

## L "Le tabac tue un consommateur sur deux"

Dans l'hôpital bruxellois du Chirec, la Journée mondiale sans tabac qui a eu lieu vendredi était l'occasion de sensibiliser une fois de plus les visiteurs et les patients. Reportage.

Matilde Ancarani (St.)

Publié le 04-06-2024 à 10h23 - Mis à jour le 04-06-2024 à 11h41

Enregistrer



Le tabac continue de tuer une personne toutes les heures en Belgique.

13 Partages     

Ce vendredi, à l'occasion de la Journée mondiale sans tabac, l'atmosphère était imprégnée d'une énergie particulière dans les couloirs de l'hôpital bruxellois du Chirec. Des patients, mais aussi de simples passants, avaient l'occasion d'échanger avec le Dr Christophe Compère, chef du service de pneumologie et responsable de la clinique d'oncologie thoracique, et Anne Willot, infirmière tabacologue. L'occasion de les sensibiliser aux dangers du tabac et de les guider vers des solutions adaptées pour arrêter de fumer.

Outre un bilan physique permettant d'évaluer l'état de sa capacité respiratoire, Anne Willot préconise à ces visiteurs un entretien motivationnel. *"C'est une étape incontournable, explique-t-elle. On ne dit pas à quelqu'un d'arrêter de fumer, il faut que la personne soit motivée par sa propre motivation. Lorsque le cadre motivationnel est dégagé, on part sur des traitements cognitivo-comportementaux en lui demandant de s'interroger sur la façon dont la cigarette a pris cette place dans sa vie, par exemple. Mais ce ne sont pas des conseils tout faits, la personne vit cette situation d'une certaine manière. Il faut savoir s'adapter via la discussion et tenir compte de son histoire personnelle."*

Un patient n'est pas l'autre. Alors qu'un patient très cartésien aura tendance choisir des méthodes médicamenteuses – tels les substituts à la nicotine –, un autre se tournera plutôt vers des techniques alternatives comme l'acupuncture, les huiles essentielles, etc.

## Les dangers du tabac : un rappel nécessaire

À l'heure de la vapoteuse, est-il toujours aussi crucial de discuter des solutions contre le fléau du tabagisme en 2024 ? La réponse est oui, sans le moindre doute. Les chiffres, implacables, témoignent de l'urgence persistante de la situation. *“Le tabac tue un consommateur sur deux”*, insiste Anne Willot. À l'échelle mondiale, rappelle-t-elle, les trois pathologies les plus mortelles identifiées par l'Organisation Mondiale de la Santé sont des pathologies dues au tabac. *“Les pathologies cardio-vasculaires, puis la BPCO – la bronchopneumopathie chronique du fumeur – et ensuite le cancer du poumon. Ce sont trois types de pathologies clairement liées au tabac”*, détaille le Dr Christophe Compère.

### La BPCO : une menace grandissante

Ces rencontres sont aussi l'occasion de sensibiliser de façon plus concrète pour mieux comprendre les maladies dues au tabac et expliquer aux patients les risques qu'ils encourent. En soufflant dans un spiromètre, un visiteur découvre ainsi le niveau de sa capacité respiratoire, tandis qu'un capteur au bout de son doigt lui permet de connaître l'âge de ses artères. Un casque de réalité virtuelle, prioritairement destiné aux pneumologues, permet pour sa part de visualiser les conséquences du tabac sur les voies respiratoires avec des schémas très réalistes.

Une vidéo, réalisée elle aussi à l'aide de cet outil de réalité virtuelle, explique dans le détail les causes et conséquences de la *BPCO* dont souffrent aujourd'hui plus de 600 millions de personnes dans le monde. Cette maladie chronique, qui se manifeste par une inflammation très régulière des bronches, peut provoquer des formes d'essoufflement, entraînant une diminution du niveau d'activité des personnes qui en souffrent.

Pour poursuivre ces actions de prévention et de sensibilisation, le Chirec organise également un *bike challenge*, à l'occasion de la journée mondiale de la BPCO, le 21 novembre, où les patients, mais aussi les soignants, sont invités à pratiquer cette activité physique dans le cadre du traitement de la maladie.

Alors que le tabac continue de faire des ravages, le message est clair : arrêter de fumer est difficile, mais avec le bon soutien, c'est possible.

