

Arrêter la clope coûte que coûte

Guérir à tout prix. **Disponible en pharmacie depuis lundi, le Champix** est un nouveau médicament censé aider à arrêter de fumer. Principaux concurrents du traitement : les procédés sans médication, qui tentent eux aussi de s'imposer sur le marché du sevrage tabagique, y compris en Alsace. Dérivées d'un livre qui a fait un tabac en librairie, les séances Allen Carr, du nom de leur fondateur, se targuent de libérer du tabac en quatre heures, avec

un taux de réussite supérieur à 50 %. Emmanuel Klein, ancien fumeur qui a décroché grâce à cette méthode, a ouvert un centre à Wolfisheim. Pour les particuliers (au prix de 290 €, remboursés en cas d'échec), mais surtout les entreprises, il aide en groupe les fumeurs à comprendre pourquoi ils fument et combien il est facile d'arrêter. « Les fumeurs pensent qu'arrêter, c'est un combat qui commence. En fait c'est la fin de la bataille », explique-t-il. Plus

axé sur le corps, Daniel Giesi propose la luxopuncture. Sur le même principe que l'acupuncture classique, il stimule des points déterminés avec un faisceau infra rouge. « Plus rapides et totalement indolores » selon lui, les séances se déroulent sur trois jours au prix de 250 €. Avec, là-aussi, une garantie de remboursement. Médecin au CHU, Michèle Rempp reste dubitative, mais estime qu'« à partir du moment où un fumeur a choisi une méthode pour ar-

rêter, il faut l'encourager car une grande partie de la réussite tient dans le fait qu'il y croit ».

Anna Michel

coach Sur son site d'aide à l'arrêt du tabac, www.tabac-info-service.fr, le ministère de la Santé a mis en place un coaching interactif en plus de nombreux conseils, informations et contacts.