

LIBAN

## Blouses blanches contre fumée grise à l'HDF



### JOURNÉE MONDIALE SANS TABAC

Une journée de sensibilisation et d'information sur les dangers du tabagisme était organisée hier à l'Hôtel-Dieu de France par le Centre de sevrage du tabac.

Tony LE PENNEC | OLJ

01/06/2016

Cigarette, cigare, narguilé et même cigarette électronique... Hier, dans la cour extérieure de l'Hôtel-Dieu de France (HDF), chaque forme de tabagisme avait son stand de prévention attiré.

À l'occasion de la Journée mondiale sans tabac, fixée au 31 mai, le Centre de sevrage du tabac de l'HDF a organisé une journée de sensibilisation aux méfaits du tabac. Un événement qui est devenu une coutume depuis la fondation du centre en 2004. En effet, tous les ans à la même date, l'équipe du centre s'installe dans le hall de l'hôpital ou dans son parc où elle anime plusieurs ateliers et informe les visiteurs sur les risques liés aux différents moyens d'inhaler de la fumée.

Hier, c'est sur la pelouse de l'hôpital et sous un lourd soleil que les visiteurs pouvaient se faire mesurer le souffle pour détecter une éventuelle maladie chronique liée au tabac, notamment la broncho-pneumopathie chronique obstructive (BPCO), une maladie respiratoire chronique liée dans plus de 85 % des cas au tabagisme. Elle se caractérise par une obstruction permanente et progressive des voies aériennes qui se rétrécissent, entraînant un essoufflement qui devient plus important avec la progression de la maladie. La BPCO est également caractérisée par une toux et une expectoration chroniques.

*(Lire aussi : Le travail de fourmi de Lamsa face au tabagisme)*

### Le narguilé « particulièrement nocif »

De nombreux internes, en blouses blanches, participent à la journée de prévention. Devant le stand cigarette, Amer, en troisième année de résidence, explique : « La cigarette, la pipe et le narguilé contiennent tous des éléments toxiques et cancérigènes. Mais le narguilé est particulièrement nocif, à cause des substances ajoutées au tabac. » En effet, selon les spécialistes, le tabac de narguilé le plus consommé au Liban est le miellé. Celui-ci contient du sucre qui, lorsqu'il brûle, dégage une grande quantité de monoxyde de carbone.

Les Drs Mirna Waked, ancienne présidente de la Société libanaise de pneumologie (SLP), Zeina Aoun, présidente du comité de lutte antitabac de la SLP et directrice du Centre de sevrage de l'HDF, et Pascale Salameh, pharmacienne épidémiologiste, chercheuse et professeure des universités, avaient mené une étude en direct sur les fumeurs de narguilé et de cigarettes réunis dans un café, dans le cadre de laquelle le taux de CO dans le sang et le taux de nicotine contenu dans le crachat des personnes ont été mesurés en début et en fin de soirée. L'étude a montré que chez les fumeurs de cigarettes, le taux de CO a augmenté de 60 % une heure après la consommation des cigarettes. Chez les fumeurs de narguilé, il a augmenté de 300 %.

### S'occuper pour oublier de fumer

Ghada est venue voir son père à l'hôpital, et elle est passée par curiosité rencontrer les membres du Centre de sevrage du tabac. Si elle n'est pas fumeuse dans la vie de tous les jours, elle avoue se laisser tenter de temps à autre par un narguilé. « Je sais que c'est mauvais, je me dis souvent qu'il faudrait arrêter, confie-t-elle. Mais quand je suis au parc, avec mes amies, et qu'elles en consomment un, je faiblis. C'est plus fort que moi, je fume. »

Durant la matinée, il n'y a pas foule sur la pelouse de l'hôpital. Mais à partir de 11 heures, du renfort arrive. Quatre membres de l'ONG Cirqu'en ciel sont venus jongler sur l'herbe, attirant le regard des passants. « Quand on arrête de fumer, il faut trouver un substitut », explique Johnny Gerges, membre de l'association. « On est venu montrer que le sport peut très bien faire l'affaire, plutôt que les friandises », taquine-t-il en désignant le saladier de bonbon posé sur le stand d'à côté. Puis il se retourne pour interpeller les chalands.

Trois d'entre eux s'approchent pour échanger quelques mots avec le jeune homme au chapeau. « Je leur ai expliqué qu'ils fumaient de l'ammoniac. L'un d'entre eux a posé son paquet de cigarettes sur la table avant de partir », déclare-t-il, satisfait, en ajoutant avec un sourire qu'il espérait « en voir cinquante autres avant le soir ».

*(Lire aussi : [Le Liban compte le plus grand nombre de fumeurs dans la région](#))*

#### **Prendre conscience de la dangerosité du tabac**

Mais les Libanais ne sont pas encore nombreux à sauter le pas de l'arrêt définitif de la cigarette. « Étant donné le prix du paquet, parfois inférieur à un dollar, l'argument financier ne prend pas, souligne Carla Sarkis, psychologue au Centre de sevrage du tabac. Il faut donc que les fumeurs prennent vraiment conscience de la dangerosité du tabac pour souhaiter arrêter. »

« Nous recevons entre dix et quinze patients par mois », ajoute la Dr Zeina Aoun. « Ici, ils bénéficient d'un suivi à la fois psychologique, diététique et médical », précise sa collègue psychologue.

Mais malgré tout ce suivi, tous les patients n'arrivent pas à surmonter leur tabagisme. C'est le cas de Aïda, qui confie « avoir été prise en charge au centre pour une durée de six mois ». « J'avais réussi à baisser ma consommation à un paquet par jour, mais je suis remontée à deux paquets », ajoute-t-elle tout en se promenant entre les différents stands. « Je travaille beaucoup, douze à quatorze heures par jour. C'est très stressant », poursuit la directrice de banque, comme pour s'excuser.

Si la volonté d'arrêter le tabac n'est pas très répandue chez les fumeurs libanais, des progrès ont toutefois été effectués depuis douze ans. « Lors de la première journée de ce type, en 2004, les gens ne savaient même pas que le tabac était mauvais pour la santé », précise Zeina Aoun, consciente du chemin parcouru, mais aussi du travail qui doit être encore effectué dans ce cadre.

#### **Lire aussi**

[Broncho-pneumopathie : halte au tabagisme !](#)

[Chez les fumeurs de narguilé, le taux de monoxyde de carbone explose](#)

[Près de 35 % des jeunes Libanais sont de gros fumeurs !](#)

[RETOUR À LA PAGE "LIBAN"](#)