

Le narguilé – tout aussi nuisible que la cigarette

Jürg Barben, St Gall

Traduction: Rudolf Schlaepfer, La Chaux-de-Fonds



Selon les estimations de l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS), de par le monde plus d'un milliard de personnes fument la cigarette et plus de 100 millions le narguilé; environ 5 millions de personnes meurent chaque année des séquelles du tabagisme^{1, 2}. Le narguilé est répandu surtout en Afrique du Nord et dans le sud-est de l'Asie, comme l'Inde, le Pakistan et le Bangladesh³. Récemment le narguilé se répand de plus en plus aussi en Suisse et est très à la mode surtout parmi les jeunes⁴. Beaucoup de jeunes pensent que la fumée du narguilé est moins nocive car l'eau serait un bon filtre pour retenir les substances nocives de la fumée de tabac. En vérité l'eau ne filtre absolument pas de substances nocives et joue même un rôle sournois: l'eau refroidit la fumée, ce qui a pour conséquence une inhalation plus longue et plus profonde.

En principe le narguilé ou narghileh, appelé aussi shisha, hookah, goza ou hubble bubble, est composé d'un récipient en verre rempli d'eau, d'un récipient en terre cuite pour le tabac, d'une «cheminée» avec une valve et d'un tuyau muni d'un bec (*image*). Le tabac est aromatisé avec divers fruits, essences de fruits, sirops et autres substances; souvent y sont ajoutées aussi des drogues comme le haschich ou l'alcool. Pour brûler ces mélanges de tabac, appelés aussi maasal ou jourak, on utilise du charbon. La fumée ainsi formée est aspirée à travers l'eau pour atteindre la bouche et les poumons du fumeur. Normalement le narguilé est fumé pendant environ 45 à 60 minutes à tour de rôle par plusieurs personnes, le bec étant utilisé par tous les fumeurs sans être changé^{2, 3}.

Bien que jusqu'ici très peu d'études systématiques concernant le narguilé aient été publiées, toutes les publications disponibles indiquent que fumer le narguilé est tout aussi dangereux que fumer la cigarette³. D'après le centre allemand de recherche sur le cancer, il n'y a pas de grande différence entre fumée de narguilé et fumée de

cigarette². Dans la fumée de cigarette, on a mis en évidence jusqu'ici 4800 substances, dont 70 sont cancérigènes⁵. Une différence quantitative et qualitative résulte surtout de la différence de la durée d'exposition à la fumée (environ 5 minutes pour la cigarette contre 50 minutes pour le narguilé) et de la température de la zone incandescente (environ 800–900°C pour la cigarette et 400°C pour le narguilé). Dans un mélange de tabac habituel pour narguilé (environ 10g, correspondant à 10 cigarettes) la quantité de goudron et de nicotine est aussi élevée que de la fumée de cigarette. Par contre, le contenu en monoxyde de carbone et en métaux lourds tel le chrome, le cobalt, le plomb et le nickel est un multiple de celui trouvé dans la fumée de cigarette, le tabac étant brûlé à l'aide de charbon^{2, 6}.

Les substances toxiques du narguilé provoquent les mêmes maladies que celles de la cigarette³. Comme pour la cigarette, les carcinogènes de la fumée du narguilé sont à l'origine de cancers du poumon, de la cavité buccale, des lèvres et de la vessie^{6, 7}. Les maladies cardio-vasculaires sont également plus fréquentes⁸. Le poids de naissance des enfants est lui aussi nettement inférieur chez les fumeuses en comparaison avec les non-fumeuses⁹. Par ailleurs, en raison de sa teneur élevée en nicotine, le narguilé a le même potentiel de dépendance à la nicotine que la cigarette¹⁰. L'habitude qui règne dans beaucoup de pays arabes et en Inde, où plusieurs personnes fument le narguilé avec le même bec, est à l'origine de la transmission d'herpès, d'hépatite, de tuberculose et de mycoses^{2, 6}.

Indiscutablement la consommation de cigarettes reste toujours un problème beaucoup plus important, mais quoiqu'on fume, le narguilé ou la cigarette: les deux nuisent à la santé. C'est un leurre de croire que

la fumée de tabac est moins dangereuse parce qu'on la fume à travers de l'eau. Malheureusement chez nous aussi beaucoup d'enfants et d'adolescents grandissent dans un environnement enfumé et sont, déjà très tôt, séduits par tous les moyens de fumer. Pour y parvenir, les fabricants de cigarettes utilisent, en plus de campagnes publicitaires raffinées^{11, 12, 13} toutes sortes d'arômes et autres additifs⁵ pour donner à la fumée une image plus anodine. Ces moyens trompeurs sont utilisés de plus en plus également pour le narguilé.

Correspondance:

Dr J. Barben

Médecin chef

Pneumologie/allergologie

Ostschweizer Kinderspital

9006 St. Gall

juerg.barben@kispisg.ch

Références

- 1) WHO Kollaborationszentrum für Tabakkontrolle – Deutsches Krebsforschungszentrum – Weltbank (Hrsg). Der Tabakepidemie Einhalt gebieten: Regelungen und wirtschaftliche Aspekte der Tabakkontrolle. Heidelberg 2003.
- 2) WHO Kollaborationszentrum für Tabakkontrolle – Deutsches Krebsforschungszentrum (Hrsg). Die Wasserpipe. Heidelberg, 2005 (www.tabakkontrolle.de/index.php?secondid=37254&firstid=37162&cf_session=49ffeff44600ec97b588a2e719976298).
- 3) Knishkowsky B, Amitai Y. Water-pipe (Narghile) Smoking: An emerging health risk behaviour. Pediatrics 2005; e116: 113–119.
- 4) Kassensturz vom 8. November 2005 (www2.sfrs.ch/system/frames/highlights/kassensturz/index.php).
- 5) Deutsches Krebsforschungszentrum (Hrsg). Erhöhte Gesundheitsgefährdung durch Zusatzstoffe in Tabakerzeugnissen – Konsequenzen für die Produktregulation. Heidelberg 2005.
- 6) Shihadeh A. Investigation of mainstream smoke aerosol of the argileh water pipe. Food Chem Toxicol 2003; 41: 143–152.
- 7) El-Hakim IE, Uthman MAE. Squamous cell carcinoma and keratocanthoma of the lower lip associated with «Goza» and «Shisha» smoking. Int J Dermatol 1999; 38: 108–110.
- 8) Hoffmann D et al. The less harmful cigarette: a controversial issue. Chem Res Toxicol 2001; 14: 767–790.
- 9) Nuwayhid IA et al. Narghile (hubble-bubble) smoking, low birth weight and other pregnancy outcomes. Am J Epidemiol 1998; 148: 375–383.
- 10) Maziak W et al. Factors related to frequency of narghile (waterpipe) use: the first insights on tobacco dependence in narghile users. Drug and Alcohol Dependence 2004; 76: 101–106.
- 11) Fischer PM et al Brand Logo Recognition by children aged 3 to 6 years – Mickey Mouse and Old Joe the Camel. JAMA 1991; 266: 3146–3148.
- 12) Sargent JD, Tickle JJ, Beach ML, Dalton MA, Ahrens MB, Heatherton TF. Brand appearances in contemporary cinema films and contribution to global marketing of cigarettes. Lancet 2001; 357: 29–32.
- 13) Dalton MA, Sargent JD, Beach ML, Titus-Ernstoff L, Gibson JJ, Ahrens MB et al. Effect of viewing smoking in movies on adolescent smoking initiation: a cohort study. Lancet 2003; 362: 281–5.