



# FACTSHEET

## E-CIGARETTES

### QU'EST-CE QUE C'EST?

Les cigarettes et chichas électroniques existent en Suisse depuis environ 2005 en différentes formes et couleurs. Les cigarettes électroniques (ou e-cigarettes) sont en général destinées à un usage répété, alors que les chichas électroniques (ou e-chichas) sont à usage unique. Par leur aspect, certains de ces produits sont très semblables aux cigarettes traditionnelles, d'autres – en particulier les chichas électroniques – , souvent multicolores, ressemblent à s'y méprendre à des stylos à bille. Les cigarettes et chichas électroniques fonctionnent selon le même principe. Elles sont constituées d'un embout buccal, d'un accumulateur rechargeable, d'un vaporisateur et d'une cartouche. La cartouche contient un liquide composé d'un mélange d'eau, de solvants et d'arômes. Le liquide, qui se transforme en vapeur qu'on inhale en aspirant par l'embout buccal ou en appuyant sur un bouton, imite la fumée d'une cigarette normale. Il existe une grande variété d'arômes, avec ou sans nicotine.<sup>[1][2]</sup>

### LES LIQUIDES

La substance de base du liquide, le propylène glycol, entre dans la fabrication de nombreux produits, notamment dans celle du tabac, servant d'humectant destiné à empêcher le dessèchement des cigarettes. Le théâtre, la télévision et les discothèques utilisent également du propylène glycol pour produire de la fumée ou de la brume artificielles. Dans les cigarettes électroniques, il peut être complété ou remplacé par de la glycérine facilement soluble.<sup>[3][4]</sup>

Chauffé et sous forme de gaz, c'est-à-dire quand il est inhalé comme c'est le cas pour les cigarettes électroniques, le propylène glycol peut fortement irriter les voies respiratoires. Toux sèche, inflammation de la bouche et de la gorge, nausées et vertiges sont les effets secondaires possibles mentionnés dans les études. Une partie des arômes ajoutés peuvent par ailleurs provoquer des réactions allergiques. Les répercussions sur la santé d'une utilisation répétée et durable des cigarettes électroniques sont encore mal connues à ce jour.<sup>[5][6]</sup>

### LES RISQUES

#### DÉPENDANCE À LA NICOTINE

La consommation d'un liquide contenant de la nicotine est susceptible d'entraîner une accoutumance physique débouchant sur une dépendance à la nicotine. La nicotine est notamment source d'hypertension augmentant le risque d'infarctus du myocarde. Chez les jeunes, [la nicotine](#) peut entraver le développement du cerveau.



## RISQUE ACCRU DE CANCER

Les conséquences à long terme sur la santé de l'inhalation régulière de propylène glycol et de glycérine, substances de base produisant la vapeur, ne sont pas encore clarifiées. Par ailleurs, des substances cancérogènes ont été détectées dans certains liquides rendant plausible l'augmentation du risque de cancer.<sup>[7]</sup>

## MISE EN DANGER DE TIERS

Les cigarettes électroniques, tout comme les cigarettes traditionnelles, émettent des particules de fumée nocives pour la santé. Même si le nombre de particules dégagées par les cigarettes électroniques est faible, certaines d'entre elles sont classifiées comme étant cancérogènes. Le «vapotage» en lieu fermé intensifie la pollution de l'air. Des tiers présents inhalent alors également ces particules toxiques.<sup>[8]</sup>

## INGRÉDIENTS MAL DÉCLARÉS

La déclaration précise des ingrédients constitue un problème considérable. Il n'existe à l'heure actuelle pas de normes de qualité contraignantes pour les fabricants de cigarettes électroniques et de liquides. Les utilisatrices et utilisateurs ne peuvent donc pas se fier aux indications fournies par les fabricants. De graves erreurs de déclaration ont même été constatées pour certains produits. Déclarés sans nicotine, ceux-ci en contenaient parfois en grande quantités.<sup>[9]</sup>

## RISQUE D'INTOXICATION

Une cigarette vendue dans le commerce s'éteint après dix inhalations en moyenne. Dans la mesure où les e-cigarettes fonctionnent de manière électronique et que les usagères et usagers décident librement de la durée du «vapotage», il existe un risque de surdosage et d'intoxication pour les produits contenant de la nicotine, en particulier lorsque la teneur est déclarée trop faible et fluctue pour des raisons inhérentes au dispositif lui-même. Des symptômes d'intoxication peuvent également survenir si une cartouche défectueuse fuit et que du liquide est ingéré. Par ailleurs, si des enfants avalent malencontreusement des cartouches (de rechange), leur vie est gravement mise en danger.<sup>[10]</sup>

## UNE AIDE AU SEVRAGE TABAGIQUE?

L'efficacité des e-cigarettes comme moyen de sevrage tabagique n'est pas scientifiquement prouvée. Leur utilisation pourrait néanmoins être considérée comme une approche possible de réduction des risques. En effet, les fumeurs et les fumeuses qui changent pour la cigarette électronique ingèrent moins de substances nocives qu'en fumant des cigarettes traditionnelles. Cependant, des effets nocifs à long terme sur la santé ne peuvent pas être exclus.<sup>11</sup>

## LA LÉGISLATION

Actuellement, les cigarettes électroniques sont réglementées comme des objets usuels tombant sous l'application de la loi sur les denrées alimentaires. Alors que les e-cigarettes sans nicotine peuvent être



vendues librement et sans limite d'âge en Suisse, le commerce de celles en contenant est interdit dans notre pays. Toutefois, l'importation de cigarettes électroniques avec nicotine pour usage personnel est autorisée jusqu'à concurrence de 150ml. A l'avenir, il est prévu de classer les cigarettes électroniques contenant de la nicotine dans la catégorie des produits du tabac et, par conséquent, de les autoriser à la vente aux mêmes conditions que les cigarettes.

Les cigarettes électroniques ne sont pas soumises à la loi fédérale sur la protection contre le tabagisme passif. Tant les cantons que les propriétaires de lieux ouverts au public (p. ex. les restaurants) ont le droit d'interdire la consommation de cigarettes électroniques.<sup>[12]</sup>

## L'USAGE EN SUISSE

Basées sur les enquêtes du Monitoring suisse des addictions de 2013, les données analysées par Addiction Suisse montrent qu'une grande partie de la population connaît les cigarettes électroniques ([Lien direct vers le rapport](#)).

Selon ces enquêtes, 6,7 % en ont déjà essayé au moins une fois dans leur vie. Ce pourcentage est plus élevé parmi les utilisatrices et utilisateurs quotidiens-n-e-s, les hommes, les groupes d'âge des 15 à 19 ans ainsi que celui des 20 à 24 ans, les personnes en formation et en Suisse italienne. Au cours des 30 derniers jours précédant l'enquête, 1.1% de la population dès 15 ans a utilisé des cigarettes électroniques. 0,4% de la population même régulièrement, c'est-à-dire au moins une fois par semaine.

Les raisons citées le plus fréquemment quant à l'usage des cigarettes électroniques étaient: réduire la consommation de tabac avec ou sans intention d'arrêter, éviter la consommation de tabac, ne pas déranger les autres, essayer.

## LA PRÉVENTION

Les avis divergent sur l'évaluation des avantages et des risques liés aux cigarettes électroniques. Ainsi, les fumeuses et fumeurs qui abandonnent totalement le tabac en faveur des cigarettes électroniques peuvent réduire les risques pour leur santé. La dépendance à la nicotine persiste néanmoins pour les produits qui en contiennent. En cas d'usage mixte de cigarettes électroniques et de tabac, on ne constate pas de diminution des risques pour la santé.

Il est extrêmement problématique qu'actuellement les usagères et usagers de cigarettes électroniques ne puissent se fier aux indications des fabricants, étant donné l'absence de normes de qualité contraignantes. Par ailleurs, les cigarettes électroniques sont proposées avec des arômes sucrés qui plaisent aux enfants et aux jeunes. Il n'existe pas non plus de limite d'âge pour la vente de cigarettes électroniques sans nicotine. Par conséquent, ces produits sont très attirants pour les jeunes et facilement accessibles. Dans la mesure où vapoter et fumer sont des comportements assez proches, on considère que les e-cigarettes – même celles sans nicotine – constituent des produits potentiels d'initiation à la consommation des cigarettes traditionnelles.<sup>[13]</sup>

Lausanne, août 2015



Cette feuille d'information a été réalisée par

**Addiction Suisse**  
Av. Louis-Ruchonnet 14  
Case postale 870  
CH-1001 Lausanne  
Tél. 021 321 29 11  
Fax 021 321 29 40  
[www.addictionsuisse.ch](http://www.addictionsuisse.ch)

**Soutenez-nous avec votre don  
au CCP 10-261-7**

## SOURCES

- <sup>1</sup>Losch, D.(2015): E-Zigaretten. Berlin, Heidelberg: Springer-Verlag. Page 1.
- <sup>2</sup>Deutsches Krebsforschungszentrum (2013): E-Zigaretten im Überblick. Rote Reihe. Tabakprävention und Tabakkontrolle. Vol. 19. Heidelberg. Page 3.
- <sup>3</sup>Deutsches Krebsforschungszentrum (2013): E-Zigaretten im Überblick. Rote Reihe. Tabakprävention und Tabakkontrolle. Vol. 19. Heidelberg. Page 4.
- <sup>4</sup>Office fédéral de la santé publique (sans mention d'année): Propylène glycol. Consulté le 04.06.2015  
URL: <http://www.bag.admin.ch/themen/drogen/00041/00618/13196/13199/index.html?lang=fr>
- <sup>5</sup>Deutsches Krebsforschungszentrum (2013): E-Zigaretten im Überblick. Rote Reihe. Tabakprävention und Tabakkontrolle. Vol. 19. Heidelberg. Page 10.
- <sup>6</sup>Deutsches Krebsforschungszentrum (2014): Stellungnahme zur kontroversen Diskussion um E-Zigaretten. Page 2.
- <sup>7</sup>Deutsches Krebsforschungszentrum (2013): E-Zigaretten im Überblick. Rote Reihe. Tabakprävention und Tabakkontrolle. Band 19. Heidelberg. Page 9.
- <sup>8</sup>Deutsches Krebsforschungszentrum (2013): E-Zigaretten im Überblick. Rote Reihe. Tabakprävention und Tabakkontrolle. Vol. 19. Heidelberg. Pages 11 et s.
- <sup>9</sup>Deutsches Krebsforschungszentrum (2013): E-Zigaretten im Überblick. Rote Reihe. Tabakprävention und Tabakkontrolle. Vol. 19. Heidelberg. Pages 5 et s.
- <sup>10</sup>Deutsches Krebsforschungszentrum (2013): E-Zigaretten im Überblick. Rote Reihe. Tabakprävention und Tabakkontrolle. Vol. 19. Heidelberg. Pages 5 et s./9.
- <sup>11</sup>Jean-Paul Humair et al. "Cigarette électronique: le point en 2015" in Revue Médicale Suisse: Tabacologie, no 478, 10 juin 2015, pp. 1270-1276
- <sup>12</sup>Office fédéral de la santé publique: Cigarettes électroniques. Consulté le 04.06.2015  
URL: <http://www.bag.admin.ch/themen/drogen/00041/14572/index.html?lang=fr>
- <sup>13</sup>Office fédéral de la santé publique: Cigarettes électroniques. Consulté le 04.06.15.  
URL: <http://www.bag.admin.ch/themen/drogen/00041/14572/index.html?lang=fr>