

15.11.2000 – 13:47 Uhr

Manuel de la désaccoutumance au tabac

Schönbühl (ots) -

Lorsque la volonté de cesser de fumer ne suffit pas, on recherche souvent d'autres alternatives. Le manuel en allemand "Einfach nicht mehr rauchen", "Il suffit de ne plus en allumer", écrit par Ulrike Bartholomäus et Martin Kunz, rédacteurs scientifiques chez FOCUS, fournit de précieux conseils afin de réussir sa prochaine tentative, et explique pourquoi le comprimé antitabac ZYBAN est particulièrement efficace dans la désaccoutumance à la cigarette.

Les derniers résultats de la recherche aboutissent à des conclusions alarmantes concernant les effets nocifs du tabac sur la santé. Cependant, un nouvel espoir se fait jour pour tous ceux qui veulent enfin se débarrasser de leur néfaste habitude. Le comprimé antitabac ZYBAN de Glaxo Wellcome permet à de nombreux fumeurs et fumeuses, qui n'arrivent pas à arrêter de leur propre volonté, d'optimiser leur stratégie pour atteindre le succès.

Fatal Attraction

"Tout commence comme une relation amoureuse: on fait mutuellement connaissance dans un cercle d'amis ou sur le lieu de travail. Parfois c'est le coup de foudre, parfois on s'approche l'un l'autre avec méfiance - mais, un jour ou l'autre, on en vient à échanger des manifestations de tendresse ; on a de plus en plus besoin de l'autre, et on devient inséparable. Après la période amoureuse, cette relation doit également subir des crises: la dépendance prend du temps, augmente la nervosité, coûte beaucoup d'argent. Ce partenaire fatal a pour nom la cigarette, et presque tous ceux et celles qui y ont succombé souffrent intensément de la séparation." Comme l'expliquent les auteurs dans la préface de "Il suffit de ne plus en allumer" Ulrike Bartholomäus et Martin Kunz ont écrit ce livre qui, pour la première fois, donne une vue d'ensemble des possibilités de désaccoutumance contre cette calamité entre toutes qu'est la dépendance à la cigarette.

Cesser de fumer commence dans la tête

Cesser de fumer, comme bien des choses dans la vie, commence dans la tête. Si les fumeurs désirant arrêter la cigarette veulent s'en défaire une fois pour toutes, ils doivent être conscients des embûches dissimulées et provoquées par l'habitude. Il est absolument indispensable, lors de la prochaine tentative de désaccoutumance, de bien s'y préparer, de disposer de méthodes de substitution, de récompenses, de conseils médicaux et d'astuces garantissant la réussite de cette entreprise. En moyenne, une désaccoutumance effectuée individuellement ne réussit que dans 3% des cas. Les expériences récoltées en matière de désaccoutumance au tabac démontrent qu'un engagement de la part du médecin représente un facteur de motivation susceptible de faire grimper le taux de succès jusqu'à 50% 1). Le comprimé anti-tabac ZYBAN contribue de manière essentielle à optimiser les chances de succès.

ZYBAN: imite la nicotine sans entraîner de dépendance

Contrairement aux produits dont on disposait jusqu'ici pour la

désaccoutumance au tabac, ZYBAN permet de se passer de toute substitution nicotinique. De par son action au même niveau des centres cérébraux dans lesquels la nicotine déploie ses effets, ZYBAN soulage nettement des symptômes de sevrage si redoutés.

Un précieux e-soutien sur www.stopnow.ch

Depuis 6 mois, ZYBAN est disponible en Suisse et son succès dépasse déjà les espérances. Le forum Internet, sur www.stopnow.ch, offre en outre une aide indispensable dans la lutte contre le tabac: un soutien mutuel.

Martin Schuppli (01.11.2000) encourage les fumeurs ainsi: "ZYBAN soit loué - je ne tousse plus. Il y a six semaines, je fumais encore 30 cigarettes par jour environ, et ce depuis à peu près 30ans. Cesser a été un jeu d'enfant. J'y suis arrivé au cours de mes quatre semaines de vacances, loin des rituels associés à mon lieu de travail. Je n'ai pas ressenti d'effet indésirable - je n'ai pas grossi non plus. Par contre, je ressens un besoin effréné de bouger." Ses conseils: "Cesser de fumer pendant les vacances et se faire prescrire ZYBAN par son médecin. Les 285 francs investis dans ce médicament sont dépensés pour une bonne cause."

Harald Göldi (21.09.2000), lui aussi, est enthousiaste: " J'ai cessé de fumer en avril grâce à ZYBAN. Je ne puis que recommander ce médicament. Pendant 12 ans, j'ai été un gros fumeur (au moins 20 cigarettes/jour). A présent, j'apprécie de pouvoir faire du sport et de ne plus fumer. Et puis, la somme ainsi économisée est assez rondelette!"

Le comprimé anti-tabac disponible sur ordonnance peut être prescrit par le médecin traitant ou par un spécialiste.

Pour de plus amples informations, veuillez consulter www.stopnow.ch.

Contact:

Glaxo Wellcome AG, Marc-Henri J. Charoton, Corporate Communications, tél. +41 31 850 11 96, fax +41 31 850 12 00, e-mail: mhc95812@glaxowellcome.co.uk.

Responsable du produit: Mme Corina Müller-Rohr, diplômée en pharmacie, tél. +41 31 850 11 24, fax +41 31 850 12 00, e-mail: cr87750@glaxowellcome.co.uk.

1) "Pour une désaccoutumance réussie à la nicotine", Zurich, 13.04.2000.

"Einfach nicht mehr Rauchen": U. Bartholomäus / M. Kunz, Goldmann Verlag, München, ISBN 3-442-16305-6.
[015]

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/fr/pm/100000458/100001450> abgerufen werden.