

E-cigarettes

Les cigarettes électroniques, communément appelées e-cigarettes sont des dispositifs qui permettent à une personne d'inhaler la nicotine. Comme ces produits sont relativement nouveaux, très peu d'études à long terme ont été menées pour en évaluer les avantages et les risques. Cette fiche d'informations explique en quoi consistent les cigarettes électroniques, comment on peut les utiliser et pourquoi il y a un débat actuel à propos de leur utilisation.

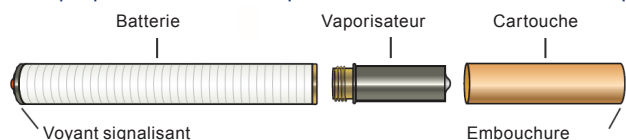
Fumer crée une forte dépendance et se débarrasser de son accoutumance n'est pas chose facile. En plus de devenir dépendants à la nicotine, drogue existant naturellement dans le tabac, les fumeurs deviennent également dépendants de l'habitude physique et sociale du tabagisme.

Les professionnels de la santé jouent un rôle central en aidant les gens à arrêter de fumer et en choisissant la méthode la plus appropriée parmi une gamme de produits et diverses stratégies. Cela inclut notamment des médicaments sur ordonnance, des produits de substitution à la nicotine, comme des patchs ou des pastilles, et des consultations.

Les e-cigarettes sont devenues de plus en plus populaires dans les années 2000. Bien que les cigarettes électroniques aient le potentiel de limiter les dégâts du tabagisme, elles n'ont pas été scientifiquement évaluées et, par conséquent, leur sécurité et leur utilité comme une aide pour arrêter de fumer sont encore méconnues. À la différence d'autres produits qui sont généralement disponibles, les autorités sanitaires européennes n'ont pas encore approuvé les e-cigarettes en tant qu'outil efficace pour aider les fumeurs à arrêter de fumer.

En quoi consistent les cigarettes électroniques?

Les e-cigarettes sont conçues pour imiter et donner l'impression de fumer une cigarette. Elles se composent de trois parties : une batterie, un vaporisateur et une cartouche. Le dispositif fonctionne par vaporisation du liquide dans la cartouche. Cela crée une brume qui peut être inhalée par l'utilisateur et il semble expirer de la fumée.



Reproduit avec l'autorisation de l'American Thoracic Society. Copyright © 2013 American Thoracic Society *

Contrairement aux cigarettes habituelles, ces dispositifs ne contiennent pas de tabac, mais ils contiennent de la nicotine dans le liquide qui se trouve dans la cartouche. Le liquide peut avoir différentes saveurs et présenter différentes quantités de nicotine que l'utilisateur peut sélectionner.

Pourquoi certaines personnes choisissent-elles de les utiliser?

Il est perçu que les e-cigarettes causent moins de dégâts qu'une cigarette normale et certaines personnes choisissent de les utiliser afin de maintenir leur habitude avec plus de sécurité. Certains travaux de recherche portant sur les opinions des utilisateurs d'e-cigarettes suggèrent qu'un des principaux avantages des produits est qu'ils répondent à un besoin de fumer.

Un utilisateur d'e-cigarette nous explique pourquoi il a choisi d'utiliser ces produits :

« J'ai commencé à utiliser l'e-cigarette sans avoir l'intention de cesser de fumer. Un jour, je me suis rendu compte que j'utilisais exclusivement l'e-cigarette, et je n'ai pas fumé une seule cigarette ordinaire depuis. Il peut être difficile de s'habituer à l'expérience au début, mais une fois que votre sens du goût et de l'odorat revient après un certain nombre d'années de tabagisme, vous commencez à préférer les saveurs disponibles dans une e-cigarette au goût de « brûlé » d'une cigarette de tabac. Je pense me servir d'une solution plus sûre, même si je me suis toujours classé comme un fumeur ; si la commercialisation des e-cigarettes était brutalement interrompue, je recommencerais à fumer des cigarettes de tabac ».

Pourquoi certains professionnels de la santé s'inquiètent-ils de l'utilisation des e-cigarettes ?

Les e-cigarettes ont fait l'objet d'un intense débat dans les médias dans toute l'Europe quand certains professionnels de la santé se préoccupaient de la promotion et de l'utilisation de ces produits.

* Comité de contrôle du tabac de l'American Thoracic Society, American Thoracic Society Series sur le tabac [Internet]. New York : American Thoracic Society, [consulté le 24 avril 2013]. Disponible à l'adresse suivante : <http://patients.thoracic.org/information-series/en/resources/tobacco-mini-c.pdf>

Parmi ces préoccupations :

Les différences de régulation de ces produits : les e-cigarettes sont actuellement réglementées différemment à travers l'Europe. Cela signifie qu'il n'y a pas de restrictions sur les substances chimiques qui peuvent être ajoutées aux cartouches. Ceci signifie également qu'elles ne sont pas sujettes au contrôle de qualité strict, et que les produits peuvent être marqués de même manière, mais présenter différentes quantités de produits chimiques et de nicotine en eux.

La poursuite des conduites addictives : vu que les e-cigarettes ont la même apparence et la même odeur que des cigarettes, les utilisateurs ne sont pas encouragés à modifier leur comportement. Leur dépendance aux éléments physiques et émotionnels du tabagisme continue.

La visibilité pour ceux qui ont cessé de fumer : il n'y a pas de restrictions sur les cigarettes électroniques et elles sont utilisées dans les bureaux et autres lieux publics où fumer est interdit normalement. La législation antitabac, qui interdit de fumer dans les lieux publics, a contribué à un changement dans la perception du tabagisme, en le dé-standardisant et en le faisant paraître anormal et inacceptable. Certains experts estiment que la visibilité pour les gens qui fument des cigarettes électroniques pourrait rendre le tabagisme acceptable et pourrait inciter les personnes qui ont cessé de fumer, ou tentent de cesser de fumer, de retomber dans l'habitude.

L'exposition des enfants au tabagisme : les enfants qui grandissent dans des zones où la législation antitabac a été normalisée depuis leur enfance sont exposés au tabagisme quand ils voient les utilisateurs d'e-cigarette. Certains experts estiment que cela annulera les étapes franchies par la législation antitabac à changer les perceptions du tabagisme. Ils craignent que le comportement de fumer, qu'il s'agisse d'une e-cigarette ou d'une cigarette de tabac, soit, une fois de plus, une incitation auprès des enfants et des jeunes.

Le manque de preuves : une préoccupation majeure pour les professionnels de la santé à l'heure actuelle est le manque de preuves sur le préjudice potentiel pour l'utilisateur. Bien que les produits soient considérés comme moins nocifs que les cigarettes normales, les appareils contiennent divers produits chimiques et aucune étude à long terme portant sur les effets sanitaires des produits n'a été réalisée. De plus amples recherches sont nécessaires sur les dommages causés par la fumée, vapeur, arômes et additifs contenant de la nicotine.

L'European Lung Foundation et l'European Respiratory Society ont répondu à l'incertitude entourant les produits et effectueront des recherches pour connaître les effets à court et à long terme des produits.

► Pourquoi la réglementation du produit est-elle nécessaire ?

Les produits de remplacement de la nicotine et des dispositifs qui sont utilisés pour aider les fumeurs à cesser de fumer sont réglementés comme des médicaments. Autrement dit, l'European Medicines Agency veillera à ce que les médicaments et les dispositifs médicaux soient efficaces, et que leur utilisation soit sûre.

Si le produit est réglementé, les produits chimiques contenus dans les cigarettes électroniques et les quantités de nicotine que l'on trouve dans les appareils pourraient être contrôlés. Les fumeurs pourraient faire un choix équilibré entre les e-cigarettes et d'autres traitements de remplacement de la nicotine pour les aider à cesser de fumer. Cela permettrait également de garantir aux utilisateurs que la qualité des produits est contrôlée et que ceux-ci contiennent effectivement les produits chimiques mentionnés sur l'étiquette.

► La situation actuelle en Europe

Les restrictions et les règlements relatifs aux e-cigarettes varient à travers le monde. L'Australie, le Brésil, la Chine, Singapour, la Thaïlande et l'Uruguay ont totalement interdit l'utilisation des e-cigarettes. En Nouvelle-Zélande, les produits sont réglementés comme des médicaments et ils ne peuvent être achetés que dans les pharmacies. Ils sont réglementés différemment dans les États membres : en tant que produits du tabac ou produits pharmaceutiques ou produits de consommation au titre de la directive sur la sécurité générale des produits. La Commission européenne a proposé de les réglementer en tant que médicaments dans sa révision de la directive sur les produits du tabac.

L'ELF a été fondée par la « European Respiratory Society (ERS) » dans l'objectif de rassembler les patients, le grand public et les professionnels de santé de la respiration pour promouvoir la pneumologie. L'ELF fait la promotion de la santé respiratoire dans toute l'Europe et rassemble les plus grands spécialistes européens pour apporter des informations aux patients et renforcer la prise de conscience du public à propos des maladies respiratoires.