

# L'e-cigarette : ange ou démon ?

Bertrand Dautzenberg / pneumologue, président de Paris sans sida

*La cigarette électronique, ou vape, a été l'objet récemment d'un feu d'artifice d'attaques variées, avec un embrouillamini de sujets très différents aptes à semer la plus grande confusion. Résultat : 59 % des Français pensent maintenant que la vape est aussi ou plus dangereuse que la cigarette de tabac, selon un sondage BVA.*

## 1. Faut-il retenir de la position de l'OMS que la cigarette électronique est « indiscutablement nocive » ?

Le rapport sur le tabac 2019 de l'OMS<sup>1</sup> consacre 92 % de ses pages à descendre en flammes le tabac, les agissements de l'industrie du tabac et fait une distinction d'une grande clarté entre vape et tabac chauffé (Iqos®, Glo® et Ploom tech®). L'e-cigarette est présentée à côté du tabac en seulement quatre pages qui font l'objet d'une communication par la presse violente et trompeuse sur un produit « indiscutablement nocif ».

Si on fait l'effort de lire les quatre pages on constate que le rapport de l'OMS dit cinq choses :

1. Que les émissions des e-cigarettes sont indiscutablement moins toxiques que la fumée du tabac, mais que les émissions d'e-cigarettes seront toujours nocives. L'OMS dit que les e-cigarettes ne doivent être utilisées que par les fumeurs (les Eurobaromètres<sup>2</sup> montrent qu'en Europe elles sont utilisées à moins de 1 % par des non-fumeurs). On ne peut qu'être d'accord avec l'OMS, ne serait-ce que par la présence de nicotine : les e-liquides sont un peu irritants et l'e-cigarette, *ce n'est que pour les fumeurs !*

2. Que l'e-cigarette ne doit pas être vendue aux enfants et qu'il faille des lois pour cela. Cette loi existe en France depuis 2014.

3. Que la publicité et la promotion de l'e-cigarette ne doit pas être une publicité indirecte pour le tabac. En France la loi qui interdit la publicité et la promotion pour l'e-cigarette répond aux vœux de l'OMS.

4. Que plusieurs études suggèrent que l'e-cigarette pourrait aider à arrêter de fumer, mais qu'il n'y a pas d'études suffisantes. En France, l'essai randomisé en double aveugle *ECsmoke* dont l'AP-HP est promoteur, recrute des fumeurs dans 10 hôpitaux qui recevront en aveugle une e-cigarette, de 0 ou de 12mg/ml de nicotine, et des comprimés de placebo ou de varénicline. L'essai a déjà inclus 275 fumeurs mais continue à recruter : **les volontaires sont bienvenus au 06 22 93 86 09** pour vérifier les critères d'inclusion.

5. Qu'il faut donner des règles au vapotage dans les lieux clos et couverts, ce que la France a inscrit dans sa loi. Bref ! le rapport de l'OMS est une violente attaque contre le tabac et une invitation à donner des règles pour les e-cigarettes, mais la France a déjà mis en place toutes les règles recommandées par l'OMS et rien ne justifiait un tapage médiatique.

## 2. Pneumopathies aux États-Unis par mésusage avec ajout de THC, vitamine E et huile de colza

L'épidémie grave de pneumopathies, survenue aux États-Unis cet été est liée à un mésusage. L'e-cigarette n'est pas utilisée pour vaporiser un des 44 000 e-liquides enregistrés en France à l'Anses six mois avant commercialisation, mais pour prendre du cannabis. L'aspect des macrophages alvéolaires chargés de lipides publiés avec

<sup>1</sup> WHO Report on the global tobacco epidemic 2019 Offer help to quit tobacco use [www.who.int/tobacco/global\\_report/en/](http://www.who.int/tobacco/global_report/en/)

<sup>2</sup> Eurobarometer 458 <https://ec.europa.eu/commission/justice/public-opinion/index.cfm/ResultDoc/download/DocumentKy/79003>



les premiers cas évoque l'inhalation de produits lipidi-ques. Les capsules de vitamine E contiennent souvent de l'huile de colza et la vitamine E a elle-même une structure de lipide.

En France, on conseille aux vapoteurs d'acheter des liquides en boutique qui respectent les normes Afnor et en tout cas, de ne jamais mettre de lipides dans les e-liquides. Interdire les e-cigarettes, car certains abrutis y mettent des produits huileux serait aussi stupide que d'interdire les machines à laver, car un abruti y a mis son chat ou interdire les voitures, car un autre abruti a mis de l'éther à la place de l'essence provoquant plusieurs décès. L'infime risque de mésusage doit être mis en regard des 700 000 fumeurs qui en 2018 avaient, selon Santé publique France, quitté le tabac avec l'e-cigarette.

n'arrivent pas à arrêter de fumer avec une vaporette classique ou avec une substitution nicotinique. L'aspect de ce produit, qui fait très peu de vapeur, est entièrement masqué dans la main lors de la prise et ne fait pas tousser, permet en effet de prendre plus de nicotine le matin ou dans les endroits où l'on ne peut fumer. Ce produit, surtout avec la concentration de nicotine plus faible en Europe, ne peut que rarement à lui seul compenser une consommation importante de tabac. Il est nettement plus cher que les e-cigarettes classiques à l'usage, car les pods de 0,7 ml sont au prix des flacons de 10 ml d'e-liquides. Mais ce produit n'est pas pour les non-fumeurs, en particulier les adolescents non-fumeurs réguliers.

### 3. Augmentation de taux d'usage de la cigarette électronique chez les *teenagers* aux États-Unis du fait des parfums et de l'émergence de la Juul ?

Les lycéens américains vapotent de plus en plus. Cette explosion du vapotage est attribuée à la diversité des parfums, que certains veulent interdire, et à la Juul<sup>3</sup> ignorant que dans le même temps les lycéens fument de moins en moins de tabac. Cette baisse est incompatible avec la théorie « *vape = porte d'entrée en tabagie* ». En effet, il n'y a plus que 5 % de fumeurs de cigarettes à la sortie du lycée aux États-Unis, ce qui est l'objectif de santé publique de la France pour initier des *générations sans tabac*: donc même chez les jeunes, la vape pourrait être considérée comme un concurrent efficace à l'initiation de la dépendance tabagique chez les adolescents qui veulent de toute façon prendre un produit.

En 2019, plus de 25 % des jeunes Américains utiliseraient régulièrement la cigarette électronique, avec un marché ultra dominé par la Juul<sup>®</sup>. Une start-up a développé et commercialisé en 2015 le produit, mais a été partiellement rachetée fin 2018 pour 14 milliards de dollars par le cigarettier Altria (Philip Morris).

La Juul<sup>®</sup> comprend un corps ressemblant à une clef USB qui contient batterie, régulateur de température et capteurs, mais pas de bouton, une cartouche (*pod*) qui contient un e-liquide contenant des sels de nicotine, du glycérol, du propylène glycol, de l'acide benzoïque et des arômes. Le sel de nicotine est une nicotine acidifiée par l'acide benzoïque afin de réduire le *throat hit* et faciliter l'inhalation de fortes concentrations de nicotine (50 mg/mg, soit 57 mg/ml aux États-Unis), mais en Europe la limite est de 20 mg/ml pour toutes les vapes.

La Juul<sup>®</sup> semble particulièrement efficace pour retirer les dernières cigarettes chez ceux qui

<sup>3</sup> cf. Swaps n° 90 - Juul arrive en France : une révolution ?