

tabac à chiquer

pipe à eau

snus

tabac à priser



Pipe à eau, tabac à priser, snus et tabac à chiquer

Fumer des cigarettes peut rendre fortement dépendant et nuire gravement à la santé. Tout le monde le sait. Ce qui est moins connu, c'est que consommer du tabac d'une autre façon comporte aussi des risques pour la santé et peut rendre dépendant.

Certaines personnes pensent que l'eau de la pipe à eau filtre les substances nocives contenues dans la fumée. Ce n'est pas le cas. La fumée du narguilé contient en effet les mêmes substances nocives que la fumée des cigarettes.

D'autres croient que le snus, le tabac à chiquer ou à priser sont sans risque pour la santé puisqu'il n'y a pas de fumée. On constate effectivement que les personnes qui souffrent de problèmes de santé liés au tabac sont moins nombreuses parmi les consommateurs «sans fumée». Ils ne sont cependant pas à l'abri de graves conséquences physiques. Ainsi priser, chiquer ou consommer du snus augmente considérablement les risques de cancers. De plus, le cœur et la circulation sanguine sont affectés par la nicotine.

Des points d'interrogation subsistent parmi nos connaissances car les études scientifiques font encore défaut. Toutefois les points suivants sont clairs:

Pipe à eau (shisha, narguilé)

L'eau ne filtre presque aucune substance toxique; pratiquement toutes ces substances restent dans la fumée et sont inhalées. Ainsi fumer présente les mêmes risques pour la santé que fumer des cigarettes, en particulier:

- Le tabac de la pipe à eau contient de la nicotine et on peut en devenir très dépendant.
- Le goudron et les autres substances toxiques peuvent provoquer des cancers (aux lèvres, dans la cavité buccale, dans les poumons, etc.).
- Le monoxyde de carbone peut engendrer des problèmes de cœur et de circulation sanguine.

Tabac à priser

Le tabac à priser est une fine poudre de tabac. La nicotine est absorbée par les muqueuses nasales et transportée jusqu'au cerveau par voie sanguine.

- La nicotine contenue dans le tabac à priser peut rendre dépendant.
- En prisant du tabac, on irrite la muqueuse nasale qui peut s'enflammer.
- Le tabac à priser contient également des substances cancérigènes.

Snus et tabac à chiquer

Avec le snus et le tabac à chiquer, la nicotine pénètre par la muqueuse buccale. Le tabac à chiquer peut être vendu en Suisse, ce qui n'est pas le cas du snus.

- La nicotine contenue dans le snus et le tabac à chiquer peut rendre dépendant.
- Une consommation régulière peut altérer la couleur des dents. C'est aussi le cas des gencives et de la muqueuse buccale, qui de plus peuvent être abîmées. Le tabac à chiquer contient parfois du sucre, ce qui peut provoquer des caries.
- Le snus et le tabac à chiquer contiennent des substances qui peuvent provoquer des cancers, par exemple le cancer des muqueuses buccales mais également du pancréas.

Menthe, miel, arômes de fruits...

Les fabricants de tabac donnent souvent à leurs produits des odeurs agréables. De tels arômes réduisent l'amertume du tabac, ce qui favorise le début de la consommation. Toutefois lorsque de telles substances se consomment (par exemple dans les pipes à eau ou les cigarettes), on ne sait pas quels effets elles peuvent produire sur l'organisme.

Aide?

As-tu besoin d'aide pour faire face à ta consommation de tabac? Le site www.ciao.ch t'offre des informations et la possibilité de poser des questions. Tu peux aussi t'adresser à l'ISPA qui te fournira des adresses dans ta région. Tél. 021 321 29 76, prevention@sfa-ispa.ch

Tu trouveras de plus amples informations sur le tabac sur www.sfa-ispa.ch et www.at-suisse.ch