

Fumer pour se « déstresser » ?

**Dupont P, AP-HP, CERTA,
Département d'Addictologie du
Pr. Reynaud, Villejuif**

Fumer pour gérer son stress

- Le stress ressenti (SR) est souvent décrit comme un élément important faisant fumer.
- Dans l'étude de cohorte FOCUS, la **barrière à l'arrêt** la plus fréquemment citée par les fumeurs (62%) est précisément la crainte de ne pas pouvoir contrôler leur stress

Etude statistique sur dossiers de 66 patients; questions posées :

- Existe-t-il ou non des différences du SR selon le **sexe**, **l'âge** ?
- Existe-t-il une corrélation entre le SR et la **dépendance au tabac** : nombre de cigarettes fumées par jour, dépendance à la nicotine selon le test de Fagerström et le taux de CO ?
- Existe-t-il une corrélation entre le SR et l'un des **paramètres psychologiques** suivants: antécédents de dépression, résultat du HAD-A et du HAD-D, moral à J0, prise d'un traitement psychotrope ?

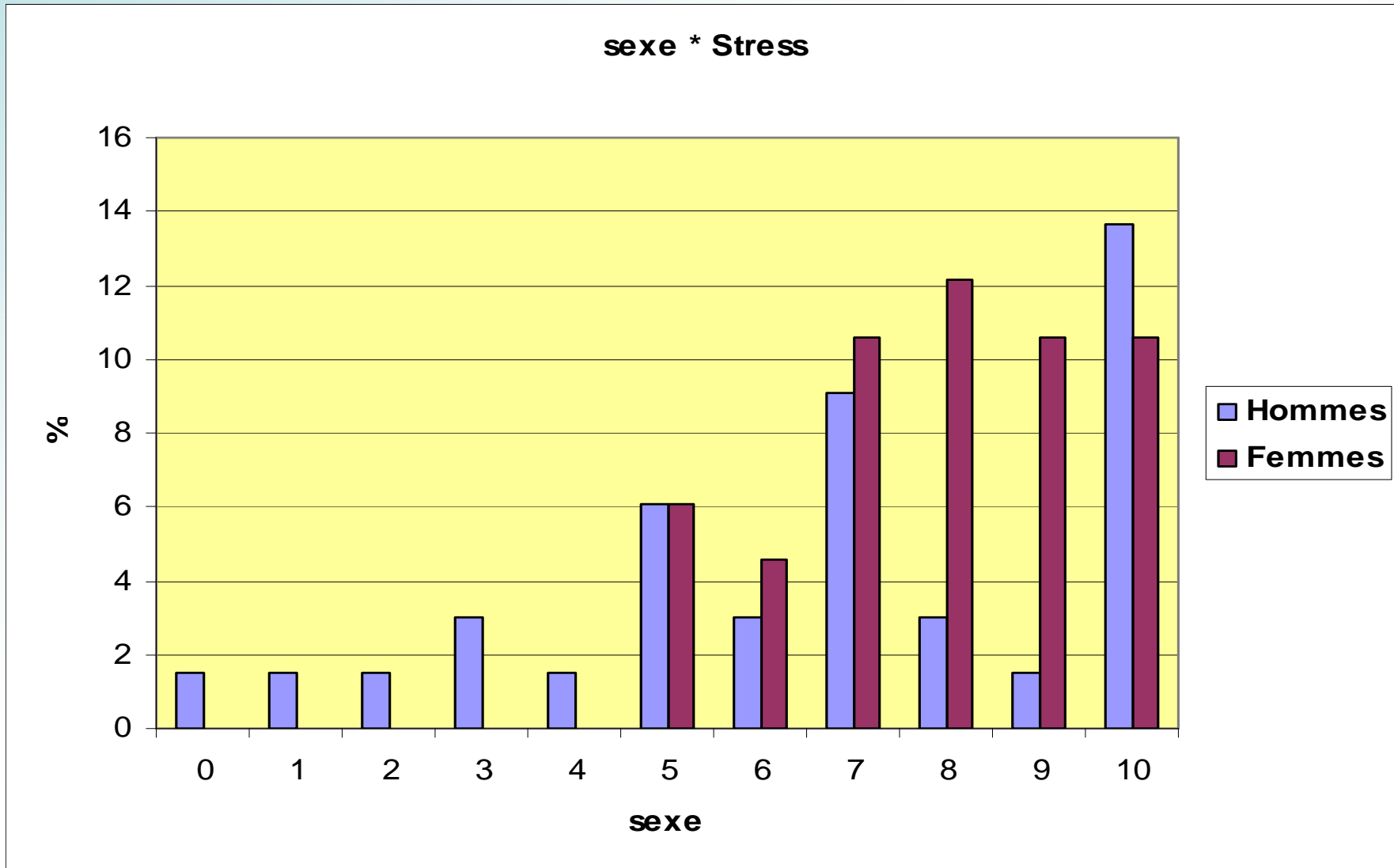
Description de la population étudiée

Sexe	Hommes	30 (45,5%)
	Femmes	36 (54,5%)
âge	moyen	44 +/- 11
	Hommes	45,9 +/- 10,5
	Femmes	42,2 +/- 11,5

Nb de cigarettes fumées par jour	Hommes	24,4 +/- 18	NS
	Femmes	22,2 +/- 13,3	
Fagerström	moyen	5,9 +/- 2,7	
	Hommes	6,2 +/- 2	NS
	Femmes	5,7 +/- 3,1	
	0 à 2	10,6 %	
	3 et 4	10,6 %	
	5 et 6	40,9 %	
	7 et plus	37,9 %	

HAD-A	Hommes	7,7 +/- 3,65	p=0,02
	Femmes	9,4 +/- 4,15	
	1 à 8	62 %	
	9 et plus	38 %	
HAD-D	Hommes	4,3 +/- 3,3	p=0,032
	Femmes	6,5 +/- 4,5	
	1 à 8	79 %	
	9 et plus	21 %	
Moral coté sur 10	moyenne	5,67 +/- 2,6	
	Hommes	5,5 +/- 2,37	NS
	Femmes	5,8 +/- 2,84	

SR: variation selon le sexe: $p < 0,048$



Corrélation entre le SR et les variables quantitatives retenus

	Test de Bartlett	<i>Corrélation de Pearson</i>
Nombre de cigarettes par jour	p = 0,033	0,263
Fagerström	p = 0,026	0,274
CO	p = 0,822	0,028
Moral (EVA sur 10)	p = 0,545	0,076
HAD-A	p = 0,011	0,309
HAD-D	p = 0,030	0,267

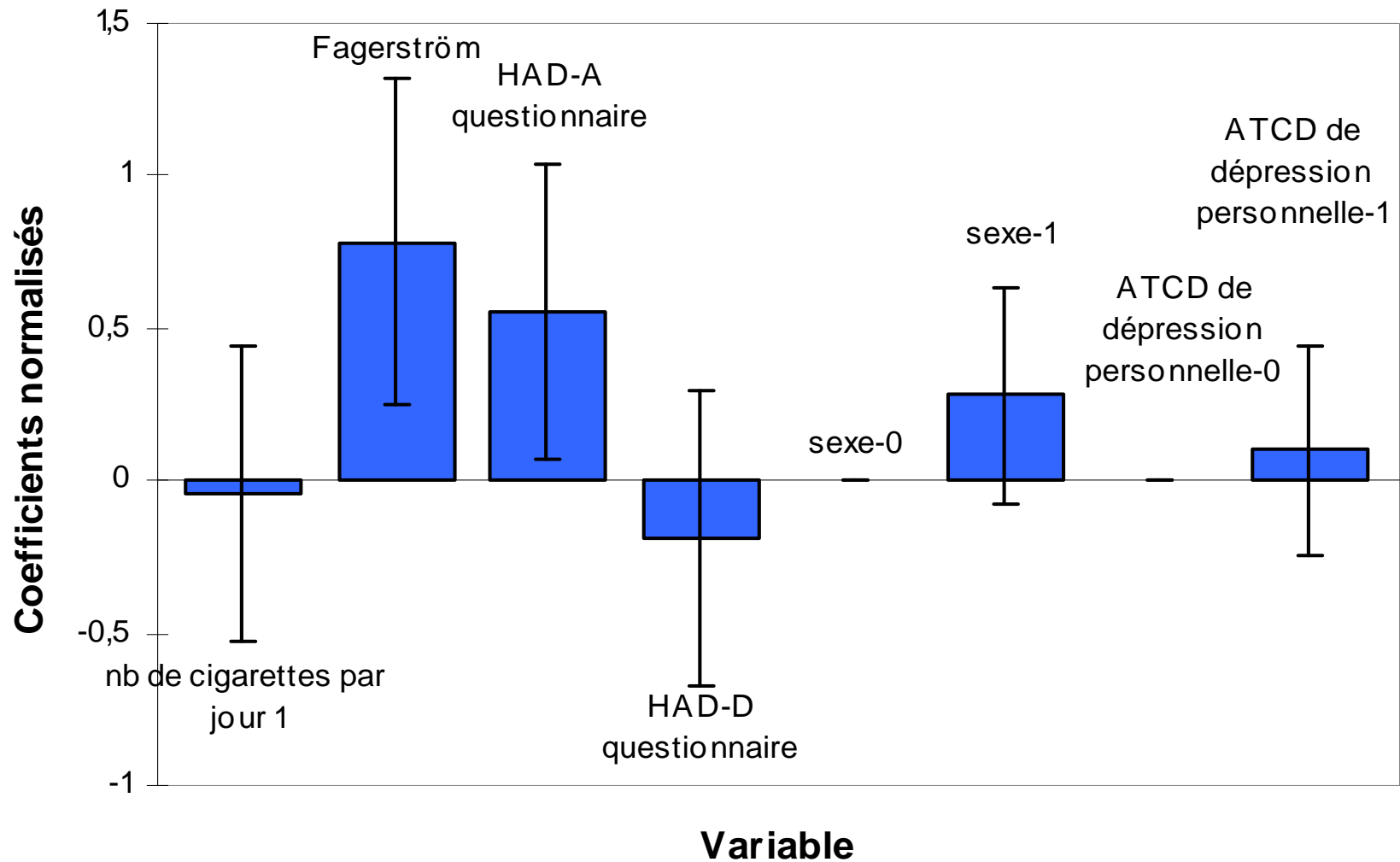
Corrélation entre le SR et les variables qualitatives retenues

	<i>Test de Student ou Mann-Whitney</i>
ATCD personnel de dépression	p = 0,158
Traitement psychotrope à la première consultation	p = 0,322

Résultats de la régression logistique

Source	Valeur	Ecart- type	Pr > Khi ²	Odds ratio	Borne inf.	Borne sup.
Constante	-5,404	1,486	0,000			
nb de cigarettes	-0,005	0,029	0,859	0,995	0,940	1,053
Fagerström	0,535	0,188	0,004	1,707	1,182	2,466
HAD-A	0,244	0,110	0,026	1,276	1,029	1,582
HAD-D	-0,081	0,106	0,443	0,922	0,749	1,135
Sexe Hommes	0,000	0,000				
Sexe Femmes	1,018	0,661	0,124	2,769	0,757	10,125
Pas d'ATCD de dép.	0,000	0,000				
ATCD de dép.	0,411	0,732	0,574	1,508	0,359	6,329

classes stress médiane / Coefficients normalisés (Int. de conf. 95%)



Conclusion

- **Le stress**
 - fait fumer plus,
 - réduit la motivation à arrêter
 - et diminue également les chances d'arrêt (Hajeck 2010)
 - **Plus souvent cité par les femmes** (Fidler, 2009, McEwen, West, McRobbie 2008)
- **Le SR est d'autant plus important que la dépendance physique est forte** (Fidler, 2009, McEwen, West, McRobbie 2008, Childs E. et al 2010)
 - Rôle de la nicotine dans la résolution de l'anxiété (et du stress) (Molimard 1997)
 - Soulagement de l'irritabilité et de la tension liées au sevrage entre deux cigarettes. (Parrott 1998)
 - Rôle qu'aurait la nicotine sur la production du BDNF, ce qui favoriserait le stress (Dupont, Benyamina, 2008)
- **Stress et Anxiété: liaison ou confusion ?**