique

Vigilance et prudence chez les patients coronariens ou insuffisants cardiaques



Deux études (11/2016) pointent les effets néfastes de la vapeur de cigarette électronique sur les gencives



- Les chercheurs du Centre médical de l'Université de Rochester (US) ont découvert que lorsque les gencives étaient exposées à la vapeur de la e-cigarette, elles se mettaient à dégager des **protéines inflammatoires**, qui vont perturber les cellules en leur causant du stress. La cavité buccale devient alors **plus sensible à l'apparition de maladies**.
- Une équipe de l'Université de Laval au Canada a observé que la vapeur d'e-cigarette causait la mort de nombreuses cellules contenues dans les gencives. Plus on est exposé longtemps, plus **le nombre de cellules détruites** est grand. On ne connaît pas les effets sur le long terme, mais les scientifiques craignent une **augmentation du risque de cancer**.

Historique et enjeux

Baromètre santé 2016

E-cigarettes et e-liquides: mode d'emploi

Pourquoi ça marche

Les avantages / les effets secondaires / toxicité

E-cigarette: réduction de risques?

E-cigarette est elle addictive?

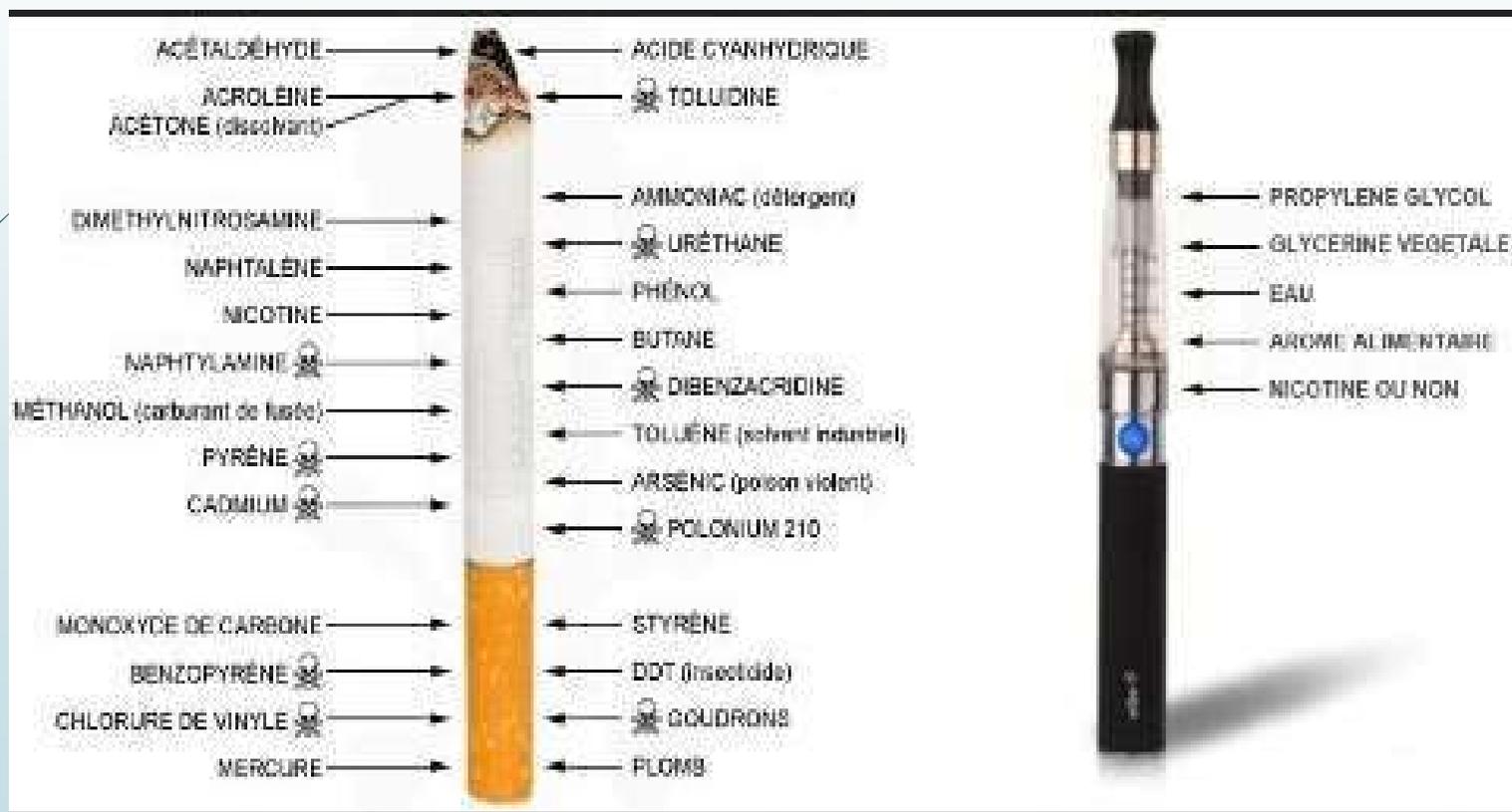
E-cigarette: outil de sevrage?

Législation

Quelle posture adopter ?



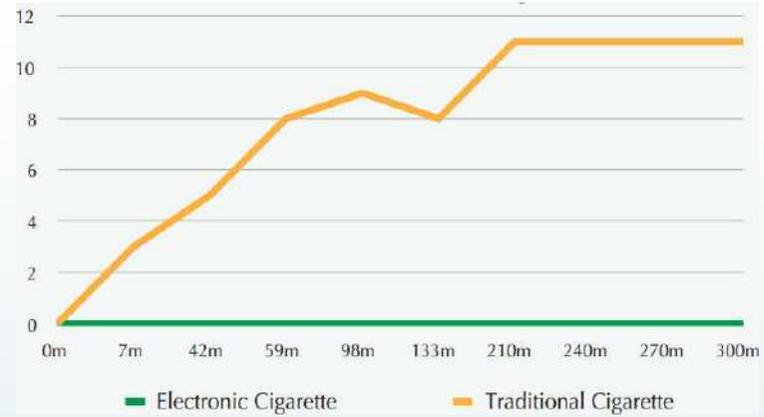
Toxicité cigarette / e-cigarette



PRÉSENCE DE SUBSTANCES À RISQUE DANS LA VAPEUR, EN NANOGRAMMES

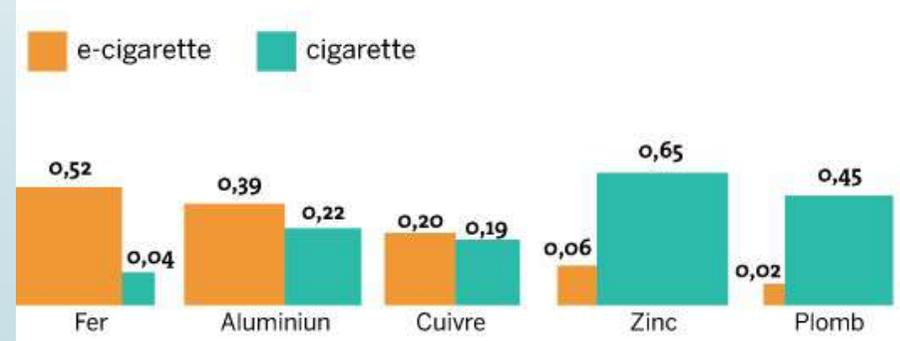
	D'une cigarette	D'une e-cigarette
Phénanthrène	350	48
Anthracène	130	7
Pyrène	130	36
Benzopérylène	60	Non détectable
Chrysène	50	Non détectable
Benzanthracène	45	Non détectable
Benzo(a) pyrène	35	Non détectable
Benzofluoranthène	30	Non détectable
Méthyl phénanthrène	30	5
Benzo(e) pyrène	16	Non détectable
Indeno pyrène	12	Non détectable

Cancérogène probable
 Cancérogène possible
 Non classable en cancérogène



Concentration en CO

PRÉSENCE DE MÉTAUX DANS 10 BOUFFÉES, EN MICROGRAMMES



La vapeur des e-cigarettes contient 9 à 450 fois moins de substances toxiques que la fumée des cigarettes ordinaires

Substances chimiques	Cigarettes ordinaires µg [fumée du courant principal]	E-cig. µg / 15 bouffées	Ratio moyen (cig. vs. e-cig.)
Formaldéhyde	1,6-52	0,20-5,61	9
Acétaldéhyde	52-140	0,11-1,36	450
Acroléine	2,4-62	0,07-4,19	15
Toluène	8,3-70	0,02-0,63	120
Nitrosamines (NNN)	0,005-0,19	0,00008-0,0043	380
Nitrosamines (NNK)	0,012-0,11	0,00011-0,00283	40

Source: Goniewicz ML. et al. Tob Control 2013 Mar 6.

E cigarette: quel risque pour ceux qui poursuivent leur tabagisme?

- **Durée** du tabagisme et non pas **nombre** de cigarettes
- **La réduction n'a pas d'effet sur la santé**
- Phénomène **d'auto-titration**: le cerveau agit comme un thermostat pour maintenir un taux constant de nicotine; le fumeur tire plus sur les cigarettes pour maintenir le taux de nicotine et inhale plus profondément la fumée prenant ainsi plus de substances toxiques: goudrons et CO
- **Il n'y a aucun bénéfice médical**



Sources: www.ave40.com/

La e-cigarette: est-elle addictive?

Effets sympathomimétiques de la nicotine

Alvéoles

Pics aigus de nicotine

Effets sympathomimétiques de la nicotine « possibles »?

Alvéoles

Pics aigus de nicotine ?

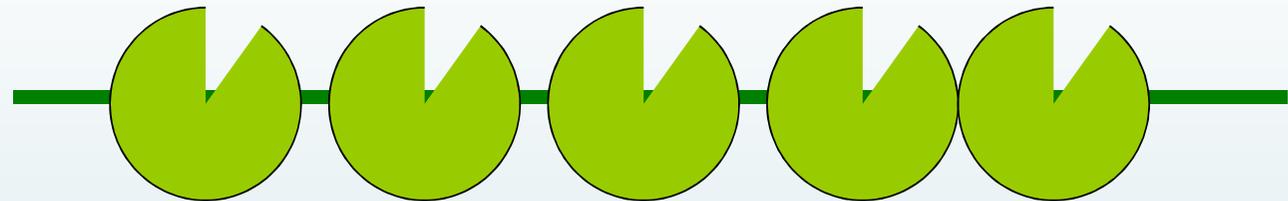
Niveau plus faible et stable de nicotine

- Peau
- Muqueuses (buccale et pharyngée)

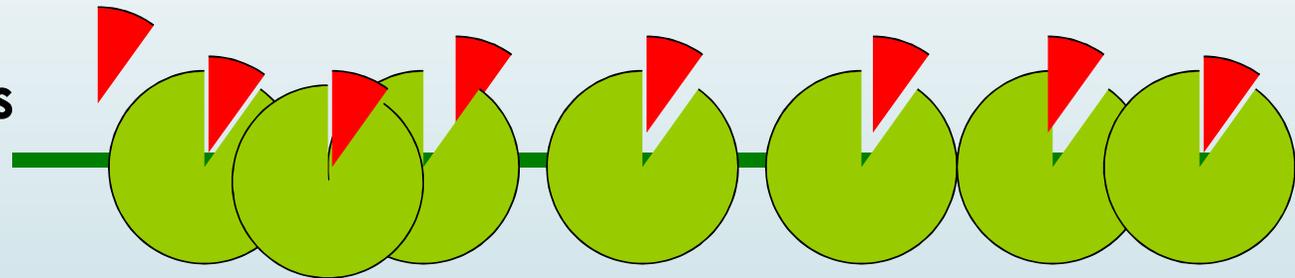
Daniel Thomas Pitié Salpêtrière

Les effets de la nicotine sur les récepteurs: système de récompense, la dopamine

Fumeur en manque



Nicotine avec shoots



Les shoots de nicotine des bouffées de cigarettes:

- Saturent les récepteurs et calment le manque
- Augmentent le nombre de récepteurs

E-cigarette: est-elle addictive?



- **Addiction:**
 - Perte de contrôle
 - Poursuite du comportement malgré la connaissance des effets néfastes sur la santé ou la vie sociale
 - Syndrome de manque à l'arrêt du produit
 - Phénomène de tolérance
- **Transfert de la dépendance de la cigarette vers la cigarette électronique**
- La dépendance **comportementale persiste**
- **Risque de rechute** dans le tabagisme

La e-cigarette = un outil de sevrage?

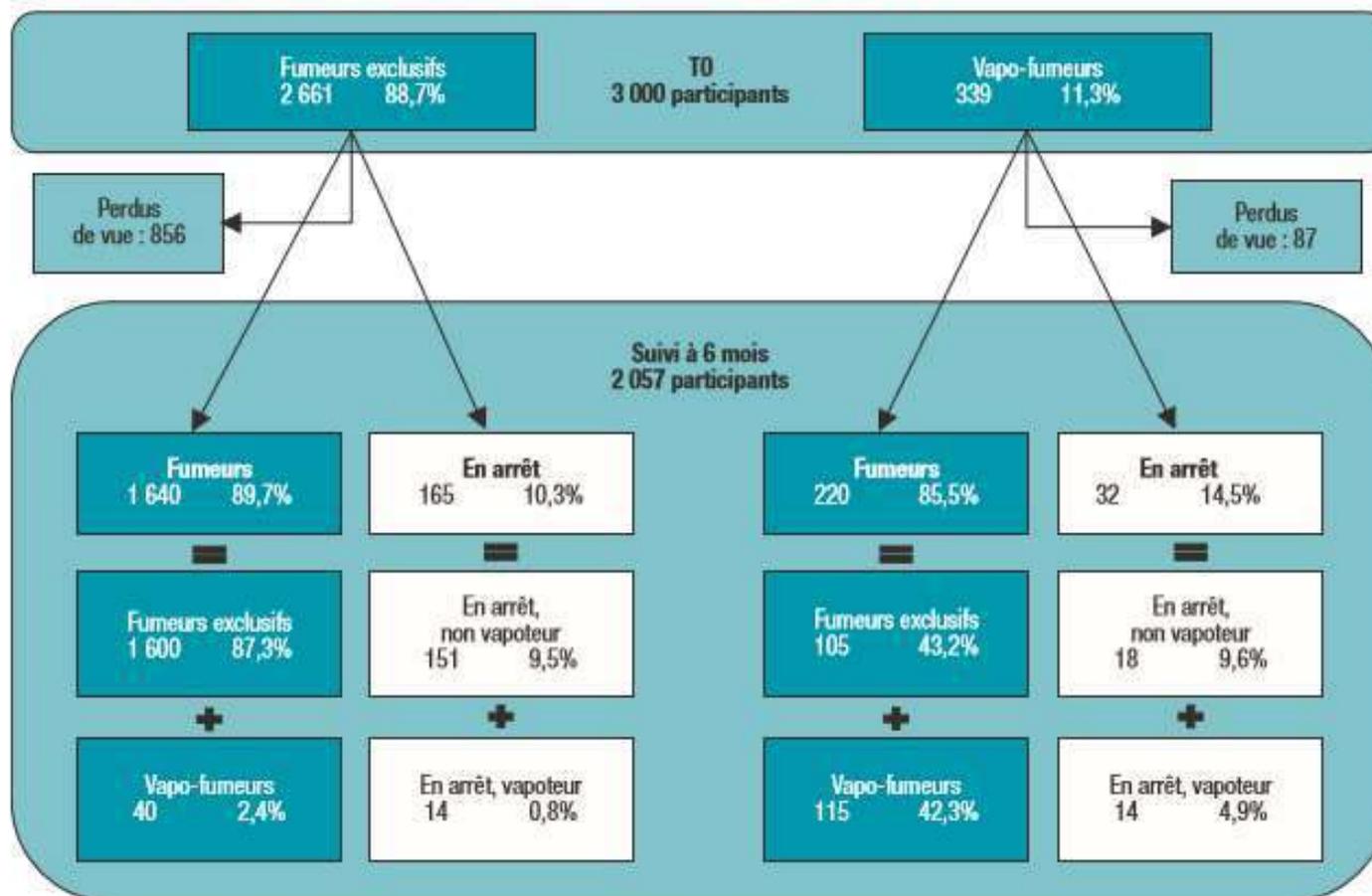


- Les données des études contrôlées suggèrent **une modeste efficacité dans l'arrêt** du tabac mais une **bonne efficacité pour réduire** le tabac
- Les e-cigarettes de **3ème et 4ème générations** semblent montrer une meilleure efficacité dans l'arrêt du tabac du fait de leur système de **délivrance de la nicotine**

BHE 2017: Cigarettes électroniques, tentatives d'arrêt et arrêt du tabac avec un suivi à 6 mois*

- Dans le cadre du Programme national de **réduction du tabagisme 2014-2019**, Santé publique France a lancé une campagne médiatique choc avec des messages relatifs aux effets du tabac sur la santé (septembre 2014). **Un suivi à 6 mois** a été mené pour évaluer l'impact de la campagne + rajout de questions sur l'utilisation des e-cigarettes.
- **3000 fumeurs** âgés de 15 à 85 ans ont été recrutés via un access panel (panel d'individus volontaires recrutés par une société d'études) pour deux vagues d'enquête sur Internet : avant le lancement de la campagne (T0 sept 2014) et 6 mois plus tard (mars 2015)
- Les indicateurs **à 6 mois** ont été comparés entre les **fumeurs exclusifs** et les fumeurs utilisant **régulièrement une e-cigarette** à la première vague d'enquête (T0)
- L'utilisation d'e-cigarette a été mesurée avec la question : « Au cours des 30 derniers jours, avez-vous utilisé une cigarette électronique ? Régulièrement / Parfois / Rarement / Jamais ».

Diagramme de flux de l'étude. France métropolitaine, septembre 2014 et mars 2015



Note : Pour les données à 6 mois, sont présentés les nombres bruts et les pourcentages redressés.

Les limites actuelles

- Si le vapotage permet une **réduction réelle des risques**, son efficacité **dans l'arrêt de la dépendance** au tabac n'est pas encore démontrée.
 - La dépendance **comportementale** est conservée.
 - La dépendance **psychologique** est conservée.
 - La dépendance **à la nicotine** persiste.

- Mais **l'arrêt de l'intoxication par la fumée** de tabac est obtenue.

En Europe...

08/10/2013: le parlement européen propose une nouvelle législation pour la e-cigarette (à soumettre aux 28 états membres):

- Ce n'est **pas un substitut médical**
- **Pas de vente en pharmacie**
- Interdite aux **mineurs**
- Interdite de **publicité**

En France...

57

- **21/01/2014:** La Haute Autorité de Santé (HAS) recommande dans une démarche de sevrage tabagique en **1ère intention les SN plutôt que la e-cig** dont l'efficacité et les risques éventuels n'ont pas été assez étudiés.
 - Elle ne **doit pas être déconseillée** chez les fumeurs refusant les SN dans la mesure où les e-cigarettes sont supposées être moins dangereuses que la cigarette classique.
- **29/09/2014:** dans le cadre du plan anti-cancer, Marisol Touraine, ministre de la santé propose d'encadrer l'utilisation de la e-cigarette:
 - **interdiction de publicité** sauf dans les lieux de vente
 - interdiction de vapoter **sur les lieux de travail partagés**



- **Etude en 2014** réalisée par la **DGCCRF** (direction générale de la concurrence, de la consommation et de la répression des fraudes), publiée dans « le Monde » en septembre 2015, a constaté de **nombreuses anomalies** concernant la sécurité de la e-cigarette:
- **90% des produits sont NON conformes** «non adaptés à la composition du produit »
 - **6% des produits considérés dangereux**: «absence d'étiquetage de danger ou absence de dispositif de fermeture de sécurité pour enfants »
 - Sur 14 modèles de chargeurs analysés:13 sont NON conformes dont **9 dangereux** en raison de risque de choc électrique lié à un défaut d'isolation

Projet de loi santé 2015

- **Interdiction de vapoter:**
 - dans les établissements scolaires et lieux accueillants des mineurs
 - dans les transports collectifs
 - dans les espaces clos de travail à usage collectif
- Encadrement de **la publicité (interdiction depuis mai 2016)**
- Une entreprise peut interdire la e-cigarette dans son **règlement intérieur**

Projet de loi santé 2015

➤ Avril 2015

AFNOR publie les 1eres normes au monde pour les e-cigarettes et les e-liquides (label qualité « **E-liquide certifié par AFNOR Certification** » aux produits qui respectent la norme AFNOR XP D90-300-2)

Objectifs:

- prévenir les **risques de surchauffe** de la cigarette électronique
- liste de produits **autorisés et interdits** dans les e-liquides
- **exigences** à propos du contenant

Les normes applicables

- Sur les produits importés : **DGCCRF**
- Sur les produits fabriqués en France et en Europe :
 - Norme **NF**
 - Norme **CE**
 - Norme **RoHS**



The CE mark logo, consisting of the letters 'C' and 'E' in a stylized font, indicating conformity with European standards.



Décret Avril 2017*

- Applicable au 1^{er} octobre 2017, il **interdit le vapotage** dans les établissements scolaires, les lieux de travail et les transports.
- Les contrevenants s'exposent à une contravention de **150 euros** et plus.
- Les responsables des lieux où s'applique l'interdiction et qui n'auraient pas mis en place la **signalisation** devront s'acquitter d'une amende **450 euros**.

[*Décret n° 2017-633 du 25 avril 2017 relatif aux conditions d'application de l'interdiction de vapoter dans certains lieux à usage collectif](#)

Recommandations d'experts 2016/2017

gest
2017

**Des recommandations d'experts 2016-2017
aux professionnels de santé**

Adler Marion, Clamart	marion.adler@yahoo.fr
Dautzenberg Bertrand, Paris	bdautz@gmail.com
Garelik Daniel, Paris	dagarelik@gmail.com
Loubrieu Jean-François, Blois	dr.jf.loubrieu@wanadoo.fr
Mathern Gérard, Saint Etienne	mathern.gerard@neuf.fr
Peiffer Gérard, Metz	PEIFFERG@aol.com
Perriot Jean, Clermont-Ferrand	Jean.PERRIOT@puy-de-dome.fr
Rouquet Rose-Marie, Toulouse	rouquet.rm@chu-toulouse.fr
Schmitt Audrey, Clermont-Ferrand	aschmitt@chu-clermontferrand.fr
Underner Michel, Poitiers	m.underner@chu-poitiers.fr
Urban Thierry, Angers	ThUrban@chu-angers.fr

GEST – 19 & 20 janvier 2017 **Pr Dautzenberg** **6**

- Au vu du contexte (**78000 morts/an** en F, et tabac= principale cause **évitable de décès en 2016**): nouvelles recommandations e-cigarette pour les professionnels de santé :
- La référence de l'aide médicale pour arrêter de fumer reste les **substituts nicotiniques**, les **médicaments** de prescription, **l'entretien motivationnel**, les thérapies cognitives et comportementales (**TCC**). Ces interventions restent les traitements médicaux **de première intention** pour les fumeurs.
- Ces recommandations seront réévaluées **tous les 2 ans**.

Conclusions des experts

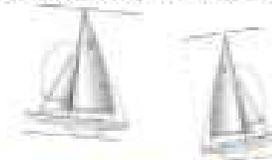
gesti
2017

Conclusions

Les professionnels de santé doivent être à l'aise pour parler e-cigarette, donc la connaître un minimum

Même si elle n'est pas totalement sans risque, l'e-cigarette est plus un allier de la lutte contre le tabagisme qu'un danger

Toute la difficulté est d'avoir pour chaque patient l'attitude optimale vis-à-vis de ce produit de consommation courante dont les outils changent au cours des mois et dont la place dans la société est tout aussi variable.



Quelle posture adopter ?

Devant un patient fumeur, le soignant doit d'abord :

- **Proposer les méthodes validées** d'aide au sevrage tabagique (TSN, médicaments, aides psychologique).
- **Répondre aux questions** qu'il pose sur la e-cig
 - dangerosité
 - validation comme dispositif médical
 - effets et dangers
- Ne proposer la e-cig que devant :
 - une **demande insistante** du patient
 - **l'échec des autres techniques validées** et bien menées (dose, durée, accompagnement).

Si le patient vapote déjà

- S'informer de son **tabagisme résiduel**.
- L'informer des **dangers du petit tabagisme**.
- L'aider à **arrêter les cigarettes-tabac restantes**.
- Lui prescrire des **SN** pour l'aider si besoin (sous-dosage fréquent des e-cigarettes).
- Le faire s'inscrire dans une **dynamique d'arrêt total**.
- **Ne pas le décourager** car ... notre ennemie, c'est bien la fumée de tabac et ses conséquences sur la santé

L'avenir

- Observer le **développement de l'usage**.
- Etudier ses **effets**.
- Affiner les **connaissances techniques** des appareils et des produits.
- Rester vigilants sur les **dérives possibles** (joint électronique, «bidouillages non maîtrisés» dangereux, appropriation par l'industrie du tabac).

Conclusion

- La cigarette électronique n'est peut-être pas totalement inoffensive, mais elle est beaucoup **moins nocive que la cigarette**
- Il faut plus parler en terme de **risque relatif** plutôt qu'en terme de risque absolu
- C'est une méthode de REDUCTION DE RISQUE et un bénéfice **si étape vers un ARRET**
- C'est un outil supplémentaire dans le sevrage tabagique qui vient **en complément des méthodes validées**
- Le **suivi** par un tabacologue **X 3 les chances d'arrêter de fumer**

FUMER, c'est un peu comme prendre
l'autoroute à contresens,

VAPOTER, c'est rouler à 140km/h au
lieu de 130

B. Dautzenberg

FUMER >> **VAPOTER** >> **VIVRE**



Dépendance
Bien être
Santé



Dépendance
Bien être
Santé



Dépendance
Bien être
Santé

E-cigarette : l'industrie du tabac contre-attaque

- Un nouveau produit, "**la cigarette Ploom**" lancé en 2014 arrive sur les marchés. Elle est présentée comme une nouvelle cigarette électronique... à tort, c'est un **produit de tabac** et elle ne peut donc pas revendiquer le statut d'e-cigarette
- Elle se présente comme un **vaporisateur à tabac**. Ploom se différencie de ces deux catégories de produits du fait qu'il fonctionne avec du **vrai tabac** (taxée à 81%) et non à partir d'un e-liquide à base de nicotine. elle produit de la vapeur et non de la fumée. Quand on allume une capsule, elle dure dix minutes. Les consommateurs doivent donc prendre toute la dose dans un délai très court. Or, c'est justement ce type de consommation qui crée l'addiction.
- Ce produit est donc fait pour que les **gens continuent à fumer et n'arrêtent surtout pas**.



Le joint électronique

- **Selon le Ministère de la Santé, le joint électronique est légal**
- Commercialisée sur Internet depuis 2014 en France, **la cigarette électronique au CBD** séduit de plus en plus. Le ministère de la Santé a pris **le contre-pied de l'Agence du médicament (ANSM)** concernant **l'interdiction de e-liquides au cannabinoïde (CBD)**, une molécule du cannabis, en vente libre.
- Il a décidé que ces e-liquides peuvent être distribués en vente libre. **Il considère que ce composant « apparaît comme légal ».** Il s'agirait d'une **« dérogation à la législation ».**
- **L'ANSM et la Répression des fraudes ont en effet été saisis pour mettre en place des contrôles et surveiller les dosages de CBD.** Les commerçants ne devront pas non plus présenter le cannabis **« sous un jour favorable »**, précise le ministère de la Santé
- Et **aucune étude sur le cannabidiol** sous forme de **e-liquide** ne permet de confirmer des inconvénients.

