

INFORMATIONS UTILES INTOXICATION ET RISQUES



En point de mire : Snus et sachets de nicotine

Substance	<ul style="list-style-type: none">• Les sachets de nicotine, également appelés « nicopods » et « nicopouches », sont des contenants de petite taille élaborés à partir de fibres végétales et contenant des sels de nicotine. À l'inverse du snus, ils ne contiennent pas de tabac. Les sachets de nicotine sont disponibles en une variété de saveurs.• Le snus est un produit du tabac (tabac à usage oral). Il est conditionné dans des sachets en cellulose ou sous forme de poudre humide en vrac.• Les sachets de nicotine comme le snus sont susceptibles de libérer une quantité significative de nicotine.
Mode de consommation et effets	<ul style="list-style-type: none">• <u>Mode de consommation</u> : les sachets sont positionnés sous la lèvre supérieure ou inférieure, voire dans les joues, pour une efficacité optimale.• La nicotine est alors absorbée par la muqueuse buccale.• <u>Effet</u> : la nicotine est un facteur clé dans le processus de libération de dopamine et d'autres neurotransmetteurs. Cela procure une sensation de bien-être, de vivacité et de détente.
Consommation mixte	<ul style="list-style-type: none">• La consommation combinée la plus fréquente est celle avec l'alcool. Cette combinaison peut avoir des conséquences négatives sur la circulation sanguine, provoquer des étourdissements et des sensations de nausée.• Presque tous les enfants et adolescents qui ont déjà consommé des sachets de nicotine ont également essayé d'autres produits contenant de la nicotine, tels que les cigarettes, les cigarettes électroniques ou les narguilés.• À partir de 13 ans, on constate une augmentation considérable de la consommation combinée.
Classification juridique	<ul style="list-style-type: none">• Conformément à la législation en vigueur en Allemagne, notamment la loi sur les denrées alimentaires, la commercialisation de sachets de nicotine est strictement prohibée. Étant donné l'absence d'interdiction de consommation, leur importation depuis l'étranger est possible.• La commercialisation du snus est prohibée en Allemagne. Cependant, des modifications et des dérogations sont régulièrement apportées, permettant ainsi la vente de certains produits (par ex. en forme de tabac à chiquer).

INFORMATIONS UTILES

INTOXICATION ET RISQUES

En point de mire : **Tabac** sous forme de snus, tabac à chiquer et tabac à priser

Risques aigus et conséquences à long terme	<ul style="list-style-type: none">• <u>Risques aigus</u> : un surdosage de nicotine est possible. Les symptômes d'intoxication, qui se manifestent par des symptômes tels que des nausées, des étourdissements, des vomissements et des difficultés respiratoires, sont les principaux symptômes de cette affection. À doses élevées, ces substances peuvent induire un arrêt respiratoire.• <u>Conséquences à long terme</u> : peut induire des pathologies des muqueuses buccales. Les risques de récession gingivale et de cancers de la cavité buccale sont accrus.• La consommation de nicotine représente toujours un risque pour la santé.• Des quantités élevées de nicotine sont associées à un risque significativement accru de développer une dépendance.• Plus une personne commence à consommer de la nicotine à un jeune âge, plus le risque de dépendance est élevé.
Prévention et recommandations	<p><u>Avis aux consommateurs :</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Soyez conscient de la quantité et de la fréquence de votre consommation.• Évitez de consommer plusieurs substances à la suite ; accordez à votre corps le temps nécessaire pour percevoir les effets et réduire les risques. <p><u>Approche conseillée des adolescents qui consomment :</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Fixez des limites claires : convenez ensemble de règles qui seront respectées de manière cohérente• Motivez-les par des incitations positives à ne pas consommer de produits nicotiniques ou au moins à réduire ou arrêter leur consommation.• Cherchez le dialogue, restez calme et à l'écoute.• Posez des questions avec intérêt, sans juger ni faire de reproches.• Utilisez des messages à la première personne : décrivez vos propres perceptions et sentiments sans accuser.• Exprimez honnêtement vos préoccupations : expliquez clairement pourquoi vous êtes inquiet.• Signalez les conséquences possibles telles que le surdosage ou les risques de dépendance.• Définissez ensemble les prochaines étapes : réduction de la consommation, utilisation de substituts nicotiniques ou offres de conseil. Il est essentiel de fixer des objectifs réalistes, car ils constituent le fondement de la réussite.
Statistiques	<ul style="list-style-type: none">• Les sachets de nicotine sont un produit très populaire auprès des jeunes. En effet, les statistiques montrent que près d'un élève sur sept et d'une élève sur dix, âgés de 16 à 17 ans, a déjà consommé des sachets de nicotine.

Sources

<https://mindzone.info/substanzen/vapes-e-zigaretten-snus-und-co/> (consulté le: 20.11.2025)

https://www.dkfz.de/fileadmin/user_upload/Aktuelles/Download/Tabakatlas-Deutschland-2025.pdf (consulté le: 20.11.2025)

https://www.dak.de/presse/bundesthemen/kinder-jugendgesundheit/jeder-siebte-schueler-hat-schon-nikotinbeutel-probiert_87414 (consulté le: 20.11.2025)

<https://datenportal.bundesdrogenbeauftragter.de/nikotin> (consulté le: 20.11.2025)



Langenhagen Cette fiche d'information est soutenue par le Conseil de prévention de Langenhagen.