

L'utilisation de la chicha s'étend notamment chez les jeunes. Elle masque la nocivité de sa fumée de tabac derrière le mythe d'une filtration par l'eau et avec l'ajout de saveurs sucrées. En réalité, elle est source de dépendance et d'entrée dans le tabagisme et elle est aussi toxique que la cigarette.

La chicha : engouement et nocivité

GÉRARD PEIFFER*
MICHEL UNDERNER**
JEAN PERRIOT***

* Service de pneumologie, CHR Metz-Thionville, Metz, France

** Centre hospitalier Henri-Laborit, Poitiers, France

*** Dispensaire Émile Roux, Clermont-Ferrand, France

peifferg@aol.com

mike.underner@orange.fr

jean.perriot@puy-de-dome.fr

La chicha, encore appelée narghilé, narguilé, water-pipe, ou hookah, devenue très populaire chez les adolescents et jeunes adultes en France, est « une pipe à eau ». Elle permet de fumer une préparation de tabac, aromatisée ou non, brûlée par des braises de charbon, la fumée produite est refroidie en passant à travers de l'eau, avant inhalation.¹

Un usage croissant

Selon l'Organisation mondiale de la santé, son usage concernerait plus de 100 millions de personnes dans le monde, principalement en Afrique, en Asie et au Moyen-Orient. En France, selon une enquête de « Paris sans tabac », la moitié des élèves de 16 ans ont déjà fumé la chicha (70 % à 18 ans) et 20 % des lycéens de 18 ans en usaient au moins une fois par mois.² En 2017, selon Santé publique France, 54,3 % des garçons et 45,4 % des filles l'avaient expérimenté ; toutefois ces chiffres sont en recul par rapport à 2014. Chez les jeunes en apprentissage ou sortis du système scolaire, comme au sein des catégories socioprofessionnelles favorisées, les niveaux de consommation sont nettement supérieurs.³ En 2018, 9,4 % déclaraient fumer la chicha, 4,1 % exclusivement.⁴ Les raisons de cet engouement sont très diverses :

aux effets de la mondialisation, du tourisme, des migrations, de la croyance que la chicha est moins addictive et toxique que la cigarette dans une période de lutte intensive

contre le tabac, s'ajoutent des raisons subjectives : la convivialité autour de l'usage d'un bel objet évocateur d'expérience sensorielle (mélasse sucrée et parfumée).

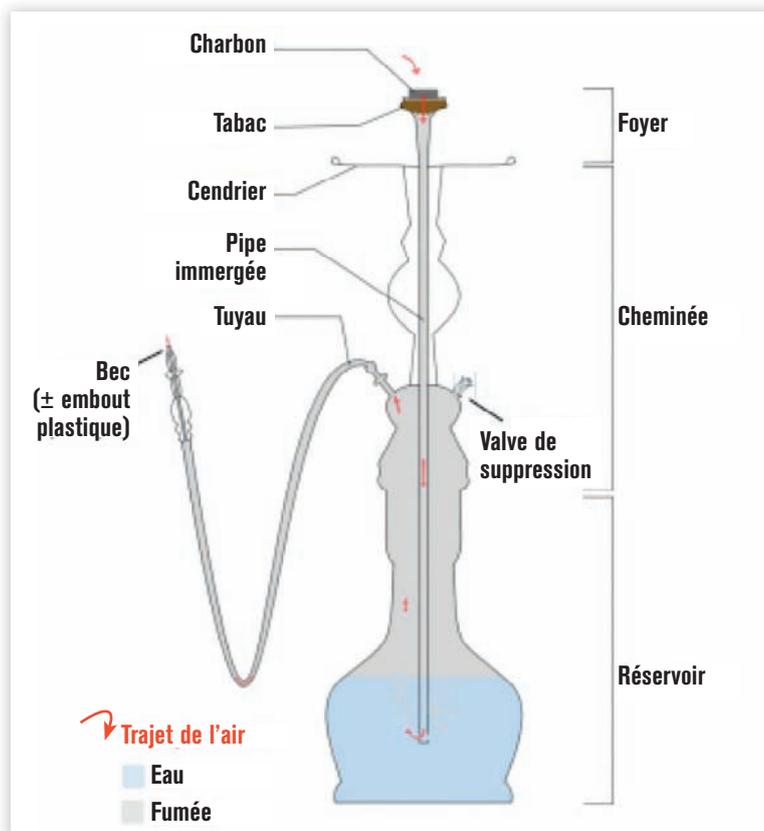


Figure. Fonctionnement d'une chicha ou pipe à eau.

MISE AU POINT CHICHA

G. Peiffer déclare des liens ponctuels avec Chiesi, GSK, Novartis Santé Familiale, Pierre Fabre Santé et Pfizer et avoir été pris en charge lors de congrès par la SPLF, Pierre Fabre Santé et Pfizer.

M. Underner déclare des liens ponctuels (travaux scientifiques, expertise, conférences...) et avoir été pris en charge lors de congrès avec les entreprises SFT, SPLF, Novartis Santé Familiale, Pierre Fabre Santé et Pfizer.

J. Perriot déclare des liens ponctuels (travaux scientifiques, expertise, conférences, prise en charge lors de congrès) avec SFT, SPLF, INCa, INRS, IRAAT, GSK, Novartis, Chiesi, Pfizer, Pierre Fabre Medical Care, Boehringer, 3M Pharma, Bioprojet, Mundipharma, AstraZeneca et Menarini.

COMPOSITION COMPARÉE DE LA FUMÉE DE CHICHA ET DE CIGARETTE

	Fumée de chicha	Fumée de cigarette
Nombres de bouffées	100-171	8-12
Volume de la bouffée (mL)	200 à 530	35
Durée de la bouffée (sec)	2,6 - 5	2
Intervalle entre les bouffées (sec)	17-60	
Goudrons (mg)	84-802	1-27
Nicotine (mg)	2,25-2,96	0,1-2
Monoxyde de carbone (mg)	145	1-22
Formaldéhyde (µg)	36-360	20-100
Fluranthracène	221	9-99
Métaux lourds (ng)		
Béryllium	65	0,5
Nickel	990	0-600
Cobalt	70	0,13-0,2
Chrome	1 340	4-70
Arsenic	165	40-120
Plomb	6 870	34-85

Tableau 1. D'après la réf. 1

ÉQUIVALENCE ENTRE LA CHICHA ET LA CIGARETTE

Une séance de chicha d'environ 45 min équivaut à	
Nicotine	1,5 cigarette
Monoxyde de carbone (CO)	20 cigarettes
Goudrons	26 cigarettes
Volume de fumée inhalée	40 cigarettes

Tableau 2.

Un effet multiplicateur sur les substances inhalées

L'usage de la chicha s'accompagne de 150 à 200 aspirations de 2 à 3 secondes chacune, d'un volume moyen d'environ 500 mL (v. figure). Une session de chicha dure en moyenne de 45 à 60 minutes pour un volume total de fumée inhalée de 40 à 100 L.

Les substances inhalées sont les mêmes que celles contenues dans la fumée des cigarettes. Toutefois les taux de nicotine, de goudrons, et de monoxyde de carbone (CO), sont plus élevés. Un gramme de tabac à chicha

libère entre 24 et 80 mg de goudrons (une cigarette en libère 10 mg) ; à la fin d'une séance de chicha, le taux de CO expiré est équivalent à celui observé après la consommation de 30 à 40 cigarettes (tableaux 1 et 2) ; le passage de la fumée dans l'eau ne réduit donc pas la toxicité de la fumée inhalée.

Les effets de la cigarette et d'autres aussi...

La chicha contient de la nicotine et son usage induit une dépendance ; la fumée est pour sa part à l'origine

d'effets toxiques.⁵ Les effets aigus sont rapportés dans le tableau 3. À plus long terme, les substances cancérigènes présentes dans la fumée peuvent entraîner le développement de cancers (poumon, cavité buccale, vessie, estomac). Des maladies infectieuses sont favorisées par le partage du tuyau de la chicha : infections pulmonaires (aspergilliose, tuberculose) ou virales (herpès, oreillons, voire Sars-CoV-2) conduisant à conseiller l'usage d'embouts personnels. La consommation régulière durant la grossesse est incriminée dans la diminution du poids de naissance des nouveau-nés. Les risques cardiovasculaires paraissent similaires à ceux occasionnés par la cigarette ; ainsi, après 30 minutes de fumage de chicha, la fréquence cardiaque et la pression artérielle augmentent significativement, de même que s'accroît le risque d'accident vasculaire cérébral chez l'utilisateur régulier.⁶ La chicha entraîne le développement d'un stress oxydant et d'une inflammation de la sphère respiratoire à l'origine de dyspnée ou sibilances de survenue parfois précoce. Les mesures du souffle identifient le plus souvent un trouble obstructif touchant les voies aériennes distales. Enfin, les fumeurs exclusifs de chicha ont une qualité de vie diminuée.

Risque environnemental

Des taux de CO de 25 à 75 ppm sont retrouvés dans les bars à chicha associés à la présence d'un nombre élevé de particules (PM_{2,5}), favorisé par l'atmosphère confinée des lieux ; des cas d'intoxication au CO affectant le personnel des bars, ont été rapportés requérant la mise en caisson hyperbare.⁷

Un mode d'entrée dans le tabagisme

L'initiation à la cigarette paraît plus fréquente chez les utilisateurs initiaux de chicha (odds ratio : 2,54 ; intervalle de confiance à 95 % : 1,60-4,02), ce qui soutiendrait la théorie

