

ASTHME & TABAC

Fiche outil pour les pharmaciens d'officine

CONSÉQUENCES DU TABAC DANS L'ASTHME

Le tabac est la première cause de mort prématurée dans le monde. On retrouve plus de 4000 substances chimiques différentes dans la fumée de cigarette donc 250 dangereuses et 50 cancérogènes. Le tabac est un facteur évitable dans l'asthme.

Tabac et développement de l'asthme

- Si l'asthme est préexistant, le tabac en augmente les symptômes.
- Si le tabac est arrivé en premier, il favorise l'apparition de l'asthme.
- Il y a 70% de prévalence pour l'asthme chez les femmes fumeuses par rapport aux non-fumeuses.

Le tabac est un facteur favorisant l'apparition de l'asthme

Effets du tabac dans l'asthme

Niveau clinique

Le tabac augmente:

- les exacerbations.
- les symptômes (toux, sifflements, réveils nocturnes).
- les consultations médicales.
- les hospitalisations.
- la mortalité par l'asthme.

Le tabac diminue:

- le contrôle de l'asthme (↗ exacerbations et ↗ réveils nocturnes).
- la qualité de vie.

Niveau physiologique

Le tabac augmente:

- l'hyperréactivité bronchique.
- le déclin de la fonction pulmonaire.
- la sévérité de l'asthme chez les allergiques.
- la sensibilité aux infections respiratoires.

Le tabac est un facteur aggravant de l'asthme.

Niveau traitement

Le tabac diminue:

- l'efficacité des corticostéroïdes inhalés (CSI) et corticostéroïdes oraux (CSO).
- l'efficacité de la théophylline.

Il existe un asthme tabagique plus sévère avec:

- diminution du contrôle de l'asthme et de la réponse aux CSI et CSO.
- augmentation du déclin de la fonction pulmonaire et de l'utilisation des soins de santé.

Personnes à risques

Femme enceinte:

- Les crises sont plus courantes et plus sévères.
- L'enfant à naître a 4 fois plus de risques de développer de l'asthme.

Adolescent:

- Le tabac favorise la persistance de l'asthme à l'âge adulte.

Tabagisme passif

Enfant

- Le risque d'asthme est accru de 21 à 85% s'il y a exposition pré- ou postnatale.
- Il y a 2 x plus d'asthme chez l'enfant < 2 ans.
- Il y a 2 x plus d'asthme à l'âge adulte.

Adulte

- Il y a 2 x plus de risques de crises d'asthme.

Hérédité

- Il y a 2 x plus de risques d'asthme chez le petit-enfant si la grand-mère a fumé pendant la grossesse de sa fille.
- Le risque d'asthme est augmenté chez l'enfant dont le père a fumé avant la conception.

Il y a 12 x plus de risques d'avoir de l'asthme en venant d'une famille d'asthmatiques et en étant exposé à la fumée de cigarette.

L'arrêt tabagique est donc une priorité pour l'asthmatique fumeur et son entourage.

ASTHME & TABAC

Fiche outil pour les pharmaciens d'officine

BÉNÉFICES À L'ARRÊT TABAGIQUE

Depuis l'interdiction de fumer dans les bars et les restaurants, la santé respiratoire des travailleurs s'est améliorée avec une diminution de 26 à 57% des symptômes.
Chez les travailleurs asthmatiques, l'inflammation des voies aériennes a diminué.

Une nouvelle vie commence

- **Après 8 heures sans tabac**
Diminution du monoxyde de carbone et augmentation de l'oxygène dans le sang.
- **Après 24 heures sans tabac**
Élimination du mucus et autres résidus de fumée.
- **Après 48 heures sans tabac**
Amélioration du goût et de l'odorat.
- **Après 72 heures sans tabac**
Meilleure respiration.
- **Après 2 semaines à 3 mois sans tabac**
Amélioration de la toux et de l'essoufflement.

L'arrêt du tabac

Diminue:

- les crises, les réveils nocturnes et les symptômes.
- l'utilisation des traitements de crises.
- l'inflammation et l'hypersensibilité des voies respiratoires.
- l'utilisation des CSI.

Améliore (après 6 semaines):

- l'efficacité des CSI.
- la fonction pulmonaire.
- la qualité de vie.

En pratique

Des symptômes d'asthme (surtout la toux) peuvent se développer ou empirer après l'arrêt tabagique. Il faut donc informer les patients de cette possibilité, les rassurer, et être prudent avec les patients sous théophylline, le tabac augmentant sa clearance. Ne pas hésiter à renvoyer les patients vers leur médecin pour adapter les doses.

L'arrêt du tabac va permettre de stabiliser ou de ralentir l'évolution de l'asthme.

Pour aller plus loin

Sites à consulter

- www.aideauxfumeurs.be
Conseils, informations et brochures sur la gestion du tabagisme.
- www.apb.be (Association pharmaceutique belge)
Dans l'onglet "Médicaments et soins pharmaceutiques", choisir "Pharmacothérapie et pathologies" puis "Système respiratoire - Cessation tabagique": conseils et informations divers.
- www.fares.be (Fonds des affections respiratoires)
Dans l'onglet "Tabagisme", répertoire des tabacologues et informations sur les remboursements des consultations de tabacologie.
- www.tabacologue.be
Accès direct au répertoire des tabacologues par région.
- www.tabacstop.be
Informations sur la dépendance, conseils à l'arrêt.

Pour les femmes enceintes:
www.naitreetgrandirsanstabac.be

Brochures disponibles

- www.apb.be
Dans l'onglet "Médicaments et soins pharmaceutiques", choisir "Folders patients" puis "Système respiratoire - Cessation tabagique".
- www.fares.be
Dans l'onglet "Tabagisme", choisir "Publications": plusieurs brochures et affiches à imprimer ou à commander.

Tableau récapitulatif des interventions des différentes mutuelles dans l'aide au sevrage tabagique (mis à jour en novembre 2018):
www.ssmg.be/tabac/

{ Ligne gratuite tabacstop 0800 111 00 }
{ du lundi au vendredi de 15 h à 19 h }