

COMMUNIQUE DE PRESSE

Stop au tabac ! ... avec mon pharmacien

Arrêter de fumer : une préoccupation en vogue quelques mois après l'application de la loi anti-tabac dans les lieux publics. Des idées reçues persistent quant aux risques liés au tabac, malgré une bonne information globale. Il reste cependant encore plus d'un tiers de fumeurs aujourd'hui... Comment s'y prennent-ils lorsqu'ils décident d'arrêter de fumer ? Le pharmacien est très sollicité sur ces questions d'après les principaux intéressés.

Tabac : ce qu'on en dit...

Sur les risques liés au tabac, la population semble globalement assez bien informée. 80% des patients savent que la nicotine est cancérigène et la grande majorité sait également que le tabac peut entraîner d'autres maladies graves. Mais il reste des croyances individuelles sur les effets du tabac, notamment selon la manière dont on fume : un quart des patients disent que ne pas inhaler la fumée de cigarette protège du risque de cancer... Autre idée reçue : plus de 40% des femmes et des fumeurs pensent que fumer fait maigrir, ce que l'on pourrait interpréter comme un argument pour fumer davantage !

Qui fume aujourd'hui ?

Malgré toute l'information qui circule sur les risques liés au tabac, il reste aujourd'hui 37% de fumeurs au sein des personnes interrogées. Parmi eux, on compte plus d'hommes que de femmes, et ce sont surtout des fumeurs anciens : 58% fument depuis plus de 15 ans. Le ratio hommes / femmes pourrait s'inverser puisque les femmes sont majoritaires parmi les nouveaux fumeurs. On retient aussi que la première cigarette est consommée de plus en plus tôt : près d'un fumeur sur deux a fumé sa première cigarette avant 18 ans et un sur deux entre 18 et 30 ans.

Arrêt du tabac : les tendances

Plusieurs tentatives sont parfois nécessaires pour arrêter de fumer. Un tiers des fumeurs ou ex-fumeurs ont tenté 2 ou 3 fois d'arrêter de fumer, un quart d'entre eux n'ont fait qu'une seule tentative. La motivation première de l'arrêt du tabac est une affaire de santé : il s'agit de préserver sa santé, de gagner en qualité de vie, ou parfois c'est une obligation après des problèmes de santé... Au moment d'arrêter de fumer, deux interlocuteurs de santé de proximité sont identifiés comme prioritaires : le pharmacien et le médecin généraliste. Ils sont cités tous deux par 53% des patients pour assurer le suivi et l'accompagnement au sevrage tabagique. Enfin, en tête des thérapeutiques utilisées, les substituts nicotiques rencontrent un grand succès (45% des aides au sevrage).

Au total, il reste des notions clés à enseigner aux patients en matière de prévention anti-tabac. Le pharmacien, au même titre que le médecin généraliste est en première ligne pour jouer ce rôle d'informateur et de conseiller. Il est présent également pour accompagner les fumeurs jusqu'à l'arrêt complet du tabac.

CAP' Prévention en bref

- Quand ? 7^{ème} vague de l'enquête menée en décembre 2007
- Qui ? 10 143 fiches patients remplies par :
 - 46% d'hommes et 54% de femmes,
 - âge moyen : 43,1 ans.