

1631

3.2.1.
RED
e

Le cœur, première victime du tabac

PARIS Le tabac tue chaque jour 13.500 personnes dans le monde. Et 35% de ces décès sont d'origine cardiovasculaire, soit deux fois plus que par cancer du poumon. Fumer fait courir un risque majeur à notre cœur. Chaque cigarette est une menace pour les artères!

Pour preuve: près de 80% des victimes d'infarctus qui ont moins de 45 ans sont des fumeurs. En résumé, le cœur est le premier organe à souffrir du tabagisme. Et même quand on fume peu et depuis peu de temps, le cœur est en danger. Les jeunes fumeurs ne sont pas à l'abri: quel que soit l'âge, le tabac fait courir un risque vital.

En effet, très rapidement, le tabac perturbe le fonctionnement des artères. Il provoque des spasmes et la formation de caillots: la circulation du sang est alors compromise. Le monoxyde de carbone issu de la fumée «asphyxie» les différents organes en prenant la place de l'oxygène dans le sang; des troubles du rythme cardiaque apparaissent. A plus long terme, le tabac détériore

progressivement les artères et de façon d'autant plus rapide et importante si le fumeur présente d'autres facteurs de risque tels qu'un excès de cholestérol ou du diabète. Ces mécanismes provoquent à court et long termes des accidents cardio-vasculaires (tels que l'infarctus du myocarde, l'accident vasculaire cérébral ou la mort subite) chez les fumeurs jeunes.

Si les risques cardio-vasculaires sont immédiats, les bénéfices de l'arrêt le sont également. Un fumeur qui arrête entre 35 et 44 ans retrouve une espérance de vie presque équivalente à celle des non-fumeurs. Aucune mesure de prévention, chirurgicale et même médicamenteuse, n'apporte un bénéfice aussi rapide et important. ■

