

Facteurs prédictifs de l'efficacité de l'acupuncture dans le sevrage tabagique chez le coronarien : étude prospective a propos de 25 patients

Predictors of the effectiveness of acupuncture in smoking cessation in coronary patients: a prospective study of 25 patients

Sofien Zayed, Rami Tlili, Fares Azaiez, Lilia Bouhaed, Ahmed Laater, Youssef Ben Ameur

CHU Mongi Slim La Marsa Tunis, Tunisie / Université de Tunis El Manar/ Faculté de médecine de Tunis,

RÉSUMÉ

Introduction : Le sevrage tabagique doit faire partie des mesures prioritaires chez les fumeurs notamment les coronariens.

Objectif : Étudier la place et l'efficacité de l'acupuncture dans le sevrage tabagique chez le coronarien.

Méthodes : Nous avons mené une étude ouverte, prospective incluant 25 fumeurs coronariens traités par acupuncture sur une période de 10 mois, de juin 2017 à mars 2018. Un protocole de 2 séances par semaine pendant trois à cinq semaines avec arrêt de celui-ci en cas de réponse positive. Afin d'évaluer l'efficacité de l'acupuncture, un questionnaire a été rempli pendant la cure, à trois et six mois après la fin des séances. La réponse positive a été définie par l'arrêt total de la consommation de tabac.

Résultats : Nous avons inclus 25 patients coronariens tabagiques. L'âge moyen était de 55,5 ans (33 à 77 ans), Le sexe ratio était de 1,5 avec une prédominance masculine. La consommation moyenne de cigarettes était de 22.7 paquets-années. Les résultats de notre étude ont montré que l'acupuncture permet des la première séance le sevrage de 5 fumeurs (20%). Après la cinquième séance 60 % de nos patients ont arrêté de fumer. A la fin de la cure, 17 fumeurs (70%) ont arrêté complètement de fumer. A 3 et à 6 mois de la cure, nous avons observé une stabilisation des taux d'arrêt et de diminution de la consommation de tabac.

Conclusion : Le sevrage tabagique est difficile à obtenir quel que soit la méthode thérapeutique utilisée ce qui nous incite à renforcer les mesures préventives.

Mots-clés

Tabagisme, Sevrage tabagique, Médecine traditionnelle chinoise, Acupuncture

SUMMARY

Background: Smoking cessation should be a priority for smokers, especially coronary patients.

Aim: To study the place and effectiveness of acupuncture in smoking cessation in coronary patients.

Methods: We conducted a prospective open-label study of 25 coronary smokers treated by acupuncture over a 10-month period, from June 2017 to March 2018. A 2-session protocol acupuncture weekly for three to five weeks, with a positive response. In order to evaluate the effectiveness of acupuncture, a questionnaire was completed by the doctor during the treatment, at three and six months after the end of the sessions. Positive response was defined by total cessation of smoking.

Results: The average age of our patients was 55.5 years (33 to 77 years). The sex ratio of our population was 1.5 with a male predominance. All our patients had a coronary history. The average cigarette consumption was 22.7 pack-years on average. The results of our study showed that acupuncture allows the withdrawal of 5 smokers (20%) from the first session. After the fifth session, 60% of our patients stopped smoking. At the end of the treatment, 17 smokers (70%) stopped smoking completely. At 3 and 6 months of treatment, we observed a stabilization of smoking cessation and decrease rates.

Conclusion: Smoking cessation is difficult to obtain whatever the therapeutic method used, which encourages us to strengthen preventive measures,

Key-words

Smoking, Smoking cessation, Traditional chinese medicine, Acupuncture

INTRODUCTION

Le tabagisme est un problème majeur de santé publique. Il est responsable d'un décès cardiovasculaire sur 10 dans le monde et représente la première cause évitable de mortalité cardiovasculaire [1]. En Tunisie, 30.4% des citoyens sont tabagiques; dont la plupart se trouvent en milieu rural et sont les moins instruits [2]. Le tabagisme tue plus de 4500 tunisiens chaque année dont 3050 par des maladies cardiovasculaires [2]. Le sevrage tabagique doit faire partie des mesures prioritaires chez les fumeurs notamment les coronariens, avec la mise en place d'un traitement efficace de la dépendance.

L'acupuncture a été utilisée avec succès dans les années 70 pour traiter les signes de manque d'une toxicomanie à l'opium [3]. Puisqu'arrêter de fumer engendre un syndrome de manque similaire, il est intéressant de tester cette méthode chinoise dans la prise en charge des fumeurs.

MÉTHODES

Notre étude est ouverte et prospective, incluant 25 fumeurs coronariens traités par acupuncture sur une période de 10 mois, de juin 2017 à mars 2018. Nous avons réalisé un questionnaire quant à l'inclusion des patients recueillant des données épidémiologiques et cliniques. Un protocole de 2 séances d'acupuncture par semaine pendant trois à cinq semaines a été établi avec l'arrêt de la procédure en cas de réponse positive.

À chaque visite, et afin d'évaluer l'efficacité de l'acupuncture et le retentissement général du sevrage tabagique, un questionnaire a été rempli par le médecin. Les paramètres évalués étaient le nombre de cigarettes fumées par jour, le degré de dépendance tabagique et les manifestations associées au tabagisme.

Trois mois puis six mois après la fin des séances, ce même questionnaire a été rempli suite à un contact téléphonique. La réponse positive a été définie par l'arrêt total de la consommation de tabac.

Nous avons évalué le pourcentage global de satisfaction à la fin du traitement.

Les patients ont été répartis en 4 groupes selon leur degré de satisfaction.

RÉSULTATS

Nous avons inclus 25 patients coronariens tabagiques. L'âge moyen de nos patients était de 55,5 ans (33 à 77 ans) dont 48% âgés de plus de 60 ans. Il s'agissait de 15 hommes (60.0%) et 10 femmes (40.0%). Notre échantillon se composait de 68% de population active, 8% de femmes au foyer et 24% de retraités. Cinquante-deux pour cent de nos patients avaient un niveau d'instruction secondaire ou supérieur. Tous nos patients avaient un antécédent coronarien dont 72% avaient présenté un angor stable, 16% ont bénéficié d'une angioplastie coronaire et 12% ont eu un pontage aorto-coronarien. La consommation moyenne de cigarettes était de 14.6 cigarettes/jour (5 à 30 cigarettes/jour) pendant une durée moyenne de 32.4 ans (13 à 50 ans). Le tabagisme était estimé à 22.7 paquets-années en moyenne (7 à 47 paquets-année). Tous nos patients avaient tenté d'arrêter de fumer au moins une fois. Le degré de la dépendance a été calculé selon le score de Fagerström. (Figure 1) : tous nos patients étaient dépendants à la nicotine, 44% étaient moyennement à fortement dépendants et 56% étaient très fortement dépendants à la nicotine. Nous avons évalué la motivation à l'arrêt de la consommation de tabac selon le questionnaire Q-MAT (Figure 2) : 44% étaient très motivés, 44% aussi avaient une motivation moyenne et 12% une motivation insuffisante. Les résultats de notre étude ont montré que l'acupuncture permet dès la première séance le sevrage de 5 fumeurs soit 20 % de notre population. Après la cinquième séance 60 % de nos patients ont arrêté de fumer et à la fin de la cure, 17 fumeurs (70%) ont arrêté complètement de fumer (Figure 3).

À 3 mois et à 6 mois de la cure, nous avons observé une stabilisation des taux d'arrêt et de diminution de la consommation de tabac ainsi qu'un amendement quasi-total des signes d'irritabilité, de dépression et de boulimie. Pour les sujets d'âge supérieur à 55 ans, 75 % ont cessé de fumer. Sur les 15 hommes traités par acupuncture, 60% ont arrêté de fumer alors que pour les 10 femmes traitées, 80% ont été sevrées. On note que les patients qui étaient très motivés, ont tous arrêté de fumer soit un taux de succès de 100 %. Pour les patients dont la motivation était moyenne, 45 % ont arrêté de fumer et seulement 33% des patients non motivés ont cessé de fumer. On ce qui concerne la dépendance, on note que parmi les patients moyennement dépendants, 72% des patients ont

répondu à l'acupuncture, alors que le sevrage tabagique était à 64% chez les fumeurs très dépendants. (Tableau 1)

Test Q-MAT

Pour évaluer la motivation à l'arrêt du ta

1. Pensez-vous que dans six :

- Vous fumerez toujours autant ?
0
- Vous aurez diminué un peu votre consommation de cigarettes ?
2
- Vous aurez beaucoup diminué votre consommation de cigarettes ?
4
- Vous aurez arrêté de fumer ?
8

2. Avez-vous, actuellement, envie d'arrêter de fumer ?

- Pas du tout
0
- Un peu
1
- Beaucoup
2
- Enormément
3

3. Pensez-vous que dans quatre semaines :

- Vous fumerez toujours autant ?
0
- Vous aurez diminué un peu votre consommation de cigarettes ?
2
- Vous aurez beaucoup diminué votre consommation de cigarettes ?
4
- Vous aurez arrêté de fumer ?
6

4. Vous arrive-t-il de ne pas être content(e) de fumer ?

- Jamais
0
- Quelquefois
1
- Souvent
2
- Très souvent
3

Résultats

Moins de 6 points : Motivation insuffisante
De 6 à 12 points : Motivation moyenne
Plus de 12 points : Forte ou très forte motivation

Test de Fagerström (complet)

1. Le matin, combien de temps après vous être réveillé fumez-vous votre première cigarette ?

- Dans les 5 minutes	3
- 6 à 30 minutes	2
- 31 à 60 minutes	1
- Plus de 60 minutes	0

2. Trouvez-vous qu'il est difficile de vous abstenir de fumer dans les endroits où c'est interdit (par exemple cinémas, bibliothèques) ?

- Oui	1
- Non	0

3. A quelle cigarette renoncerez-vous le plus difficilement ?

- A la première de la journée	1
- A une autre	0

4. Combien de cigarettes fumez-vous par jour, en moyenne ?

- 10 ou moins	0
- 11 à 20	1
- 21 à 30	2
- 31 ou plus	3

5. Fumez-vous à intervalles plus rapprochés durant les premières heures de la matinée que durant le reste de la journée ?

- Oui	1
- Non	0

6. Fumez-vous lorsque vous êtes malades au point de rester au lit presque toute la journée ?

- Oui	1
- Non	0

Interprétation : Dépendance :

Très faible	0-2
Faible	3-4
Moyenne	5
Forte	6-7
Très forte	8-10

Tableau 1 : resultats de l'efficacite de l'acupuncture dans le sevrage tabagique**Efficacité de l'acupuncture selon les tranches d'âge**

26 a 35 ans 1 patient (100%)

36 a 45 ans 3 patients (50%)

46 a 55 ans 4 patients (66%)

56 ans et plus 9 patients (75%)

Efficacité de l'acupuncture selon le genre

Hommes 9 patients (60%)

Femmes 10 patientes (80%)

Efficacité selon la durée de consommation

10-20 ans : 1 fumeur (33 %)

20-30 ans : 5 fumeurs (82 %)

30-40 ans : 5 fumeurs (83 %)

40-50 ans : 5 fumeurs (62 %)

50-60 ans : 1 fumeur (100 %)

Efficacité selon la motivation

tres motivés 100%

Motivation moyenne 5 patients (45%) ont arrêté de fumer

4 ont diminué leur consommation de plus de 80%

non motivés 1 patiente a arrêté de fumer (33%).

Efficacité selon la dépendance

moyennement dépendants 8 fumeurs (72 %)

tres dépendants 9 fumeurs (64%)

DISCUSSION

Les résultats de notre étude montrent que l'acupuncture permet, dès la première séance, le sevrage de 20% de nos patients et atteint 60% après la cinquième séance. À la fin de la cure, le pourcentage de ces patients se stabilise à 70%. Des études antérieures réalisées sur le même sujet présentent des résultats similaires : Réquena Y et al. en 1976 ont démontré que 70% des individus approchés, sur un total de 1353 fumeurs, arrêtaient de fumer après une ou deux séances d'acupuncture réalisées à une semaine d'intervalle. Cette étude, réalisée en milieu hospitalier à Marseille a également démontré qu'après 3 mois, le pourcentage des patients qui ont cessé complètement de fumer se stabilisait à 60%. [4] Poupy J L en 1976, a noté un taux de succès de 77% au sein d'un échantillon de 350 fumeurs [5]. Lacroix JC a montré que l'arrêt de consommation de tabac après deux semaines sur un

échantillon de 61 fumeurs traités par acupuncture atteint 73,77 % contre 28,57 % dans un groupe témoins [6]. Cet essai comparatif a été complété ultérieurement par une autre étude. Celle-ci englobait 153 fumeurs : un taux de succès a été trouvé chez 86 fumeurs (60,13 %) après 5 semaines, sur un échantillon exploitable de 143 personnes [7]. Besse, dans une autre étude réalisée en 1976 a trouvé un taux de succès de 65%, 6 mois après la cure d'acupuncture [8].

Dans notre étude l'efficacité de l'acupuncture était meilleure chez les sujets âgés. Ceci s'explique par leur antécédent coronarien et leur volonté de guérir. Des recherches menées en Corée [9] ont conclu que les personnes qui cessaient de fumer avaient plus de 65 ans et ayant des comorbidités associées, de sorte que leur taux de succès pour cesser de fumer étaient plus élevés. Dans l'étude de Réquena, c'est la tranche d'âge [36-45 ans] qui détient le taux le plus élevé de succès de sevrage tabagique. Pour lui cette tranche d'âge représente l'âge de raison car le sujet commence à ressentir les premiers méfaits du tabac et est encore assez jeune pour espérer vivre longtemps et en bonne santé [10]. Plusieurs études [4,6,8] dans la littérature ont conclu que les femmes arrêtaient de fumer plus difficilement que les hommes par l'acupuncture. Différentes hypothèses ont été avancées : d'abord la femme est faiblement intoxiquée et ne ressent donc pas les premiers méfaits du tabac sur l'organisme. En plus elle inhale moins la fumée. L'intoxication tabagique de la femme serait donc beaucoup plus une question de gestuelle et de plaisir intellectuel qu'un réel besoin physique de drogue. Ceci expliquerait pourquoi l'acupuncture, qui supprime le besoin, ait moins d'action sur les fumeurs féminins. D'autre part le caractère psychoaffectif de la femme rend compte de la difficulté de se séparer de la compagnie de la cigarette [4]. Mais d'après l'OMS, tout ceci est en train de changer, car les femmes fument de plus en plus et même les plus jeunes, ce qui concorde avec notre étude devant la réussite du sevrage chez 80% des femmes.

le niveau de motivation semble prédictif pour l'arrêt du tabac dans la population étudiée alors cela est moins net dans la littérature. Ce constat a été rapporté par Réquena [4] et d'autres études [11,12] ont conclu que la cessation du tabagisme est favorisée par la motivation, mais la motivation varie d'une personne à l'autre. Quelqu'un peut cesser de fumer en raison de problèmes de santé,

économiques, familiales ou professionnelles. Il est donc peu probable que la motivation soit un prédicteur, ce qui est en accord avec d'autres recherches [13]. Selon notre étude, il n'y avait pas d'influence réelle de la dépendance sur l'efficacité de l'acupuncture, comme c'était le cas pour Réquena [4]. Différentes études [14,15], ont estimé que les personnes qui cessent de fumer avec une plus importante dépendance auraient besoin d'un traitement individuel plus intensif pour arrêter la consommation de tabac.

Les limites de l'étude :

Le faible effectif de la population étudiée (25 patients).
Le résultat du sevrage tabagique était basé sur l'auto déclaration sans Vérification biochimique.

CONCLUSION

L'acupuncture est une méthode qui a prouvé son efficacité dans le sevrage tabagique. Chez le coronarien fumeur, l'arrêt de la consommation de tabac est impératif. Cependant, le contexte de sevrage tabagique après un syndrome coronarien aigu est bien particulier, et sans suivi spécifique, la moitié des patients fumeurs auront repris leur tabagisme dans les six mois. Dans notre étude à 3 et 6 mois d'une cure d'acupuncture, on a observé une stabilisation des taux d'arrêt ainsi que la diminution de la quantité du tabac. Il en est de même pour le degré de dépendance et les manifestations associées au tabagisme. Le sexe masculin, l'âge avancé, la motivation et le degré de dépendance peuvent être des facteurs prédictifs de succès de l'arrêt de la consommation de tabac,

RÉFÉRENCES

1. Ezzati M, Henley SJ, Thun MJ, Lopez AD. Role of smoking in global and regional cardiovascular mortality. *Circulation*. 2005; 112(4):489-97.
2. Fakhfakh R, Hsairi M, Maalej M, Achour N. tabagisme en tunisie: comportement et connaissances. *Organisation mondiale de la santé, recueils d'articles*. 2002;80:350-6.
3. Wen HL, Cheung SYC. Treatment of drug addiction by acupuncture and electrical stimulation. *Asian J Med*. 1973; 9:138-41.
4. Réquena Y, Faubre NJ, Pernicio NC, Michel D et Nguyen J. Smoking withdrawal therapy by acupuncture. *American journal of acupuncture*. 1980;8(1) :57-63.
5. Poupy JL. Premières conclusions à propos du traitement antitabagique par acupuncture en consultation hospitalière. *Revue Française d'Acupuncture*.1976;8:31.

6. Lacroix et Besançon. Le sevrage du tabac, efficacité de l'acupuncture dans un essai comparatif. *Revue Française d'Acupuncture*. 1976;8:21-30.
7. Lacroix JC F. le sevrage du tabac par l'acupuncture. *Revue Française d'Acupuncture*. 1978;13:21-5.
8. Besse J. apport de l'Acupuncture dans la désintoxication du tabagisme. *Méridiens*. 1976 ;35 : 153-61.
9. Kim YJ. Predictors for successful smoking cessation in Korean adults. *Asian Nursing Research*. 2014;8(1):1-7.
10. Doll R, Hill AB. Smoking and carcinoma of the lung ; preliminary report. *Br Med J* 1950;2(4682):739-48.
11. Curry S, Wagner EH, Grothaus LC. Intrinsic and extrinsic motivation for smoking cessation. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 1990; 58(3):310-16.
12. Almogbel YS, Abughosh SM, Almogbel FS, ALhaidar IA, Sansgiry SS. Predictors of smoking among male college students in Saudi Arabia. *Eastern Mediterranean Health Journal*. 2013;19(11):909-14.
13. Norregaard J, Tonnesen P, Petersen L. Predictors and reasons for relapse in smoking cessation with nicotine and placebo patches. *Preventive Medicine*. 1993; 22(2):261-71.
14. Curry SJ, Grothaus L, McBride CM. reasons for quitting: intrinsic and extrinsic motivation for smoking cessation in a population-based sample of smokers. *Addictive Behaviors*. 1997; 22(6):727-39.
15. Ryan RM, Deci EL. Self-determination theory and facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*. 2000; 55(1):68-78.