

## La e-cigarette est-elle une aide efficace au sevrage tabagique ?

### Mots clés :

Administration par inhalation ; Nicotine Sevrage tabagique ; Tabagisme [Administration, Inhalation ; Nicotine ; Smoking ; Smoking Cessation]

L'idée d'utiliser la nicotine en inhalation pour aider au sevrage tabagique n'est pas nouvelle : des essais randomisés ont testé divers dispositifs dès les années 1990, avec quelque succès à court terme, mais sans effet significatif à 1 an<sup>1</sup>. La mise sur le marché de la « cigarette électronique » (eC) a remis cette hypothèse à l'ordre du jour, offrant aux fumeurs un produit manifestement plus attractif que les patchs conventionnels, comme le montre une récente étude qualitative à Boston (USA)<sup>2</sup>. Mais est-ce une aide au sevrage réellement efficace ? Une étude prospective pilote<sup>3</sup> et 2 essais randomisés<sup>4,5</sup> apportent des éléments de réponse à cette question, soulignant un aspect sous-jacent de la question : s'agirait-il d'une sorte de « renormalisation » de l'usage de la cigarette ?

### La eC modifie les habitudes tabagiques

L'étude pilote italienne a observé prospectivement 40 fumeurs réguliers (sans intention ni incitation au sevrage) expérimentant la eC (cartouches à 7,25 mg de nicotine)<sup>3</sup>. Le nombre de cigarettes fumées, le CO exhalé et les effets indésirables étaient évalués aux semaines 0, 4, 8, 12 et 24. A 24 semaines, 13 étaient passés de 25 à 6 cigarettes/j ( $p < 0,001$ ), 5 de 30 à 3 ( $p = 0,043$ ), 9 avaient cessé de fumer (dont 6 utilisaient toujours l'eC) ; 1 sur 3 ou 4 rapportaient une irritation buccale ou pharyngée et une toux sèche, disparaissant à 24 semaines. Avec 2 à 3 cartouches/j, ils avaient en fin d'étude substantiellement diminué leur consommation de cigarettes, avec une bonne perception et acceptation du dispositif, sans effets adverses significatifs.

### Efficacité (au mieux modeste) pour le sevrage

La même équipe italienne a réalisé ensuite l'essai randomisé ECLAT sur 12 mois chez 300 fumeurs (âge moyen 45 ans), également sans intention ni incitation au sevrage<sup>4</sup>. Ils étaient répartis en 3 groupes de 100 pour une intervention de 3 mois : A (cartouches de 7,2 mg de nicotine), B (cartouches de 7,2 mg les 6 1<sup>ères</sup> semaines, puis 5,4 mg) et C (cartouches sans nicotine). Ils étaient vus toutes les 2 semaines pendant l'intervention, puis à 6 mois et 1 an, avec le même protocole que dans l'étude pilote. La baisse des cigarettes quotidiennes et les taux de CO, observés dans les 3 groupes (y compris donc sans nicotine), ne diffèrent pas significativement d'un groupe à l'autre. La consommation de

tabac était réduite dans 22,3% des cas à 3 mois et 10,3% à 1 an, le sevrage obtenu dans 10,7% des cas à 3 mois et 8,7% à 1 an. L'acceptation du produit était satisfaisante, sans effets secondaires notables.

L'essai contrôlé Néo-Zélandais a comparé l'efficacité de la eC à celle des patchs chez 657 fumeurs souhaitant cesser de fumer, répartis en 3 groupes<sup>5</sup> : 289 avec eC avec nicotine, 295 avec patchs nicotiniques, 73 avec eC sans nicotine<sup>4</sup>. A 6 mois, 21 (7,3%) du 1<sup>er</sup> groupe, 17 (5,8%) du 2<sup>ème</sup> et 3 (4,1%) du 3<sup>ème</sup> avaient cessé de fumer, soit une différence de risques de 1,51 (-2,49 à +5,51) entre eC nicotine et patchs et 3,16 (-2,29 à +8,61) entre eC avec et sans nicotine, sans différence significative pour les effets indésirables. Par ailleurs, 57% du groupe eC nicotine et 41% du groupe patchs avaient réduit leur consommation de cigarettes de plus de moitié ( $p = 0,0002$ ). La eC était mieux perçue que le patch. Le taux d'abstinence obtenu étant sensiblement plus faible que prévu, la puissance statistique de l'étude était insuffisante pour conclure.

### Qu'en pensent les fumeurs ?

Le panel interrogé (9 hommes et 2 femmes) préfère la eC aux substituts nicotiniques ou à la varénicline pour 6 raisons : sensation très proche de la cigarette, identification comme « vapoteur » et non fumeur, au sein d'une vraie communauté, choix des composants et parfums, moindre consommation plutôt que sevrage, et moins d'effets secondaires qu'avec les autres méthodes de sevrage.

### Que conclure pour notre pratique ?

**La eC est-elle utile au sevrage tabagique ?** Elle peut effectivement aider quelques fumeurs à se passer de leur cigarette. Cela semble anecdotique au vu des résultats des essais randomisés. Ces données rappellent quelques éléments de réflexion essentiels : l'addiction tabagique ne se résume pas à une addiction pharmacologique à la nicotine ; il ne faut pas en oublier les aspects physiques, comportementaux et sociologiques.

**Une « autre manière de fumer », moins dangereuse que de « brûler » le tabac ?** Pour certains consommateurs invétérés, cela représente sans doute une réelle diminution du risque cardiovasculaire et cancérigène à long terme du tabagisme. L'étude qualitative, bien que difficilement transposable, souligne bien la difficulté de tous les sevrages : ils réussissent rarement sur l'argument exclusif d'interdit. Les « vapoteurs » interrogés préfèrent à l'addiction dont ils reconnaissent la dangerosité une alternative plus « sûre ». Cette « renormalisation » (cf Bibliomed 720), a priori moindre mal sanitaire, n'est toujours pas la solution miracle au sevrage tabagique...

### Références

- 1- Leischow SG et al. Efficacy of the nicotine inhaler as an adjunct to smoking cessation. *Am J Health Behav.* 1996;20:364-71. *Electronic Cigarette Fact Sheet.* July 2013.
- 2- Barbeau AM et al. Perceived efficacy of e-cigarettes versus nicotine replacement therapy among successful e-cigarette users: a qualitative approach. *Addiction Science & Clinical Practice.* 2013;8:5.
- 3- Polosa R et al. Effect of an electronic nicotine delivery device (e-Cigarette) on smoking reduction and cessation: a prospective 6-month pilot study. *BMC Public Health.* 2011;11:786.
- 4- Caponnetto P et al. Efficacy and safety of an eElectronic cigarette (ECLAT) as Tobacco Cigarettes Substitute: A Prospective 12-Month Randomized control Design Study. *PLoS ONE.* 8(6):e66317.
- 5- Bullen C et al. Electronic cigarettes for smoking cessation: a randomised controlled trial. *Lancet.* 2013; Published online September 7.