



- Page d'Accueil
- Qui sommes-nous ?
- FACTEURS DE RISQUE
 - Hypertension Artérielle
 - Diabète
 - Fibrillation Auriculaire
 - Cholestérol
 - Inactivité Physique
 - Alimentation mal-adaptée
 - Alcool
 - Obésité
 - le Tabagisme
 - Stress et Dépression
- RESSOURCES
 - Vidéos
 - Blog
 - Podcast
 - Liens utiles
 - Lecture complémentaire
 - Communiqués de Presse

- Nouvelles
-  Français
 -  English
 -  Português
 -  Русский
 -  Español
 -  Français
 -  Polski

- CONTACT

DONATE

8 faits à connaître sur l'AVC et le tabagisme



Le tabac augmente non seulement le risque d'avoir des problèmes de santé, comme les maladies cardiaques et l'encrassement des artères, mais il favorise

également l'AVC. Cependant, bien d'autres facteurs peuvent affecter les patients, comme l'impuissance ou la situation financière. Voici quelques faits fascinants à connaître sur le tabagisme et l'AVC...

1. Plus on fume, plus le risque est élevé

Le saviez-vous ? Il existe une relation entre la quantité de cigarettes fumées et le risque d'AVC. Si on fume 20 cigarettes par jour on a six fois plus de risque de faire un AVC qu'un non-fumeur (1), et toutes les cinq cigarettes fumées augmentent le risque de 12 % (2). Arrêter de fumer réduit considérablement ces statistiques, et la santé s'améliore à chaque année non fumée. Après quinze ans, le risque de faire un AVC est à peu près le même que chez quelqu'un qui n'a jamais fumé.

2. En fumant, on multiplie par deux les possibilités de décéder d'un AVC

Le risque de mourir d'un AVC varie considérablement en fonction du lieu où l'on vit en Europe, en partie à cause des grandes différences qui existent d'un pays à l'autre concernant la prise en charge de l'AVC (3). Indépendamment de cela, des études montrent que les personnes qui choisissent de fumer courent deux fois plus de risques de faire un AVC que celles qui ne fument pas, et un risque deux fois supérieur d'en mourir (4).

3. Le tabagisme tue plus de 8 millions de personnes dans le monde

Selon l'Organisation Mondiale de la Santé, près de 8 millions de personnes dans le monde meurent de maladies liées au tabagisme, et d'AVC, dont 1,2 million environ sont des fumeurs passifs (4). Heureusement le taux de mortalité en Europe a considérablement diminué au cours des dernières années, mais le nombre de personnes handicapées à la suite d'un AVC, continue de poser un grave problème.

4. Plus de 80 % de la population des pays à revenus faible ou intermédiaire fume

Quel que soit l'endroit dans le monde, la prévalence du tabagisme semble être plus élevée chez les personnes à faible revenu. Plus de 80 % des 1,3 millions de fumeurs vivent dans un pays à revenus faible ou intermédiaire, dans lesquels la charge de travail du personnel de santé est plus importante concernant les maladies liées au tabac. Ici, le tabagisme est une cause de pauvreté parce que les gens se privent de besoins essentiels, comme la nourriture et un abri, pour satisfaire leur habitude (4).

5. Le risque d'AVC est plus important chez les fumeurs passifs

Le seul fait d'être exposé au tabac chez soi ou au travail peut constituer un facteur de risque d'AVC. Vingt-cinq à trente pour cent des non-fumeurs qui respirent la fumée ont plus de risques de développer une maladie cardiaque, et 25 à 30 % des fumeurs passifs peuvent être affectés. Chaque année 8 000 fumeurs passifs meurent (5).

6. Le tabac contient plus de 7 000 produits chimiques différents.

Nous avons tous vu ces images horribles de poumons encrassés de goudron. Eh bien, imaginez l'effet de ce tabac toxique sur le cerveau. La fumée du tabac contient plus de 4 000 produits chimiques différents, notamment des métaux lourds et d'autres toxines, qui favorisent le développement de radicaux libres. Au fil du temps, cela peut provoquer une inflammation du cerveau et conduire à un AVC (6).

7. On estime que le coût des AVC atteindra 86 billions d'euros d'ici à 2040

La recherche indique que si les choses ne changent pas, plus de 8 millions de personnes par an mourront de maladies liées au tabagisme d'ici à 2030. Avec le coût total des AVC en Europe estimé à 60 billions d'euros en 2017, imaginez la

mesure dans laquelle le budget de santé pourrait être réduit si chaque personne arrêta de fumer (7).

8. Fumer fait partie des 10 facteurs modifiables

Fumer est la cause de 90 % des AVC. Aux côtés d'une mauvaise alimentation, de l'hypertension artérielle, de l'obésité, du diabète, de l'absence d'activité physique, d'une consommation excessive d'alcool, d'un taux élevé de cholestérol, des maladies cardiaques et de la dépression, le tabagisme est l'un des dix facteurs de risque associés à l'AVC. La bonne nouvelle est que l'on peut changer toutes ces choses. En arrêtant de fumer, chacun de nous réduit le risque de faire un AVC (8).

Références :

1. https://www.stroke.org.uk/sites/default/files/smoking_and_the_risk_of_stroke.pdf.
2. Pan, Biqi BSc; Jin, Xiao PhD; Jun, Liu MDC; Qiu, Shaohong MDa; Zheng, Qiuping BSc; Pan, Mingwo PhD,* The relationship between smoking and stroke: A meta-analysis. March 2019 - Volume 98 - Issue 12 - p e14872 doi: 10.1097/MD.00000000000014872.
3. https://www.stroke.org.uk/what-is-stroke/what-can-i-do-to-reduce-my-risk/stop-smoking?gclid=CjwKCAjw-8nbBRBnEiwAqWt1zSp6hIexSmh9Eq2GaKs2t9t641T7X2bo60aQLOUHUGv2UVL4wMaAThOC7hcQAvD_BwE [Accessed August 2018].
4. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/tobacco>. 26 July 2021.
5. <https://www.cdc.gov/tobacco/campaign/tips/diseases/heart-disease-stroke.html>.
6. <https://www.cancer.gov/about-cancer/causes-prevention/risk/tobacco/cessation-fact-sheet>.
7. https://www.cdc.gov/tobacco/data_statistics/fact_sheets/fast_facts/index.htm.
8. Xianwei Zeng, Aijun Deng, Yi Ding. The INTERSTROKE study on risk factors for stroke. *Lancet*. Jan 7 2017;389 (10064):35. DOI: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(16\)32620-4](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(16)32620-4).

Mis à jour en Février 2022

Prochaine révision 2024

Développé par



SAFE conserve le plein contrôle éditorial sur le contenu de ce site.

Soutenu par une Subvention Educative de



Liens

- [Conditions d'Utilisation](#)
- [Politique de confidentialité](#)
- [Politique de Cookies](#)
- [Contact](#)

- [Facebook](#)
- [X](#)
- [RSS](#)