

31 mai : journée mondiale sans tabac

Le tabac tue chaque année en France 73 000 personnes et représente la première cause de mortalité évitable. L'édition 2018 de la journée mondiale sans tabac est marquée par une diminution historique du nombre de fumeurs quotidiens en France : un million en moins sur l'année 2017. Une nouvelle d'autant plus réjouissante que la Normandie fait partie des 2 régions qui affichent une baisse significative du tabagisme quotidien.

Les chiffres clés en Normandie

Responsable de 15 % des décès en Normandie, le tabac est la 1^{ère} cause de mortalité prématurée évitable, avec une surmortalité de +8 % par rapport à la moyenne nationale. 4 833 décès ont ainsi été recensés en moyenne chaque année sur la période 2011-2013.

En 2014, 30,8 % des normands (entre 15 et 75 ans) étaient fumeurs réguliers, chiffre significativement supérieur à la moyenne nationale (28,1 %).

Les chiffres de l'année 2017 révèlent une diminution importante pour la Normandie qui, avec 25,6 % de fumeurs quotidiens, se trouve désormais en-dessous de la moyenne nationale (26,1 %).

Faire baisser le tabagisme, c'est possible

L'ARS Normandie remercie tous ceux qui s'impliquent au dans cette mobilisation :

- tous les normands qui ont essayé d'arrêter de fumer ou aidé un proche dans cette tentative, qu'elle ait aboutie ou non : toutes les tentatives comptent et constituent une étape vers l'arrêt ;
- l'ensemble des acteurs de la prévention et de l'aide à l'arrêt du tabac qui se mobilisent au quotidien.

Restons mobilisés

Cette baisse ne doit pas faire oublier que le tabagisme reste le 1^{er} déterminant de santé des normands et un facteur majeur d'inégalité sociale de santé. Sa réduction constitue donc une priorité pour l'Agence régionale de santé. La réduction du tabagisme étant, par ailleurs, une priorité régionale inscrite dans le Projet régional de santé de Normandie.

Pour aider les normands à poursuivre dans cet élan, l'ARS Normandie soutient les acteurs régionaux, notamment dans le cadre du Plan régional de réduction du tabagisme et de l'opération « Moi(s) sans tabac » qui sera renouvelée en novembre 2018.

Contact presse ARS de Normandie

Sandrine Gautier T. 02 32 18 31 61 Port. 06 47 07 32 17
ars-normandie-communication@ars.sante.fr

Il n'est jamais trop tard pour arrêter et les bénéfices de l'arrêt du tabac interviennent presque immédiatement

• 24 heures après la dernière cigarette :	Le risque d'infarctus du myocarde diminue déjà. Les poumons commencent à éliminer le mucus et les résidus de fumée. Le corps ne contient plus de nicotine.
• 2 semaines à 3 mois après :	La toux et la fatigue diminuent. On récupère du souffle.
• 1 an après la dernière cigarette	Le risque d'infarctus du myocarde diminue de moitié. Le risque d'accident vasculaire cérébral rejoint celui d'un non-fumeur.
• 5 ans après la dernière cigarette :	Le risque de cancer du poumon diminue presque de moitié.
• 10 à 15 ans après la dernière cigarette	L'espérance de vie redevient identique à celle des personnes n'ayant jamais fumé.

Les dispositifs visant à encourager l'arrêt du tabac existent

Il existe plusieurs aides à l'arrêt du tabac, adaptées aux différents niveaux de dépendance. Ainsi, les 2/3 des personnes qui font une tentative d'arrêt en lien avec moi(s) sans tabac 2017 ont eu recours à une aide extérieure, les plus fréquentes étant le vapotage (32.8%), les traitements de substitution nicotinique (26.7%), les professionnels de santé (19.3%) et le site Tabac info service (22,0%).

L'accès à ces aides est aujourd'hui facilité par l'amélioration des conditions de remboursements des traitements de substitution nicotinique : les TSN vont passer du forfait (150 € par an) au remboursement classique (tiers payant), déjà effectif pour certains patchs et gommes.

Les dispositifs d'aide (coordonnées des consultations de tabacologie, application smartphone, aide en ligne...) sont accessibles sur le site internet de l'ARS Normandie et sur la plateforme « Tabac Info Service ».

Pour plus d'informations :

Site internet de l'ARS de Normandie <https://www.normandie.ars.sante.fr/>

Contact presse ARS de Normandie

Sandrine Gautier T. 02 32 18 31 61 Port. 06 47 07 32 17
ars-normandie-communication@ars.sante.fr

Les informations recueillies par le service communication font l'objet d'un traitement informatique destiné à la diffusion de communiqués de presse aux médias. Les données sont conservées tant que le média sollicite l'ARS. Conformément aux articles 39 et suivants de la loi n° 78-17 du 6 janvier 1978 modifiée en 2004 relative à l'informatique, aux fichiers et aux libertés, toute personne peut obtenir communication, rectification ou suppression des informations la concernant, en s'adressant au Correspondant Informatique et Libertés ⇨ ars-normandie-juridique@ars.sante.fr