

EFFETS DU TABAC SUR L'APPAREIL RESPIRATOIRE

I – INTRODUCTION :

- Le tabagisme actif et passif est un véritable problème de santé publique partout dans le monde.
- Avec 4,9 millions de morts par an, aucun autre produit n'est plus dangereux, ni ne tue autant que le tabac.
- Le tabac a des effets néfastes sur l'organisme.
- Les conséquences sur la santé bien connues sur la morbidité, mortalité, et le coût économique sur la santé
- La consommation tabagique :
 - Diminue dans pays développés
 - Augmente dans pays en développement, par efficacité des programmes de lutte anti tabac

II – FABRICATION ET COMPOSITION DES CIGARETTES :

Le tabac est une solanacée, *nicotiana tabacum*, plante à larges feuilles qui, séchées, permettent la fabrication de cigarettes, cigares, scaferlatis (pipes, cigarettes roulées), tabac à narguilé (chicha).
- Au cours de la préparation du tabac, de nombreuses substances (plus de 600), appelées additifs, sont ajoutés au tabac

Les fumées du tabac

En brûlant, le tabac produit 3 types de fumées:

Le courant primaire pris par le fumeur lorsqu'il tire sur la cigarette.

Les particules de ce courant de fumée de tabac pénètrent tout l'arbre respiratoire créant de l'inflammation et peuvent même traverser les membranes.

Le courant secondaire qui s'échappe de la cigarette par le bout incandescent entre 2 bouffées.

C'est la cause majeure du tabagisme passif et produit des taux de toxiques plus élevés que dans le courant primaire.

Le courant tertiaire : courant rejeté par le fumeur, lui-même cause de tabagisme passif.

Les produits de la fumée :

plus de 4000 composants toxiques identifiés et 60 sont des cancérigènes reconnus :

La nicotine : rôle majeur dans l'installation de la dépendance, sa toxicité est faible elle agit sur des récepteurs nicotiniques périphériques et centraux.

Les goudrons : dont le benzopyrène, un cancérigène prouvé pour l'homme.

Le monoxyde de carbone ou CO : gaz toxique se fixant sur l'hémoglobine et la myoglobine, créant l'hypoxie et mettra 6 heures pour être à moitié éliminé

Le cadmium métal lourd, en très faible quantité, mais sa demi-vie est de 70 ans (effet cumulatif)

Les nitrosamines : substances cancérigènes présentes dans le tabac avant et après sa combustion

III – EPIDEMIOLOGIE :

Le vecteur de la dépendance tabagique est l'industrie du tabac.

Cette industrie organise la propagation de la dépendance tabagique pour initier au tabac les jeunes à l'âge où ils sont le plus réceptifs à l'installation de la dépendance nicotinique (12-17 ans).

Dans le monde :

Le tabagisme constitue un fléau majeur de santé publique en terme de morbidité et de mortalité.

OMS: 4,9 millions de décès /an

8,4 millions en 2020 (70% dans les pays en développement)

1,3 milliard (30%) de la population mondiale âgée de ≥ 15 ans consomment quotidiennement

1,7 milliard entre 2020 -2025.

Chez les jeunes:

- Diminution de l'âge de l'initiation.
- Augmentation de la prévalence.
- 100 000 deviennent quotidiennement dépendants.

XXIe siècle: un milliard d'hommes et 250 millions de femmes fument

En Algérie :

production de 23 milliards de cigarettes, soit 10 % de la consommation

le ratio gain / coût économique de soins est de $\frac{1}{4}$

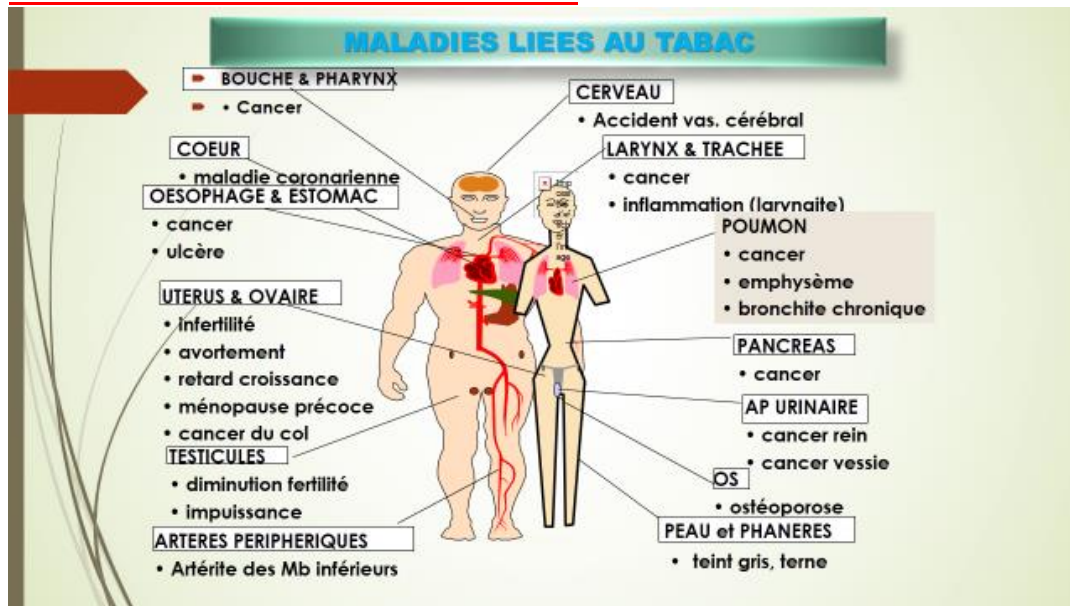
la consommation a quadruplé, passant de 07.7 % en 1978 à plus de 30 % en 2010

Etude TAHINA

consommation des ménages chez les 35 ans et plus

- hommes 26,4% (30,1% wilaya d'Alger)
- femmes: 0,43% (2,8% wilaya d'Alger)

IV – EFFETS DU TABAC SUR L'ORGANISME :



V – EFFETS DU TABAC SUR L'APPAREIL RESPIRATOIRE :

La fumée du tabac agit directement ou indirectement sur presque tous les organes du corps et en particulier l'appareil respiratoire de trois façons :

- La chaleur,
- Action directe sur les voies respiratoires,

- Passage de certains produits dans le sang.

BPCO :

Substances concernées : irritants

BPCO +/- emphysème

- 2.000.000 de malades

- 40.000 IR sous OLD

15.000 décès/an

Altération des fibres élastiques du poumon.

Réduit l'efficacité du poumon à délivrer l'oxygène au sang.

Principale cause d'insuffisance respiratoire obstructive.

Cancer du poumon

- Le tabagisme est responsable d'environ 9 cancers du poumon sur 10.
- Moins de 10% des malades atteints de cancer du poumon survivent plus de 5 ans.
- Le fumeur passif qui vit ou travaille avec un fumeur, a lui aussi une augmentation des risques de cancer (+25%).

Cancer du pharynx et du larynx:

Asthme et allergie :

20 % des asthmatiques sont fumeurs, alors que le tabac aggrave l'inflammation des poumons et accélère l'évolution vers l'insuffisance respiratoire.

Le tabagisme est un des facteurs d'aggravation supplémentaires de l'asthme et peut entraîner des répercussions sur la vie quotidienne plus importantes que chez les non-fumeurs.

A l'inverse, l'arrêt du tabac permet d'obtenir une nette amélioration de l'asthme.

Effets du tabagisme passif :

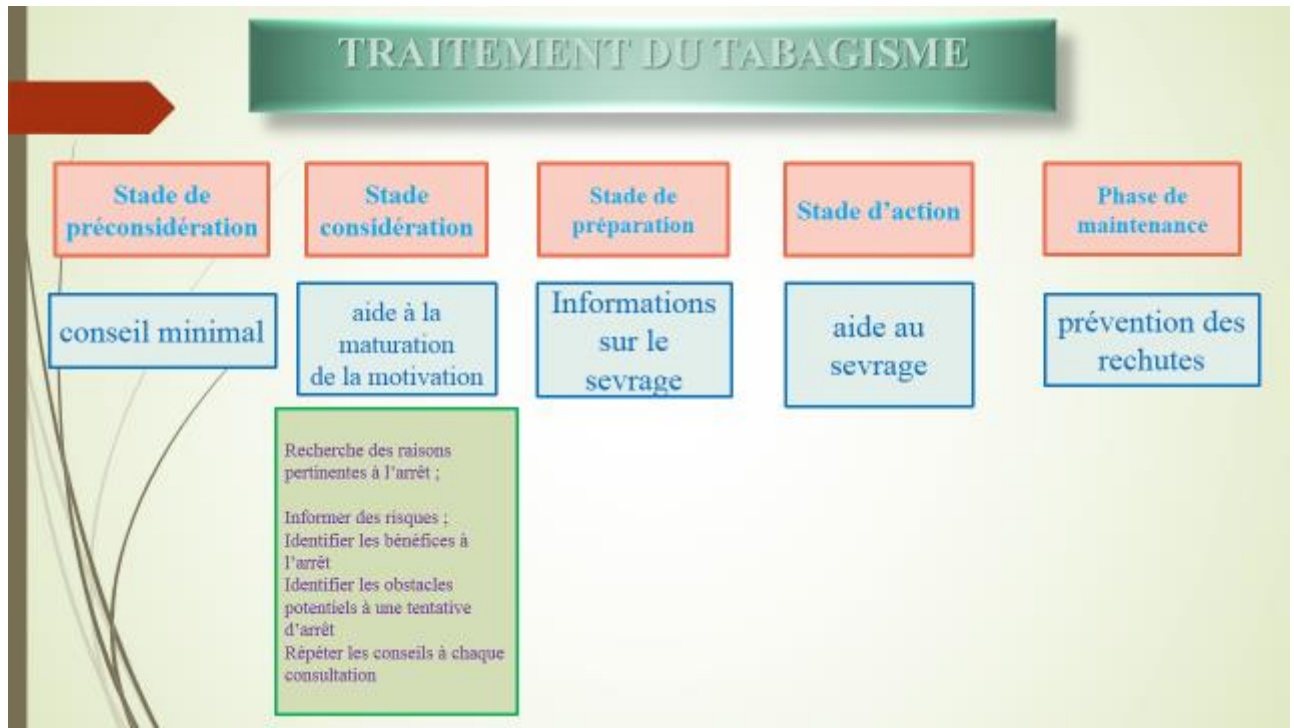
La fumée secondaire est une menace réelle grave pour la santé publique

Chez l'adulte :

- Le tabagisme passif est associé au cancer du poumon chez les personnes qui n'ont jamais fumé de leur vie (RR 1.2 à 1.5)
- L'exposition au tabagisme passif d'une personne vivant avec un fumeur accroît son risque de développer un cancer du poumon de 20% à 30%.
- L'exposition au tabagisme passif accroît les symptômes respiratoires et l'irritation nasale

Chez l'enfant :

- Irritation des yeux, maux de tête, éternuements, toux, pharyngite, aphonie
- Risque 2X : bronchites, bronchiolites, pneumonies...
- 3X plus de risque d'hospitalisation
- Le risque d'asthme augmente de 21% lorsque l'un ou l'autre des parents fume.
- Lien entre la gravité de l'asthme et le tabagisme des parents.
- Les allergies : les enfants allergiques ont plus souvent de l'asthme si les parents fument.
- La courbe de croissance est abaissée
- L'effet est dose dépendant, plus le tabagisme est important, plus l'effet est marqué
- Lorsque les parents arrêtent de fumer, l'impact est favorable



VII – LES BENEFICES DE L'ARRÊT DU TABAC :

Immédiats

- Peau, odorat, meilleure haleine,
- Disparition de l'odeur du tabac
- Ralentissement du pouls,
- Disparition de la fatigue (CO), meilleure forme physique,
- Confiance en soi
- Amélioration du teint et des cheveux
- Amélioration du sommeil

Différés :

Coronaires : retour en 05 ans au risque non fumeur

Après pontage, diminution de 50 % du risque de récurrence d'IDM

AVC : Retour au risque de non fumeur en un an

AOMI : augmentation du périmètre de marche en un an

BPCO : amélioration de l'épuration muco-ciliaire

Réduction des infections

Amélioration de la fonction respiratoire

Asthme : diminution de la fréquence et sévérité des exacerbations

Cancer bronchique : réduction du risque à partir de 05 ans

Cancer du sein : meilleur pronostic, meilleure efficacité thérapeutique meilleure tolérance du traitement