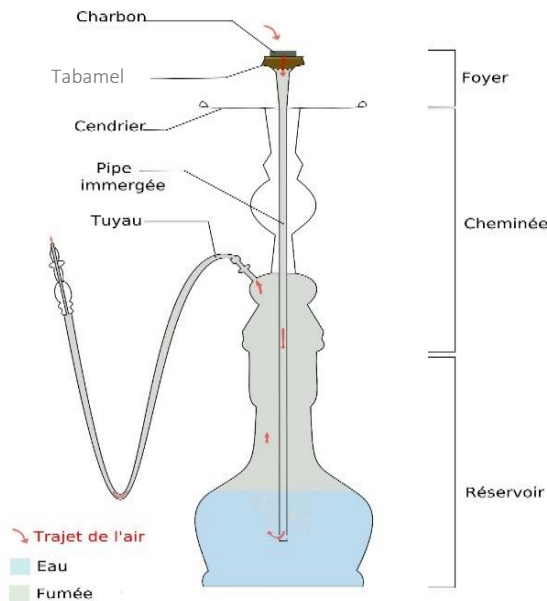


Qu'est-ce que la chicha ?

Le **narguilé**, ou la **chicha** est une pipe à eau utilisée pour fumer du tabac. Le tabac peut être utilisé sous forme de tabamel, mélange comportant de la mélasse additionnée d'arômes, qui se brûle avec du charbon. La fumée inhalée est comparable à celle de la cigarette et expose potentiellement les fumeurs aux effets du tabac sur la santé.



En quoi la chicha est-elle plus nocive que la cigarette ?

Le fumeur de chicha aspire de très grandes quantités de fumée. **Une séance de chicha de 45 à 60 min équivaut à fumer 100 cigarettes.** La fumée absorbée est **toxique**. Cette fumée contient du **monoxyde de carbone**, qui va remplacer l'oxygène dans les globules rouges et empêcher une bonne oxygénation des muscles.

On y retrouve également du **goudron**, qui est très **cancérogène**, et des **substances chimiques** très **nocives** pour la santé du fumeur telles que le : **béryllium, chrome, cobalt, plomb, nickel...**

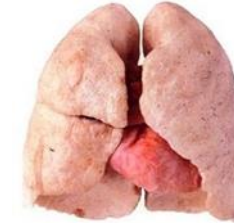
Quelles sont les conséquences de l'usage de la chicha ?

Très à la mode, surtout chez les jeunes, la chicha présente beaucoup de risques pour la santé. La consommation régulière de la chicha nuit gravement à la santé. Le partage de l'embout d'une personne à une autre pendant une séance peut favoriser la **contamination** par des **bactéries** ou des **virus** et la **transmission de maladies ou d'infections** (herpès, hépatite, tuberculose...). La consommation régulière de la chicha est aussi cause de **cancers** (cancers des lèvres, de la gorge, des poumons, du système respiratoire et parfois de l'appareil digestif). La consommation régulière de la chicha peut aussi être la cause d'**infarctus**, d'**accidents vasculaires cérébraux (AVC)**.

- ✚ Certains fumeurs utilisent des **substances psychoactives (alcool, drogues...)** dans la composition de leur chicha. Ces pratiques accentuent les risques sur la santé. Elles agissent négativement sur le cerveau de ces consommateurs.
- ✚ Pour les femmes enceintes, fumer la chicha nuit gravement à leur santé et à celle du bébé.

DANGER

Non-Fumeur



Fumeur



Le fumeur de chicha est-il plus vulnérable au COVID-19 ?

Selon l'OMS, le tabagisme est connu pour être un facteur de risque de nombreuses infections respiratoires. Le COVID-19 étant une maladie infectieuse qui touche principalement les poumons, le fait de fumer affaiblit la fonction pulmonaire et rend l'organisme moins résistant aux coronavirus et à d'autres agents pathogènes.

Les fumeurs risquent davantage de contracter une forme sévère du COVID-19, ce qui réduit considérablement les chances de réussite du traitement.

Quelles sont les idées fausses sur la chicha ?

- « Les substances utilisées ont bon goût, ont un parfum fruité, aussi elles ne sont pas dangereuses. » **FAUX**

Au contraire, les substances utilisées pour la chicha sont d'essence chimique et par conséquent, toxiques pour l'organisme.

- « L'eau filtre la fumée, ce qui atténue les risques. » **FAUX**

Au contraire, La fumée est toujours nocive malgré le passage dans l'eau.

- « La chicha n'est pas addictive comme la cigarette ou les autres drogues. » **FAUX**

Au contraire la chicha contient de la nicotine qui rend dépendant sans qu'on ne s'en rende compte.

Fumer la chicha expose-t-il au tabagisme passif ?

Le tabagisme passif est le fait d'inhaler de manière involontaire, la fumée dégagée par un ou plusieurs fumeurs à proximité, en milieu clos ou en extérieur. Les non-fumeurs se trouvant dans un lieu enfumé sont exposés à des taux de monoxyde de carbone très élevés.

Une heure de tabagisme passif autour d'une chicha équivaut à inhaler la fumée de 06 ou 07 cigarettes.

L'ONG RAPAA est là pour vous...

RAPAA est une ONG créée en 2013 à Lomé, TOGO. Elle intervient dans la recherche, la prévention, et l'accompagnement psychologique et social des addictions.

RAPAA met à votre disposition un centre d'accompagnement psychologique sur les addictions (tabac, alcool, drogue...). Le centre est géré par une équipe dynamique de spécialistes, travaillant en toute confidentialité.

CONTACTS

Téléphone bureau : +(228) 22 22 71 51

Centre d'écoute : +(228) 90 70 50 82
+(228) 99 40 71 13

Adresse postale : 14 BP 172 Lomé 14 TOGO

Email : assorapaa@assorapaa.com

Site web : www.assorapaa.com

Siège social : 55 rue Tindine Tokoin Super Taco, Lomé
TOGO

Banque : BANQUE ATLANTIQUE TOGO

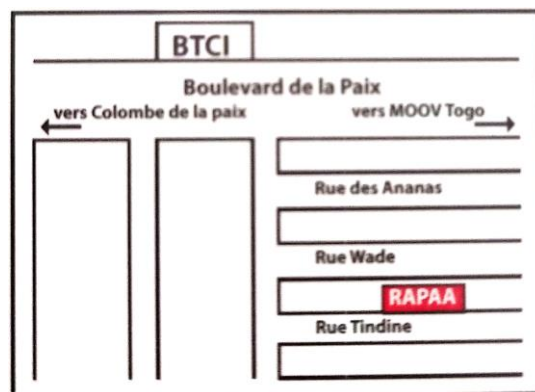
Compte : 40 170 270 002 - SWIFT : ATGTGTGXXX

IBAN : TG53 TG13 8010 0104 0170 2700 0272

LE CENTRE EST OUVERT

DU LUNDI AU VENDREDI DE 09H à 16H

ET SAMEDI DE 09H à 12H



RECHERCHE ACTION PREVENTION ACCOMPAGNEMENT DES ADDICTIONS (RAPAA)

Organisation Non Gouvernementale N°895/MPD/2017



LA CHICHA : UN PHENOMENE DE MODE TRES DANGEREUX



« Ce qu'il faut savoir »

« On a deux vies, la deuxième commence le jour où l'on réalise que l'on en a juste une » Confucius