

LA VÉRITÉ SUR LA CONSOMMATION ABUSIVE DE PSYCHOTROPES

black beauty

jaunes

rouges

blanches

noires

candy

nonaladrogue.fr

The background of the entire page is a warm orange color. On the left side, there is a semi-transparent image of a woman with her hand pressed against her forehead, appearing to be in pain or distress. The top and bottom edges of the page are decorated with a pattern of various pills and capsules, some whole and some broken, rendered in a lighter shade of orange.

BUT DE CE LIVRET

On parle beaucoup de la drogue dans le monde — dans la rue, à l'école, sur Internet et à la télévision. Certaines choses sont vraies, d'autres non.

Ce qu'on entend sur la drogue vient souvent de ceux qui en vendent. D'anciens dealers ont avoué qu'ils auraient dit n'importe quoi pour vendre de la drogue à leurs clients.

Ne soyez pas dupe. Il vous faut des faits pour éviter d'être dépendant de la drogue et pour aider vos amis à rester à l'écart. Cette brochure a donc été préparée à votre intention.

Votre avis sur le sujet nous intéresse ; faites-nous savoir ce que vous en pensez. Vous pouvez consulter notre site Web drugfreeworld.org/ nonaladrogue.fr et nous envoyer un e-mail à l'une des adresses au dos du livret.

Avertissement : Ce livret met l'accent sur le danger de la consommation de certaines drogues. L'intention n'est pas de procurer au lecteur un conseil d'ordre médical ni de le dissuader d'avoir recours à un traitement médical.

LA CONSOMMATION ILLÉGALE DE PSYCHOTROPES POSE UN SÉRIEUX PROBLÈME

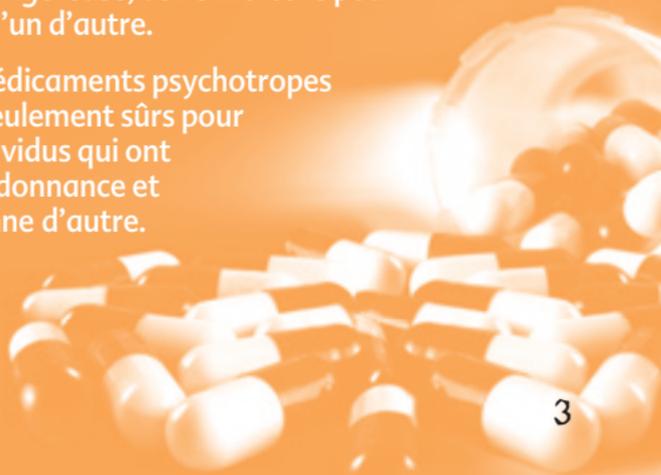
L'utilisation récréative de psychotropes est un problème sérieux pour les adolescents et les jeunes adultes. Les études nationales montrent que les adolescents consomment plus facilement des psychotropes de façon récréative que des drogues illégales de la rue.

Beaucoup d'adolescents pensent que les médicaments psychotropes sont sûrs parce qu'ils ont été prescrits par un médecin. Mais les consommer pour une utilisation non médicale pour planer ou pour « s'auto-médicamenter » peut être tout aussi dangereux et addictif que les drogues illégales de la rue.

En prenant des psychotropes, on peut prendre de sérieux risques pour sa santé. C'est pour cette raison qu'ils ne sont pris que sous la supervision d'un médecin. Et même alors, la prescription doit être étroitement surveillée pour éviter la toxicomanie ou d'autres problèmes.

Les pilules semblent souvent identiques. Il est extrêmement dangereux de prendre une pilule dont vous n'êtes pas sûr ou qui ne vous a pas été prescrite. Les gens peuvent également avoir différentes réactions aux drogues du fait des différences biochimiques du corps de chacun. Une drogue qui peut convenir à une personne peut être dangereuse, voire mortelle pour quelqu'un d'autre.

Les médicaments psychotropes sont seulement sûrs pour les individus qui ont une ordonnance et personne d'autre.



MÉDICAMENTS PSYCHOTROPES

CE QUE VOUS NE SAVEZ PAS

En raison des problèmes potentiels de dépendance et de l'usage illégal qu'ils posaient, beaucoup de médicaments psychotropes ont été classés par l'agence américaine de lutte contre la drogue (DEA) dans la même catégorie que l'opium ou la cocaïne. Ceux-ci comprennent la Ritaline et la Dexedrine (stimulants) ainsi que les antidouleurs OxyContin, Demerol et Roxanol.

Beaucoup de drogues illégales de la rue ont autrefois été utilisées ou prescrites par des médecins ou des psychiatres, pour être plus tard interdites quand la preuve de leurs effets néfastes ne pouvait plus être ignorée. L'héroïne, la cocaïne, le LSD, la méthamphétamine et l'ecstasy en sont quelques exemples.

Le mauvais usage des médicaments psychotropes peut être encore plus dangereux

que celui des drogues fabriquées illégalement. La puissance de certaines drogues synthétiques (fabriquées par l'Homme) que l'on utilise comme médicaments psychotropes présente un risque élevé d'overdose. C'est particulièrement vrai de l'OxyContin et d'autres antidouleurs similaires, où les décès dus à des overdoses ont plus que doublé sur une période de cinq ans.

Beaucoup de gens ne se rendent pas compte que la distribution ou la vente de psychotropes (à part ceux que prescrit un médecin) est une forme de trafic de stupéfiants et que c'est aussi illégal que de vendre de l'héroïne ou de la cocaïne et donc puni d'amendes sévères et d'emprisonnement. Lorsque la vente de drogues entraîne la mort ou de sérieuses lésions corporelles, les dealers encourrent l'emprisonnement à vie.

TYPES DE MÉDICAMENTS PSYCHOTROPES ILLÉGAUX

Les médicaments psychotropes qui sont pris à des fins récréatives se répartissent dans les principales catégories suivantes :

1. **Les dépresseurs** : souvent désignés sous le nom de dépresseurs du système nerveux central (cerveau et moelle épinière), ces psychotropes ralentissent les fonctions cérébrales. Ils comprennent les sédatifs (utilisés pour rendre une personne calme et somnolente) et les tranquillisants (prévus pour réduire la tension ou l'anxiété).
2. **Les opioïdes et dérivés¹ de la morphine** : ces drogues, généralement désignées sous le nom d'antidouleurs, comprennent l'opium ou des substances apparentées à l'opium et sont utilisées pour soulager la douleur.
3. **Les stimulants** : classe de drogues prévues pour augmenter l'énergie et la vigilance mais qui augmentent également la tension artérielle, le rythme cardiaque et la respiration.
4. **Les antidépresseurs** : drogues psychiatriques censées traiter la dépression.

1. dérivé : substance chimique provenant d'une autre substance à la suite de transformations opérées sur cette dernière.



LES DÉPRESSEURS

Ces drogues, parfois appelées « dépresseurs », se présentent sous forme de comprimés et de capsules multicolores ou bien sous forme liquide. Certaines drogues de cette catégorie, telles que le Zyprexa, le Seroquel et l'Haldol, sont connues pour être des « tranquillisants majeurs » ou des « antipsychotiques », car elles sont censées réduire les symptômes de la maladie mentale. Des dépresseurs tels que le Xanax, le Klonopin, l'Halcion et le Librium, sont souvent désignés sous le nom de « benzos » (abréviation des benzodiazépines ¹). D'autres dépresseurs, tels qu'Amytal, Numbutal et Seconal, sont classés comme barbituriques et sont utilisés comme sédatifs et somnifères. Voici quelques marques et noms courants bien connus :

NOMS DE MARQUE

Xanax
Valium
Halcion
Librium
Ativan
Klonopin

NOMS COURANTS

Candy
Downers
somnifères
tranquillisants

NOMS DE MARQUE

Amytal
Numbutal
Seconal
Phénobarbital

NOMS COURANTS

Bavures
Rouges
Oiseaux rouges
Phennies
Tooies
Jaunes
Demmies

1. benzodiazépine : tranquillisant qui a pour effet de détendre les muscles et de calmer l'agitation mentale.

EFFETS À COURT TERME DES DÉPRESSEURS

Les effets à court terme des dépresseurs comprennent :

- Ralentissement des fonctions cérébrales
- Baisse de la tension artérielle
- Confusion
- Vertige
- Fièvre
- Troubles visuels
- Désorientation, manque de coordination
- Difficulté ou incapacité à uriner
- Ralentissement du pouls et de la respiration
- Manque de concentration
- Épuisement
- Difficulté à articuler
- Lenteur
- Pupilles dilatées
- Dépression
- Toxicomanie

Des doses plus élevées peuvent causer une diminution de la mémoire, du jugement et de la coordination, de l'irritabilité, de la paranoïa¹ et des pensées suicidaires. Certains ressentent l'opposé de ce à quoi ils s'attendaient, comme de l'agitation ou de l'agression.

Utiliser des sédatifs (drogues utilisées pour calmer ou apaiser) et des tranquillisants avec d'autres substances, en particulier l'alcool, peut ralentir la respiration et le rythme cardiaque et même entraîner la mort.

1. paranoïa : suspicion, méfiance ou crainte des autres.

EFFETS À LONG TERME DES DÉPRESSEURS

La tolérance à beaucoup de dépresseurs peut se développer rapidement, de plus grandes doses étant nécessaires pour obtenir le même effet. L'utilisateur, essayant de ressentir le même « bien-être », peut prendre une dose telle qu'il en résulte un coma ou la mort par overdose.

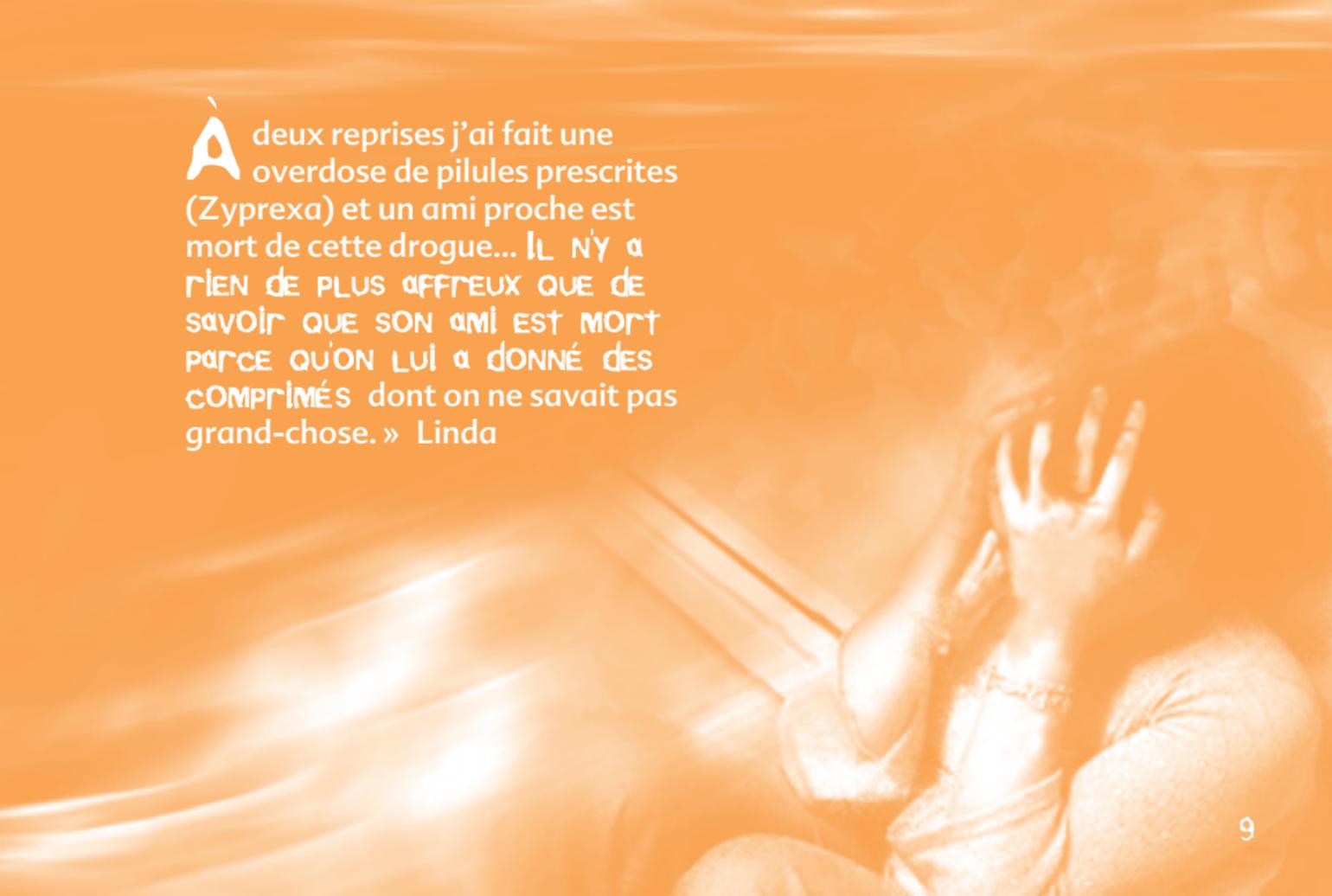
Une utilisation à long terme de dépresseurs peut entraîner une dépression, une fatigue chronique, des difficultés respiratoires, des problèmes sexuels et de l'insomnie. Une consommation accrue de drogue provoque une plus grande dépendance ; si le consommateur ne peut pas en obtenir plus, il est en état de manque et ressent de l'anxiété ou de la panique.

Les symptômes de manque sont l'insomnie, une faiblesse et des nausées. Les consommateurs réguliers et ceux qui en

prennent à haute dose peuvent se sentir agités, avoir de la température, des signes de démence, des hallucinations et des convulsions. À la différence du sevrage de la plupart des autres drogues, le sevrage des dépresseurs peut entraîner la mort.

Ces drogues peuvent également augmenter les risques d'hyperglycémie, de diabète et entraîner une prise de poids (des prises de poids de plus de 45 kg ont été rapportées).

Dans une étude menée par *USA Today*, basée sur des données de la Food and Drug Administration (organisme américain de contrôle pharmaceutique et alimentaire) sur une période de quatre ans, on a estimé que les antipsychotiques (un type de dépresseur) étaient les principaux agents dans 45 décès issus de problèmes cardiaques, d'étouffements, d'insuffisances hépatocellulaires et de suicides.



À deux reprises j'ai fait une overdose de pilules prescrites (Zyprexa) et un ami proche est mort de cette drogue... IL N'Y A RIEN DE PLUS AFFREUX QUE DE SAVOIR QUE SON AMI EST MORT PARCE QU'ON LUI A DONNÉ DES COMPRIMÉS dont on ne savait pas grand-chose.» Linda

LE ROHYPNOL

Le Rohypnol est un tranquillisant environ 10 fois plus puissant que le Valium. Ce psychotrope se présente sous forme de pilules blanches ou vert olive, il est habituellement commercialisé dans l'emballage à bulles du fabricant. Les utilisateurs réduisent les pilules en poudre puis « sniffent » cette poudre ; ou bien ils la saupoudrent dans du cannabis et la fument ou la dissolvent dans une boisson ou encore se l'injectent.

NOM DE MARQUE

- Rohypnol

NOMS COURANTS

- forget-me pill (pilule de l'oubli)
- Valium mexicain
- R2
- Roche
- roofies
- roofinol
- corde
- rophies

EFFETS DU ROHYPNOL

Le Rohypnol a été utilisé pour commettre des abus sexuels, car la victime est alors incapable de résister, ce qui a donné à cette drogue une réputation de « drogue du violeur ».

Ceux qui ont consommé du Rohypnol décrivent souvent ses effets comme paralysants. On commence à en ressentir les effets 20 à 30 minutes après la prise. Les effets sont maximums au bout de 2 heures et peuvent persister 8 ou même 12 heures d'affilée. On peut être si handicapé (incapable d'agir) qu'on s'effondre. On reste par terre, les yeux grands ouverts, on perçoit

les événements mais on est totalement incapable de bouger. Par la suite, la mémoire est altérée et on n'est plus en mesure de se rappeler ce qui s'est passé.

On ressent une perte du contrôle musculaire, de la confusion, une somnolence et une amnésie.

Le Rohypnol est vendu en Europe et en Amérique latine comme somnifère, mais il est illégal aux États-Unis.



LES OPIOÏDES ET DÉRIVÉS DE LA MORPHINE

Les opioïdes sont des drogues qui agissent sur le système nerveux pour soulager la douleur. Une consommation prolongée et abusive peut entraîner une dépendance physique et un syndrome de sevrage. Ils sont livrés sous forme de comprimés, de capsules ou liquide.

Voici certains des noms de marques et noms courants bien connus :

NOMS DE MARQUE

- Fiorinal avec codéine
- Robitussin A-C
- Tylenol avec codéine
- Empirin avec codéine

NOMS COURANTS

- Capitaine Cody
- Cody
- Écolier
- Portes et fours
- Crêpes et sirop
- Loads

- Actiq
- Duragesic
- Sublimaze

- Apache
- Fille de la Chine
- Fièvre de la danse
- Goodfella
- Meurtre 8

- Tango et cash
- Blanc de Chine
- Ami
- Jackpot
- TNT

EFFETS À COURT TERME DES DÉRIVÉS DE LA MORPHINE ET DES APIOÏDES

NOMS DE MARQUE

- Roxanol
- Duramorph

- OxyContin
- Percodan
- Percocet
- Tylox

- Demerol

- Dilaudid

NOMS COURANTS

- M
- Mlle Emma
- Singe
- Substance blanche

- Oxy 80
- Oxycat
- Héroïne du pauvre
- Percs
- Perks

- Demmies
- Analgésique

- Jus
- Dillies

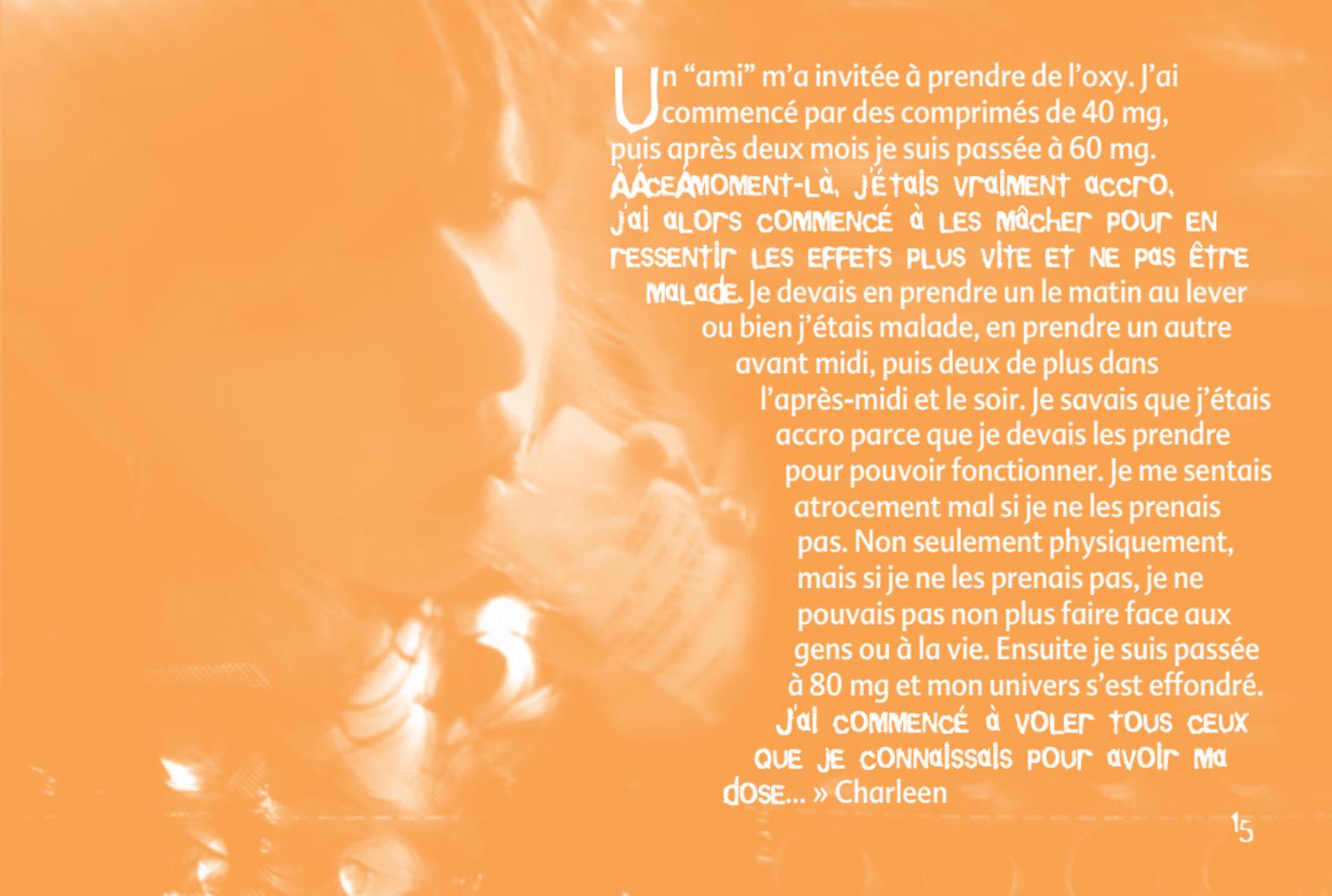
Les effets
à court terme
des opioïdes
et des dérivés de
la morphine
comprennent :

- Somnolence
- Respiration ralentie
- Constipation
- Inconscience
- Nausées
- Coma

EFFETS À LONG TERME DES DÉRIVÉS DE MORPHINE ET D'OPIOÏDES

Une utilisation continue ou une mauvaise utilisation des opioïdes peut avoir comme conséquence la dépendance physique et la toxicomanie. Le corps s'adapte à la présence de la drogue et les symptômes de manque se produisent si la consommation est réduite ou arrêtée. Ces symptômes se manifestent par de l'agitation, des douleurs osseuses et musculaires, de l'insomnie, de la diarrhée, des vomissements, et des « cold flashes » avec la chair de poule (effet de manque). Il peut également se produire un phénomène de tolérance à long terme, les utilisateurs doivent augmenter leurs doses pour ressentir les mêmes effets.

Pour en savoir plus sur le mauvais usage des antidouleurs, voir *La vérité sur les antidouleurs* dans cette série de livrets.



Un "ami" m'a invitée à prendre de l'oxy. J'ai commencé par des comprimés de 40 mg, puis après deux mois je suis passée à 60 mg. **À CE MOMENT-LÀ, J'ÉTAIS VRAIMENT ACCRO, J'AI ALORS COMMENCÉ À LES MÂCHER POUR EN RESSENTIR LES EFFETS PLUS VITE ET NE PAS ÊTRE MALADE.** Je devais en prendre un le matin au lever ou bien j'étais malade, en prendre un autre avant midi, puis deux de plus dans l'après-midi et le soir. Je savais que j'étais accro parce que je devais les prendre pour pouvoir fonctionner. Je me sentais atrocement mal si je ne les prenais pas. Non seulement physiquement, mais si je ne les prenais pas, je ne pouvais pas non plus faire face aux gens ou à la vie. Ensuite je suis passée à 80 mg et mon univers s'est effondré. **J'AI COMMENCÉ À VOILER TOUS CEUX QUE JE CONNAISSAIS POUR AVOIR MA DOSE...** » Charleen

LES STIMULANTS

Les stimulants, parfois appelés « uppers », augmentent temporairement la vigilance et l'énergie. Les drogues de la rue les plus utilisées qui généralement tombent dans cette catégorie sont la cocaïne et les amphétamines.

Les stimulants sur ordonnance se présentent sous forme de comprimés ou de capsules. Mal consommés, ils sont avalés, injectés sous forme liquide ou écrasés puis sniffés.

Voici certains noms de marque et noms courants les plus connus :

NOMS DE MARQUE

- Ritaline
- Concerta

- Biphétamine
- Dexedrine

NOMS COURANTS

- R-ball
- Skippy
- La drogue futée
- Vitamine R
- JIF
- Kibbles and bits

- speed
- pep
- Bennies
- Black Beauty
- glace
- cœurs
- vitesse
- hauts

STIMULANTS EFFETS À COURT TERME

Les effets à court terme des stimulants comprennent l'épuisement, l'apathie et la dépression — « les bas » qui suivent les « hauts ». C'est cet épuisement immédiat et durable qui mène rapidement l'utilisateur de stimulants à vouloir encore de la drogue. Bientôt il n'essaye même plus de « planer », il essaye seulement de se sentir « bien » — de ressentir une quelconque énergie.

STIMULANTS EFFETS À LONG TERME

Les stimulants peuvent créer une dépendance. Les doses élevées répétées de certains stimulants sur une courte période peuvent mener à un sentiment d'hostilité ou de paranoïa. De telles doses peuvent également avoir comme conséquence de fortes fièvres et un rythme cardiaque irrégulier.

Pour plus d'informations sur l'utilisation toxicologique des stimulants prescrits, voyez *La vérité sur la consommation abusive de Ritaline* dans cette série de livrets.

LES ANTIDÉPRESSEURS

Les antidépresseurs sont une autre catégorie de médicaments sur ordonnance consommés à mauvais escient. Parmi eux on trouve le Prozac, le Paxil, le Celexa, le Zoloft, l'Effexor et le Remeron. Ils se présentent sous forme de capsules et de cachets multicolores.

Les études ont montré que les effets de ces drogues peuvent comprendre :

- Insomnie
- Irritabilité
- Énerverment et anxiété
- Pensées et actions violentes
- Agitation
- Pensées suicidaires ou suicide
- Tremblements
- Hostilité
- Transpiration

- Rythme cardiaque irrégulier
- Agression
- Comportement criminel
- Confusion et pensées incohérentes
- Paranoïa
- Hallucinations
- Psychose
- Akathisie (agitation intérieure douloureuse ; inaptitude à se tenir tranquille)

Une étude a constaté que 14 % des jeunes sous antidépresseur étaient devenus agressifs et même violents. Un garçon de 12 ans a commencé à avoir des cauchemars violents dans lesquels il tuait ses camarades de classe, puis il était tué à son tour. Une fois réveillé, son rêve semblait toujours « très réel » et pendant des jours il a fait l'expérience de rêves de tueries qui semblaient de plus en plus réelles. Il est devenu suicidaire jusqu'à ce qu'on arrête le médicament psychotrope.

J'ai l'impression que mon cerveau crie pour avoir plus de ces cachets, la sensation que j'éprouve sans eux est trop insupportable... Il me faut davantage d'aide pour parvenir à me sevrer de l'Effexor. JE SUIS SI DÉPRIMÉE QUE J'AI COMMENCÉ À ME TAILLADER LES BRAS, ET JE NE SUIS MÊME PAS SÛRE DE SAVOIR POURQUOI. En outre j'ai des hallucinations toutes les quelques heures et je vois des choses – RIEN QU'AUJOURD'HUI J'AI VU DU SANG COULER LE LONG DU MUR. » Rita

Cette étude a mis en évidence plusieurs autres exemples du comportement extrême et irrationnel d'individus prenant ces drogues. Un homme a foncé sur un officier de police avec son véhicule pour se saisir du pistolet de l'officier et se suicider. Un autre s'est noyé avec ses deux jeunes enfants dans une baignoire, et un garçon a matraqué un ami proche sans raison apparente. Aucun n'avait un passé de violence.

Les symptômes de manque des antidépresseurs comprennent les pensées suicidaires, l'agression, l'anxiété, la dépression, les crises de larmes, l'insomnie, les vertiges, les vomissements, les maux de tête, les tremblements et les sensations électriques dans le cerveau.

LA KÉTAMINE

La kétamine, classée comme « anesthésique dissociatif »¹ est utilisée sous forme de poudre ou liquide comme anesthésique, habituellement sur les animaux. Elle peut être injectée, consommée dans les boissons, être reniflée ou s'ajouter aux joints ou aux cigarettes. La kétamine a été placée sur la liste de substances contrôlées aux USA en 1999.

Les effets à court et à long terme comprennent une augmentation du rythme cardiaque et de la tension artérielle, des nausées, des vomissements, l'engourdissement, la dépression, l'amnésie, les hallucinations et des problèmes respiratoires potentiellement mortels. Les utilisateurs de kétamine peuvent également développer un besoin ardent de cette drogue. À doses élevées, les utilisateurs font l'expérience d'un effet désigné sous le nom de « K-Hole » (Trou-k) une expérience « hors du corps » ou « proche de la mort ».

En raison de l'état d'isolement qu'elle crée, où le consommateur se sent comme dans un rêve et se déplace difficilement, la kétamine est aussi appelée la drogue du viol.

NOMS DE MARQUE

- Ketaset
- Ketalar
- Ketalar SV
- Ketanest
- Noms courants
Ketanest S

NOMS COURANTS

- Special K
- C
- C superbe
- Valium du chat 282
- Jet
- Super acid
- Vert

1. anesthésique dissociatif : drogue qui fausse la perception oculaire et auditive et produit une sensation de détachement (dissociation) par rapport à l'environnement et à soi-même.

EMPLI À MAUVAIS ESCIENT DE MÉDICAMENTS SANS ORDONNANCE

Des médicaments pour la toux et le rhume vendus sans ordonnance contenant une drogue nommée dextrométhorphan (DXM) ont aussi fait l'objet d'un mauvais usage. Le DXM est vendu sous forme de sirop, de gel et de comprimés. Quand il est vendu sur Internet sous forme de poudre, il est particulièrement dangereux en raison de l'incertitude quant à sa composition et son dosage. On le trouve dans plus de 100 produits ; la Coricidine et le Robitussin sont les médicaments les plus consommés.

NOMS DE MARQUE

- Coricidine
- Robitussin

NOMS COURANTS

- DXM
- CCC
- C triple
- Skittles
- Robo
- Le PCP du pauvre



EFFETS DU SIROP POUR LA TOUX (DXM)

- Hallucinations visuelles
- Hyperexcitabilité
- Insomnie
- Léthargie
- Dépendance physique (si l'utilisation est prolongée)
- Vertige
- Difficulté à articuler
- Hallucinations
- Transpiration
- Hypertension
- Dommage au niveau du foie et du cerveau

Associé à d'autres drogues, le sirop pour la toux peut également provoquer des problèmes cardiaques et attaquer le système nerveux central. Combiné à de l'alcool, il est particulièrement dangereux et peut être mortel.

E
V
E
R
G
E
N
C
Y

Mon expérience avec le DXM : j'ai COMMENCÉ à URINER du sang. J'avais mal au cœur... Mon corps était faible... j'ai ~~ABANDONNÉ~~ ABANDONNÉ, CAR L'ENVIE D'EN PRENDRE PLUS M'OBSÉDAIT... TOUT ~~CE~~ CE QUE JE VOULAIS, C'ÉTAIT PLANER... Je pensais pouvoir prendre de la Coricidine pour m'amuser, que c'était sans importance. Je n'aurais jamais pensé devenir accro... Je ne pourrai jamais récupérer ce temps perdu. SI JE POUVAIS EFFACER CES MOMENTS, LES FAIRE PARTIR, JE LE FERAIS.» Crystal



STATISTIQUES INTERNATIONALES

Tous les jours aux États-Unis, 2500 jeunes (entre 12 et 17 ans) consomment de façon illégale un analgésique pour la première fois.

L'utilisation illégale de psychotropes, plus répandue aux USA, est toutefois un problème dans beaucoup de régions du monde, comme l'Europe, l'Afrique australe et l'Asie méridionale.

En France, 15,1 millions de personnes âgées de 12 à 75 ans (sur environ 46 millions, c.-à-d. presque 1 sur 3) consomment des psychotropes de façon illégale, plus que l'ensemble de ceux qui consomment du cannabis, de l'héroïne, de la cocaïne et de l'ecstasy.

La consommation illégale de psychotropes en France sur une période d'un mois a montré qu'un peu moins d'un dixième des jeunes âgés de 17 ans étaient concernés.

Les résultats de l'enquête ESPAD (projet d'enquête des écoles européennes sur l'alcool et autres drogues) montrent qu'en moyenne, 8 % des étudiants âgés de 15 à 16 ans dans 35 pays européens avaient consommé illégalement des tranquillisants ou des antidouleurs.

Une enquête de l'institut suisse de la prévention de l'alcoolisme et de la toxicomanie en 2008 a constaté que 3,1 % des garçons de 15 ans avaient déjà consommé de façon illégale des psychotropes, alors qu'il n'y en avait que 1,8 % en 1990.

CAUSES DE DÉCÈS

DROGUES SUR ORDONNANCE

45 %

DROGUES
DE LA RUE
COMBINÉES

39 %

AMPHÉTAMINE

+

MÉTAMPHÉTAMINE

+

HÉROÏNE

+

COCAÏNE

La consommation illégale de psychotropes est en pourcentage la plus grande cause de décès du fait d'overdose. Parmi les 22 400 décès dus à une overdose aux USA en 2005, les antidouleurs opioïdes étaient la drogue la plus généralement trouvée, représentant 38,2 % de ces décès.



En 2005, 4,4 millions d'adolescents (âgés de 12 à 17 ans) aux USA ont admis avoir consommé des antidouleurs prescrits et 2,3 millions prenaient un stimulant sur ordonnance tel que la Ritaline. 2,2 millions de personnes ont consommé des drogues sans ordonnance telles que du sirop pour la toux. L'âge moyen de ceux qui en consomment pour la première fois est maintenant entre 13 et 14 ans.

Les dépresseurs, les opioïdes et les antidépresseurs sont responsables de plus de décès par overdose (45 %) que la cocaïne, l'héroïne, la méthamphétamine et les amphétamines (39 %) réunies. On observe la même tendance dans les taux d'hospitalisation pour consommation illégale de substances et d'hospitalisation d'urgence pour overdoses.

Les résultats des examens de la médecine légale en France montrent que les psychotropes (substances qui agissent sur le comportement) sont associés à la moitié des décès liés à une consommation illégale de psychotropes ou de substances licites.

D'après les enquêtes, près de 50 % des adolescents croient que les médicaments psychotropes sont beaucoup plus sûrs que les drogues illégales de la rue – 60 % à 70 % d'entre eux disent que l'armoire à pharmacie chez eux est leur source d'approvisionnement.

Selon le Centre national sur la toxicomanie et l'usage illégal de substances de l'université de Colombie, les adolescents qui consomment des psychotropes de façon illégale sont deux

fois plus susceptibles de consommer de l'alcool, cinq fois plus susceptibles de consommer du cannabis et douze à vingt fois plus susceptibles de consommer des drogues de la rue telles que l'héroïne, l'ecstasy et la cocaïne que les adolescents qui ne consomment pas de psychotropes de façon illégale.

En 2007, la DEA a constaté que la consommation illégale de l'antidouleur Fentanyl avait tué plus de 1000 personnes cette année-là aux USA. Il est 30 à 50 fois plus puissant que l'héroïne.

Je me suis rendu compte que je consommais régulièrement de plus en plus de Xanax. J'ai pris congé pour en finir avec ça. **J'ÉTAIS EN MANQUE ET JE NE SAVAIS PAS QUE J'ÉTAIS INTOXICUÉE.** Pendant quatre jours et quatre nuits, je suis restée clouée au lit. Je ne pouvais ni manger ni dormir. Je vomissais. J'ai eu des hallucinations. Vers le troisième jour sans Xanax, mes mouvements étaient mal coordonnés et je perdais mon équilibre, je me cognais partout. Le quatrième jour environ, j'ai vraiment commencé à m'inquiéter quand des tremblements sont apparus. »

Patricia

La vérité sur la drogue

Les drogues sont essentiellement des poisons. L'effet dépend de la quantité. Une faible quantité agit comme un stimulant (vous excite). Une plus grande quantité agit comme un sédatif (vous ralentit). Une quantité encore plus grande vous empoisonne et vous tue.

C'est vrai pour toute drogue. Seule la quantité requise pour atteindre ces effets diffère.

Mais la plupart des drogues comportent un autre risque : elles affectent directement le mental. Elles peuvent modifier la perception qu'a l'utilisateur par rapport à ce qui survient autour de lui. Par la suite, les actions de la personne peuvent s'avérer bizarres, irrationnelles, inappropriées, voire destructrices.

Les drogues bloquent toutes les sensations, désirables ou non. Ainsi, tout en apportant une aide à court terme en soulageant la douleur, elles effacent également toute capacité et vivacité en troublant la pensée.

Les médicaments sont des drogues conçues pour accélérer, ralentir ou modifier d'une façon ou d'une autre la manière dont votre corps fonctionne, pour tenter d'améliorer son fonctionnement. Ils sont parfois nécessaires. Mais cela reste des drogues : ils agissent en tant que stimulants ou sédatifs, et en prendre trop peut vous tuer. Aussi, si vous n'utilisez pas ces médicaments selon leur prescription, ils peuvent s'avérer aussi dangereux que des drogues illégales.

**La solution est de s'informer
et de ne jamais commencer
à prendre de drogues.**



POURQUOI LES GENS PRENNENT-ILS DE LA DROGUE ?

Les gens prennent de la drogue parce qu'ils veulent changer quelque chose dans leur vie.

Voici quelques-unes des raisons données par les jeunes :

- Pour se sentir dans le coup
- Pour s'évader ou se relaxer
- Par ennui
- Pour se sentir adulte
- Pour se rebeller
- Pour faire une expérience

Ils pensent que la drogue est une solution. Mais en fin de compte, elle devient le problème.

Aussi difficile que cela puisse être de faire face à ses problèmes, les conséquences de la consommation des drogues sont toujours pires que le problème que l'on essaie de résoudre en en prenant. La solution est de s'informer et de ne jamais commencer à prendre de drogues.



SOURCES

“Drug Scheduling”, U.S. Drug Enforcement Administration

“Selected Prescription Drugs with Potential for Abuse”, National Institute on Drug Abuse

International Narcotics Control Board

Office of Drug Control Policy

« Prescription de sédatifs et tranquillisants », Association pour une Amérique sans drogue

Déclaration de Leonard J. Paulozzi devant le sous-comité judiciaire du sénat sur les crimes et la drogue, 12 mars 2008

Centre de recherche sur la toxicomanie

National Survey on Drug Use and Health 2007

Enquête nationale sur l’usage des drogues et sur la santé 2007

Suicides, violence et manies provoqués par les SSRI : Examen et analyse, P. Breggin

« Dépresseurs » Département des USA de la santé et des services à la personne et Centre d’informations national de la SAMHSA (agence fédérale responsable de la santé mentale aux USA) pour informer sur l’alcool et les drogues

« Médicaments psychotropes, un passage pour la toxicomanie de l’adolescence », *chronique de Houston*, 4 septembre 2008

Enquête nationale 2003-2005 d’OFDT (Observatoire français des drogues et des toxicomanies)

INPES (Institut national pour la prévention et l’éducation sanitaire)

L’Hebdo (Suisse), 23 oct. 2008

PHOTOGRAPHIES :
Page 2, page 9 : Stockxpert
Page 15 : doux faux pas
Page 24 : Wes Tarca

Des millions de livrets comme celui-ci ont été distribués dans le monde, en 22 langues. Au fur et à mesure que de nouvelles drogues apparaissent et que l’on découvre leurs effets, les livrets existants sont mis à jour et de nouveaux sont créés.

Les livrets sont publiés par la Foundation for a Drug-Free World, association d’intérêt général à but non lucratif basée à Los Angeles, en Californie.

La Fondation fournit des documents d’information, des conseils et coordonne la prévention à travers ses différents réseaux. Elle travaille avec des jeunes, des parents, des éducateurs, des associations et des agences gouvernementales — tous ceux qui veulent aider les gens à mener une vie sans drogue.

CE QUE VOUS DEVEZ SAVOIR

Ce livret fait partie d'une série de brochures d'information sur les drogues les plus courantes comme le cannabis, l'alcool, les drogues de synthèse, l'ecstasy, la cocaïne, le crack, la cristal meth, la méthamphétamine, les drogues par inhalation, l'héroïne, le LSD, ainsi que l'abus de drogues sur ordonnance. Muni de ces informations, le lecteur peut prendre la décision de mener une vie sans drogue.

Pour plus d'informations ou pour obtenir d'autres exemplaires de ce livret ou d'autres livrets de cette série, contactez :



Foundation for a Drug-Free World
1626 N. Wilcox Avenue, #1297
Los Angeles, CA 90028 USA
1-818-668-6378
info@drugfreeworld.org
drugfreeworld.org
www.nonaladrogue.fr

FRANCE
Non à la drogue, Oui à la vie
9 rue Parrot CS 72809
75590 Paris Cedex 12
+33 1 44 74 61 68
info@nonaladrogue.org
nonaladrogue.org

BELGIQUE
Foundation for a Drug-Free Europe
2, rue Dumonceau, 1000 Bruxelles
contact@fdfe.eu
www.fdf.eu

SUISSE
Association
Dites Non à la Drogue, Oui à la Vie
Case postale 504, 1001 Lausanne
Case postale 21, 1213 Petit-Lancy 1
information@adnad.org
nonaladrogue.ch

CANADA
Non à la Drogue, Oui à la vie
665-667 rue Saint-Joseph Est, Québec