
LA VÉRITÉ SUR LA
DROGUE
La drogue détruit des millions de vies chaque année. Que devriez-VOUS savoir à son sujet ?
Ecstasy
LSD Speed
Cocaïne
Cannabis
nonaladrogue.fr



POURQUOI CE LIVRET A-T-IL ÉTÉ PRODUIT

De nos jours, on entend beaucoup parler de la drogue dans la rue, à l'école, sur internet et à la télévision. Certaines choses sont vraies, d'autres pas.

Ce que vous ne savez pas toujours, c'est que ce que vous entendez sur la drogue vient souvent de ceux qui en vendent. D'anciens dealers avouent avoir dit n'importe quoi pour en vendre.

Il vous faut les faits véritables et la vérité sur la drogue afin de pouvoir prendre une décision éclairée au sujet des drogues. Ce livret a donc été préparé à votre intention.

Vos impressions sont importantes à nos yeux, donc faites-nous savoir ce que vous pensez de ce livret. Consultez notre site web **nonaladrogue.fr** et envoyez-nous un e-mail à **info@drugfreeworld.org**.

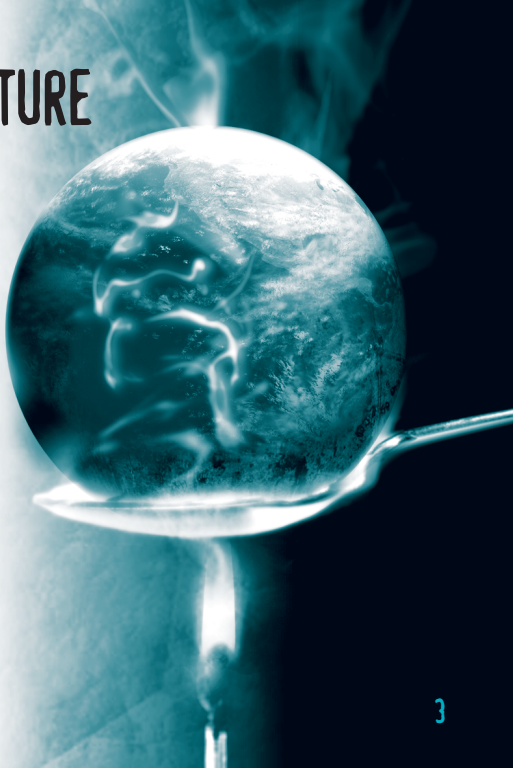
Avertissement : Ce livret met l'accent sur le danger de la consommation de certaines drogues. L'intention n'est pas de procurer au lecteur un conseil d'ordre médical ni de le dissuader d'avoir recours à un traitement médical.

La drogue dans notre culture

Les drogues font partie de notre culture depuis le milieu du XXe siècle. Elles sont devenues populaires dans les années 1960 par l'intermédiaire de la musique et des médias, se répandant dans de nombreux secteurs de la société.

Environ 296 millions de personnes dans le monde consomment des drogues illégales. Aux États-Unis, les résultats d'une enquête nationale ont révélé que 61 millions d'Américains (soit 22 pour cent de la population âgée de 12 ans et plus) avaient consommé des drogues illégales au cours de l'année précédant l'enquête.

Il y a de fortes chances que vous connaissiez quelqu'un qui est concerné par un problème de drogue, directement ou indirectement.



La drogue la plus courante — et la plus consommée — aux États-Unis est l'alcool. Parmi les 3 000 adolescents tués dans des accidents de la route, environ 1 sur 5 avait bu.

Une autre drogue très couramment utilisée est le cannabis. Selon le Rapport mondial sur les drogues des Nations Unies, près de 4 pour cent de la population mondiale âgée de 15 à 64 ans consomme du cannabis.

Aujourd'hui, les jeunes sont exposés aux drogues de plus en plus jeune. D'après l'enquête Monitoring the Future, environ 62 pour cent des élèves de terminale à l'échelle nationale ont consommé de l'alcool et 38 pour cent ont fumé des joints.

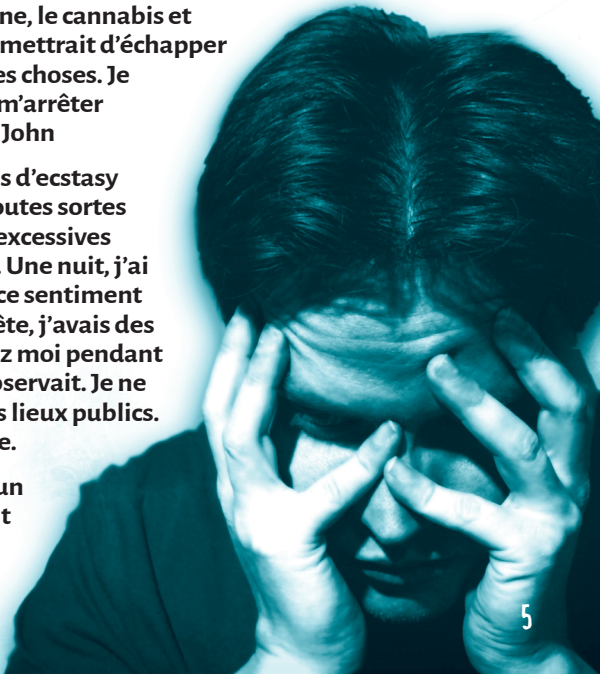
En Europe, des études récentes menées auprès de jeunes de 15 et 16 ans montrent qu'en moyenne 16 pour cent d'entre eux ont consommé du cannabis au moins une fois, et plus de 7 pour cent en ont consommé au cours du mois dernier. On trouve les pourcentages les plus élevés chez les adolescents de Tchéquie (29 pour cent), suivis par ceux d'Italie (28 pour cent) et de Lettonie (27 pour cent).



Mon but dans la vie n'était pas de vivre, mais de planer. Au fil des années, je me suis tourné vers la cocaïne, le cannabis et l'alcool, croyant à tort que cela me permettrait d'échapper à mes problèmes. Cela n'a fait qu'empirer les choses. Je n'arrêtais pas de me dire : "Après ça, je vais m'arrêter définitivement." Ça n'est jamais arrivé. » — John

J'ai d'abord pris de l'herbe, puis des pilules d'ecstasy et de l'acide, faisant des cocktails avec toutes sortes de drogues. Je prenais même des doses excessives pour faire durer l'euphorie plus longtemps. Une nuit, j'ai fait un bad trip. J'ai prié et pleuré pour que ce sentiment disparaisse. J'entendais des voix dans ma tête, j'avais des tremblements et je n'ai pas pu sortir de chez moi pendant six mois. Je pensais que tout le monde m'observait. Je ne pouvais plus sortir et me retrouver dans des lieux publics. Bon sang ! Je ne pouvais même pas conduire.

« J'ai fini par vivre dans la rue, dormant sur un carton près de la gare, mendiant et essayant tant bien que mal d'obtenir mon prochain repas. » — Ben



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 finalement, la drogue devient le problème.

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

COMMENT LA DROGUE AGIT-ELLE ?

Les drogues sont essentiellement des poisons. L'effet dépend de la quantité consommée.

Une faible quantité agit comme un stimulant (vous excite). Une quantité plus grande agit comme un sédatif (diminution de l'activité). Une quantité encore plus grande agit comme un poison et peut entraîner la mort.

C'est vrai pour n'importe quelle drogue. La seule chose qui change, c'est la quantité nécessaire pour obtenir un effet.

Mais beaucoup de drogues présentent un autre risque : elles affectent directement le mental. Elles peuvent modifier la perception des consommateurs par rapport à ce qui se passe autour de lui. Résultat, les actions de la personne peuvent s'avérer bizarres, irrationnelles, inappropriées, voire destructrices.

Les drogues bloquent aussi toutes les sensations, désirables ou non. Ainsi, même si elles peuvent soulager la douleur à court terme, elles privent aussi une personne de sa vivacité d'esprit, de son habileté et de sa capacité à penser clairement.

Les médicaments sont des drogues destinées à accélérer, ralentir ou modifier le fonctionnement du corps, pour l'améliorer. Parfois, les médicaments sont nécessaires. Mais cela reste des drogues : ils agissent en tant que stimulants ou sédatifs, et en prendre trop peut vous tuer. Si ils ne sont pas utilisés comme indiqué, les médicaments peuvent être aussi dangereux que les drogues illégales.

Les drogues ont un effet sur le mental

Normalement, quand une personne se rappelle quelque chose, le mental fait un travail rapide et fournit promptement l'information. Mais les drogues peuvent brouiller la mémoire, laissant des zones floues. Quand une personne essaie de se souvenir d'informations à travers ce brouillard, elle n'y arrive pas. Les drogues donnent à une personne l'impression d'être lente ou stupide et entraînent des échecs dans la vie. À mesure que la vie devient plus difficile et qu'une personne connaît plus d'échecs, elle veut plus de drogues pour l'aider à faire face au problème.

Les drogues détruisent la créativité

Un des mensonges qu'on raconte sur les drogues, c'est qu'elles aident une personne à être plus créative. La vérité est en fait tout le contraire.

Quelqu'un pourrait penser que prendre des drogues lui donnera des idées créatives. Mais ce n'est pas comme ça que les drogues fonctionnent. Les drogues peuvent donner à une personne un faux sentiment de liberté créative, mais, lorsque l'effet de la drogue s'estompe, la personne s'effondre. Et chaque fois, la chute émotionnelle est plus profonde. Finalement, les drogues détruiront complètement toute la créativité qu'une personne possède.



Les faits concernant les drogues les plus couramment consommées proviennent de plusieurs sources. Nous vous fournissons ici la vérité sur ce que sont ces drogues et ce qu'elles font.

- Cannabis ..... Page 10
- Alcool ..... Page 12
- Fentanyl ..... Page 14
- Drogues de synthèse ..... Page 16
- Ecstasy ..... Page 18
- Cocaïne & Crack ..... Page 20
- Crystal meth & méthamphétamine ..... Page 22
- Drogues par inhalation ..... Page 24
- Héroïne ..... Page 26
- LSD ..... Page 28
- Consommation abusive de psychotropes ..... Page 30

CANNABIS

Le cannabis est souvent roulé dans une cigarette appelée *joint*. Il peut également être infusé comme du thé, mélangé à de la nourriture ou fumé avec une pipe à eau appelée *bang*. Les brownies, les cookies et les bonbons sont des formes courantes de produits comestibles à base de cannabis. De nombreux produits comestibles ressemblent à des bonbons ou à des snacks ordinaires que les enfants connaissent, ce qui peut donner l'impression qu'ils sont inoffensifs.

NOMS COURANTS :

- **Chichon**
- **Zaza**
- **Zèb**
- **420**
- **Ganja**
- **Herbe**
- **Canna**
- **Home Grown**
- **J**
- **Marijuana**
- **Pot**
- **Oinj**
- **Teuchi**
- **Zamal**
- **Weed**

Le cannabis est l'une des drogues les plus consommées. Aujourd'hui, il est souvent plus puissant qu'auparavant. De nouvelles techniques de culture et de croisements ciblés ont permis de produire des souches avec des niveaux de THC* beaucoup plus élevés, l'ingrédient principal responsable de l'intoxication. C'est pourquoi le nombre de visites aux urgences liées au cannabis a fortement augmenté chez les jeunes consommateurs.

Selon l'Organisation mondiale de la Santé, 200 millions de personnes dans le monde consomment du cannabis chaque année. Aux États-Unis, le cannabis est la drogue psychotrope (une drogue qui affecte l'état mental d'une personne) la plus consommée après l'alcool, avec près de 12 millions de jeunes adultes

* THC : la substance chimique du cannabis responsable de ses effets psychotropes

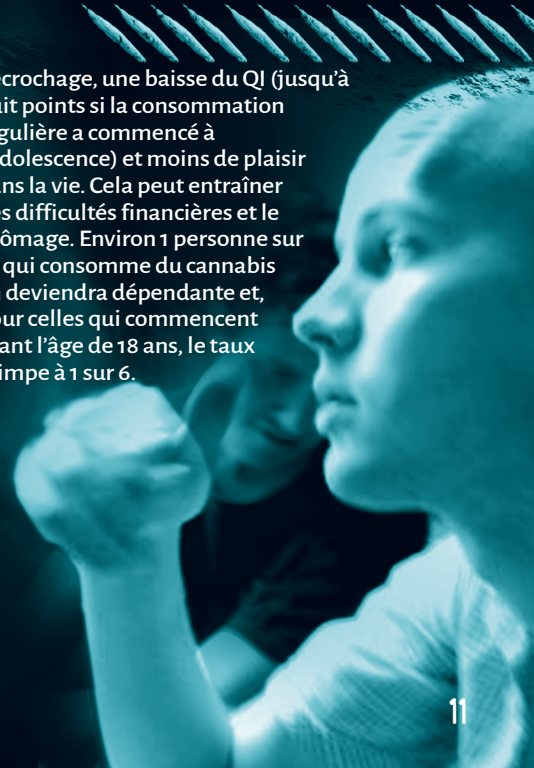
déclarant avoir consommé du cannabis au cours de l'année. Il existe une grande différence entre les dernières découvertes scientifiques sur le cannabis et les mythes qui l'entourent. Beaucoup de gens pensent que, parce que le cannabis est légal dans certains endroits, il doit être inoffensif. Mais votre corps ne fait pas la différence entre une drogue légale et une drogue illégale.

Effets à court terme :

Les effets immédiats du cannabis incluent une accélération du rythme cardiaque, une désorientation et un manque de coordination physique, souvent suivis de dépression ou de somnolence. Certains utilisateurs ressentent des crises de panique ou de l'anxiété, qui sont plus probables avec de fortes doses ou du cannabis à forte puissance.

Effets à long terme :

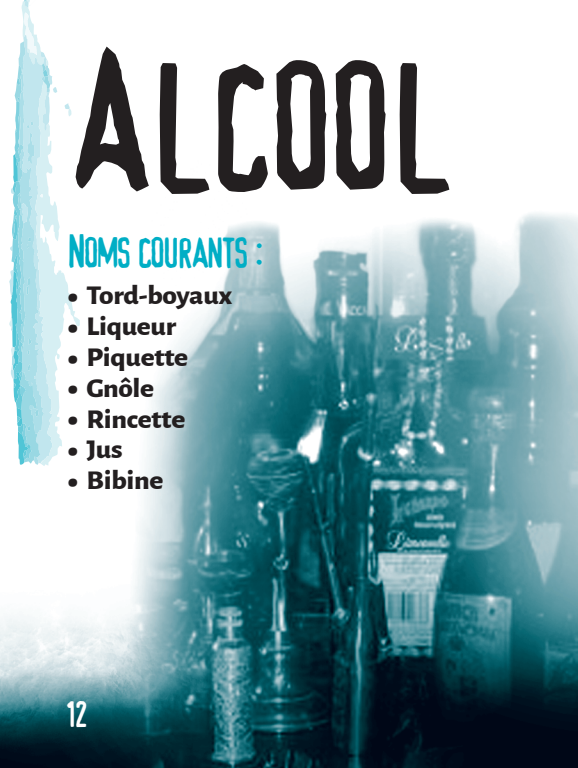
Les effets à long terme incluent de mauvaises performances scolaires, un risque accru de décrochage, une baisse du QI (jusqu'à huit points si la consommation régulière a commencé à l'adolescence) et moins de plaisir dans la vie. Cela peut entraîner des difficultés financières et le chômage. Environ 1 personne sur 10 qui consomme du cannabis en deviendra dépendante et, pour celles qui commencent avant l'âge de 18 ans, le taux grimpe à 1 sur 6.



ALCOOL

NOMS COURANTS :

- **Tord-boyaux**
- **Liqueur**
- **Piquette**
- **Gnôle**
- **Rincette**
- **Jus**
- **Bibine**



L'alcool inhibe le système nerveux central (cerveau et moelle épinière), libère des inhibitions* et empêche le raisonnement. Boire de grandes quantités peut entraîner un coma et même la mort par intoxication alcoolique. Le mélange d'alcool et de médicaments ou de drogue est extrêmement dangereux et peut être fatal.

L'alcool affecte tous les systèmes du corps, entraînant une perte de coordination, un ralentissement des réflexes, une vision déformée, des trous de mémoire et des blackouts. La consommation d'alcool peut perturber la croissance et le développement normaux durant l'adolescence, ainsi que le bien-être mental et émotionnel. Parmi tous les conducteurs âgés de 15 à 18 ans impliqués dans des accidents mortels au cours d'une année, plus d'un sur cinq avait consommé de l'alcool.

* inhibitions : idées ou règles qui bloquent une personne et l'empêche d'agir

Effets à court terme :

Sensation de chaleur, irritation cutanée, jugement altéré, manque de coordination, discours incompréhensible, pertes de mémoire et de compréhension. Une importante consommation d'alcool entraîne également une gueule de bois, des maux de tête, des nausées, de l'anxiété, des faiblesses, des tremblements et quelquefois des vomissements.

Effets à long terme :

Une tolérance accrue à l'alcool entraîne une consommation plus importante. Cela peut causer de graves problèmes physiques, notamment des lésions hépatiques, des maladies cardiaques et un risque accru de cancer. Une femme enceinte qui boit peut donner naissance à un enfant ayant des malformations au niveau du cœur, du cerveau et d'autres organes. L'enfant peut aussi grandir avec des troubles graves de l'apprentissage, des problèmes de vue ou d'audition et bien d'autres encore.



Fentanyl

Le fentanyl est un opioïde très puissant qui est utilisé depuis longtemps dans les procédures médicales.

Le fentanyl médical est parfois détourné et vendu illégalement. Il peut se présenter sous forme de patchs cutanés, de liquides injectables ou de pastilles à libération lente. Deux milligrammes de fentanyl peuvent suffire à tuer une personne qui n'est pas habituée à consommer des opioïdes.

Le fentanyl illégal se présente sous forme de poudre blanche ou de fausses pilules qui ressemblent à d'autres médicaments. Le fentanyl est parfois mélangé à d'autres drogues illégales, comme l'héroïne, la cocaïne ou la méthamphétamine. Les trafiquants de drogue pressent souvent le fentanyl en pilules contrefaites, dont chacune peut contenir une dose mortelle de fentanyl.

Noms courants :

- **Apache**
- **China Girl**
- **Dance Fever**
- **Drop Dead**
- **Fetty**
- **Jackpot**
- **Lethal Injection**
- **Murder 8**
- **Poison**
- **Tango & Cash**

Ces dernières années, le fentanyl fabriqué par des criminels a inondé le marché, causant chaque année des dizaines de milliers de décès par surdose.

Effets à court terme :

Les utilisateurs ressentent un effet sédatif, de la confusion, des vertiges, des nausées, des pupilles minuscules, des vomissements et de la constipation. La drogue affecte gravement les poumons, ralentissant la respiration, ce qui peut entraîner la mort si une trop grande quantité de drogue est consommée.

Effets à long terme :

Les personnes qui s'injectent du fentanyl peuvent souffrir d'affaissement des veines ou d'infections bactériennes de la peau et du cœur. L'abus de fentanyl met le cœur à rude épreuve et peut provoquer une insuffisance cardiaque congestive et des battements de cœur irréguliers. Bien sûr, les pires effets à long terme sont la dépendance et le risque très réel de mourir d'une surdose.

Je suis allée dans sa chambre, j'ai ouvert la porte et je l'ai trouvée. Elle semblait debout mais elle était penchée en avant, la tête contre l'accoudoir du divan, entourée d'une flaque de vomi. Quand je l'ai relevée, ses yeux étaient ouverts, et je savais qu'elle était morte. »
— Mère



DROGUES DE SYNTHÈSE

NOMS COURANTS :

- **Sels de bain**
- **Black Mamba**
- **Blizzard**
- **Fake Weed**
- **K2**
- **N-Bomb**
- **Smiles**
- **Spice**

Les drogues de synthèse sont fabriquées en laboratoire à partir de produits chimiques artificiels. Les types de drogues de synthèse les plus courants imitent les drogues souvent consommées : le cannabis, les stimulants, les tranquillisants et les opioïdes. Le nombre de drogues synthétiques, ou « drogues de synthèse », sur le marché illicite est en constante évolution.

Les drogues de synthèse sont devenues populaires parce que les trafiquants et les dealers pouvaient prétendre qu'ils vendaient des substances « légales ». Les consommateurs de drogues ne savent pas ce que contient la drogue de synthèse qu'ils viennent d'acheter, comment elle va les affecter ou quelles substances nocives elle peut contenir.



Effets à court terme :

Hallucinations et délires, confusion et désorientation, psychose, pensées suicidaires ou suicide, agitation et anxiété extrêmes, attaques de panique, dépression, insomnie, comportement violent, difficultés respiratoires, absence de réaction, perte de conscience, maux de tête, nausées, vomissements, diarrhée, transpiration excessive, forte fièvre, problèmes rénaux, crise cardiaque et hémorragie cérébrale.

Effets à long terme :

Lésions et défaillances rénales, lésions hépatiques, crises d'épilepsie, œdème cérébral, mort cérébrale, tremblements, fatigue extrême, insomnie, perte de mémoire et confusion, paralysie, anxiété et dépression sévères et durables, gangrène pouvant nécessiter des amputations, et même la mort.

ECSTASY

NOMS COURANTS :

- **Adam**
- **Ecsta**
- **Ex**
- **E**
- **MD**
- **Pilule de l'amour**
- **Speed de l'amoureux**
- **Molly**
- **Scooby Snacks**
- **X**
- **XTC**



L'ecstasy est une drogue fabriquée en laboratoire. L'ecstasy pure est un produit chimique appelé *MDMA*, mais les fabricants ajoutent souvent d'autres drogues à leurs comprimés, comme la caféine, l'amphétamine* et même la cocaïne. L'ecstasy se prend généralement par voie orale sous forme de pilule, de comprimé ou de capsule. Prendre plus d'une pilule à la fois s'appelle *bumping*. Les pilules d'ecstasy sont de différentes couleurs et portent parfois des images de dessins animés.

L'ecstasy a des effets hallucinogènes et stimulants. Les effets stimulants peuvent pousser l'utilisateur à danser pendant de longues périodes lors d'événements musicaux appelés *raves*. Mais consommer de l'ecstasy dans des conditions chaudes et surpeuplées, comme celles des raves en intérieur ou en extérieur, peut entraîner une déshydratation et une surchauffe extrêmes, ce qui peut provoquer une défaillance des organes, voire la mort. Mélanger l'ecstasy avec de l'alcool est extrêmement dangereux et peut être mortel.

* amphétamine : une substance stimulant le système nerveux central, souvent appelée *speed*

Effets à court terme :

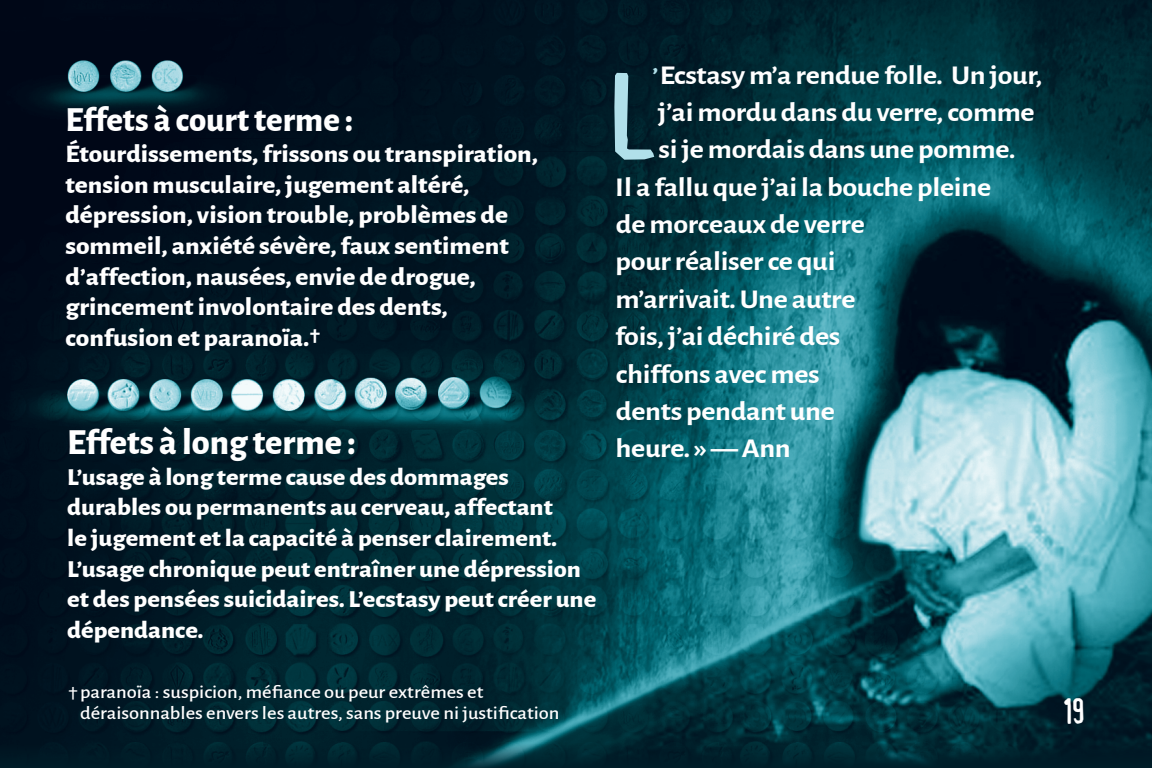
Étourdissements, frissons ou transpiration, tension musculaire, jugement altéré, dépression, vision trouble, problèmes de sommeil, anxiété sévère, faux sentiment d'affection, nausées, envie de drogue, grincement involontaire des dents, confusion et paranoïa.†

Effets à long terme :

L'usage à long terme cause des dommages durables ou permanents au cerveau, affectant le jugement et la capacité à penser clairement. L'usage chronique peut entraîner une dépression et des pensées suicidaires. L'ecstasy peut créer une dépendance.

† paranoïa : suspicion, méfiance ou peur extrêmes et déraisonnables envers les autres, sans preuve ni justification

L'Ecstasy m'a rendue folle. Un jour, j'ai mordu dans du verre, comme si je mordais dans une pomme. Il a fallu que j'ai la bouche pleine de morceaux de verre pour réaliser ce qui m'arrivait. Une autre fois, j'ai déchiré des chiffons avec mes dents pendant une heure. » — Ann



LA COCAÏNE & LE CRACK



La cocaïne est une drogue en poudre qui peut être prise par voie orale ou sniffée par le nez. Pour ingérer la drogue plus rapidement, elle est parfois dissoute et injectée avec une seringue, ce qui augmente considérablement le risque de surdose. Le crack est fabriqué en traitant la cocaïne en poudre avec de l'eau, du bicarbonate de soude ou de l'ammoniaque pour créer de petites pierres dures. Il est fumé pour procurer un effet planant rapide et immédiat.

NOMS COURANTS :

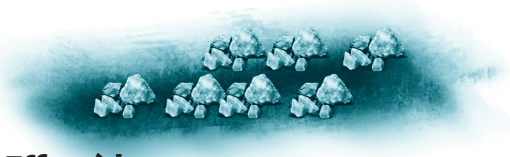
- **Coco**
- **Coke**
- **Crack**
- **Poudre**
- **Rocks**
- **Blanche**
- **Snow**

La cocaïne est raffinée à partir des feuilles de la plante de coca. Les drogues stimulantes comme la cocaïne peuvent rapidement entraîner une dépendance physique et psychologique.



Effets à court terme :

La cocaïne produit la sensation de « planer » de façon éphémère et intense, sensation qui s'inverse immédiatement après – des sensations intenses de dépression, d'irritation et un besoin maladif de cocaïne. Les consommateurs qui en prennent souvent mangent et dorment mal. Ils peuvent avoir un rythme cardiaque très rapide, des spasmes musculaires et des convulsions. La drogue peut rendre le consommateur paranoïaque, coléreux, hostile et anxieux, même quand il ne plane pas.



Effets à long terme :

Après une consommation prolongée, la cocaïne peut entraîner de l'irritabilité, des problèmes d'humeur, de l'agitation, de la paranoïa et des hallucinations auditives. Les gens développent une tolérance à la drogue, ce qui signifie qu'ils ont besoin d'en consommer davantage pour planer. Une consommation chronique peut également causer des lésions nerveuses, un AVC et une dégradation musculaire.

La descente de cocaïne provoque une dépression sévère, qui s'aggrave à chaque prise. Cette dépression peut devenir si puissante que les cocaïnomanes sont prêts à faire n'importe quoi, y compris tuer, pour se procurer leur dose. Si ils ne peuvent pas obtenir de cocaïne, la dépression peut devenir si intense qu'elle peut pousser les toxicomanes au suicide.



Crystal meth & méthamphétamine

Le crystal meth et la méthamphétamine peuvent être consommés par inhalation, ingérés, être fumés ou injectés. Ils peuvent être vendus sous forme de poudre ou de pilule, ou sous forme de cristaux irréguliers.

Le crystal meth est un type de méthamphétamine qui ressemble à de petits morceaux de verre ou à des cailloux bleu-blanc brillants. Il s'agit d'un stimulant extrêmement puissant qui entraîne une dépendance, de l'agressivité et des comportements violents, voire psychotiques. De nombreux utilisateurs rapportent être devenus accro dès la première prise. C'est l'une des addictions aux drogues les plus difficiles à surmonter.

Noms courants :

- **Crank**
- **Crystal**
- **Glass**
- **Go-fast**
- **Ice**
- **Quartz**
- **Speed**
- **Tina**
- **Meth**

Effets à court terme :

Des troubles du sommeil, de l'hyperactivité, des nausées, une illusion de pouvoir, ainsi qu'une agressivité et une irritabilité accrues. Peut entraîner une perte d'appétit, qui peut à son tour entraîner une perte de poids extrême. De fortes doses peuvent provoquer une montée intense, suivie d'une agitation accrue et parfois de violence. D'autres effets peuvent comprendre : de l'insomnie, de la confusion, des hallucinations, de l'anxiété et de la paranoïa. Cela peut causer des convulsions mortelles.

Effets à long terme :

Augmentation de la fréquence cardiaque et de la pression artérielle, dommages aux vaisseaux sanguins du cerveau pouvant entraîner des AVC, battements de cœur irréguliers, défaillance cardiaque ou vasculaire et même la mort. La meth peut également causer des dommages au foie, aux reins et aux poumons. Les consommateurs peuvent souffrir de lésions cérébrales, de dépression et de troubles de la mémoire.



Le crystal meth était ma drogue de prédilection, mais il y en avait d'autres aussi : bon marché, facile à se procurer, facile de devenir accro et, bien sûr, facile à consommer. Je l'ai essayé une fois et BOUM ! J'étais accro. L'un des principaux aspects de ma vie qui en a souffert, c'est ma carrière musicale. Je faisais partie d'un groupe de musique super, je jouais une musique géniale et j'avais des copains qui n'étaient pas seulement des musiciens, mais mes meilleurs amis. Tout a changé quand j'ai commencé à prendre de la meth. » — Brad

Drogues par inhalation

Noms courants :

- **Gaz hilarant**
- **Poppers**
- **Rush**
- **Snappers**
- **Whippets**



Les drogues par inhalation sont des produits chimiques courants que l'on trouve dans des produits comme les aérosols, les produits de nettoyage, la colle, la peinture, le diluant à peinture, les marqueurs, le dissolvant pour vernis à ongles, le nitrite d'amyle* et le gaz pour briquet. Ils sont reniflés ou inhalés (on appelle ça le *huffing*). Il existe des centaines de ces produits chimiques dans la plupart des maisons, des bureaux ou des magasins de bricolage.

Les drogues par inhalation ont des effets graves sur le cerveau. Quand des vapeurs sont inhalées par le nez ou la bouche, elles peuvent causer des dommages physiques et mentaux irréversibles. Les produits chimiques prennent la place de l'oxygène dans les poumons, ce qui entraîne une privation d'oxygène, voire une suffocation. Cela accélère le rythme cardiaque et le rend irrégulier, ce qui peut entraîner une insuffisance cardiaque soudaine.

Les personnes qui prennent des drogues par inhalation peuvent perdre le sens de l'odorat, souffrir de nausées et de saignements de nez et peuvent présenter des problèmes au niveau du

* nitrite d'amyle : un produit chimique jaune pâle utilisé en médecine pour dilater les vaisseaux sanguins et dans la fabrication de certains colorants et explosifs, parfois détourné de son usage pour ses effets stimulants

foie, des poumons et des reins. Une consommation régulière peut entraîner une réduction de la masse musculaire, de la tonicité et de la force. Les drogues par inhalation peuvent empêcher les gens de marcher, de parler et de penser normalement. Certaines personnes deviennent dépendantes des drogues par inhalation.

Effets à court terme :

Confusion, difficulté à articuler, manque de coordination, vertiges et euphorie. Le consommateur peut être somnolent et avoir la tête qui tourne, et souffrir de maux de tête, d'hallucinations et de délires. Sous l'effet de ce type de drogues, quelqu'un peut aussi réagir avec une extrême violence.

Effets à long terme :

Dommages au foie, à la moelle osseuse et aux reins, spasmes musculaires dus à des lésions nerveuses, fonte musculaire, diminution du tonus et de la force musculaires. Des lésions cérébrales permanentes peuvent entraîner des problèmes de réflexion, de vision, d'ouïe et de motricité.



HÉROÏNE



NOMS COURANTS :

- **Came**
- **Rabla**
- **H**
- **Schnouf**
- **Junk**
- **Brown**
- **Smack**

L'héroïne, comme l'opium et la morphine, est fabriquée à partir de la résine de pavot. Elle est généralement injectée, sniffée ou fumée. L'héroïne a un effet tranquillisant et analgésique. L'utilisateur ressent une montée d'euphorie, suivie de somnolence et de sédation.

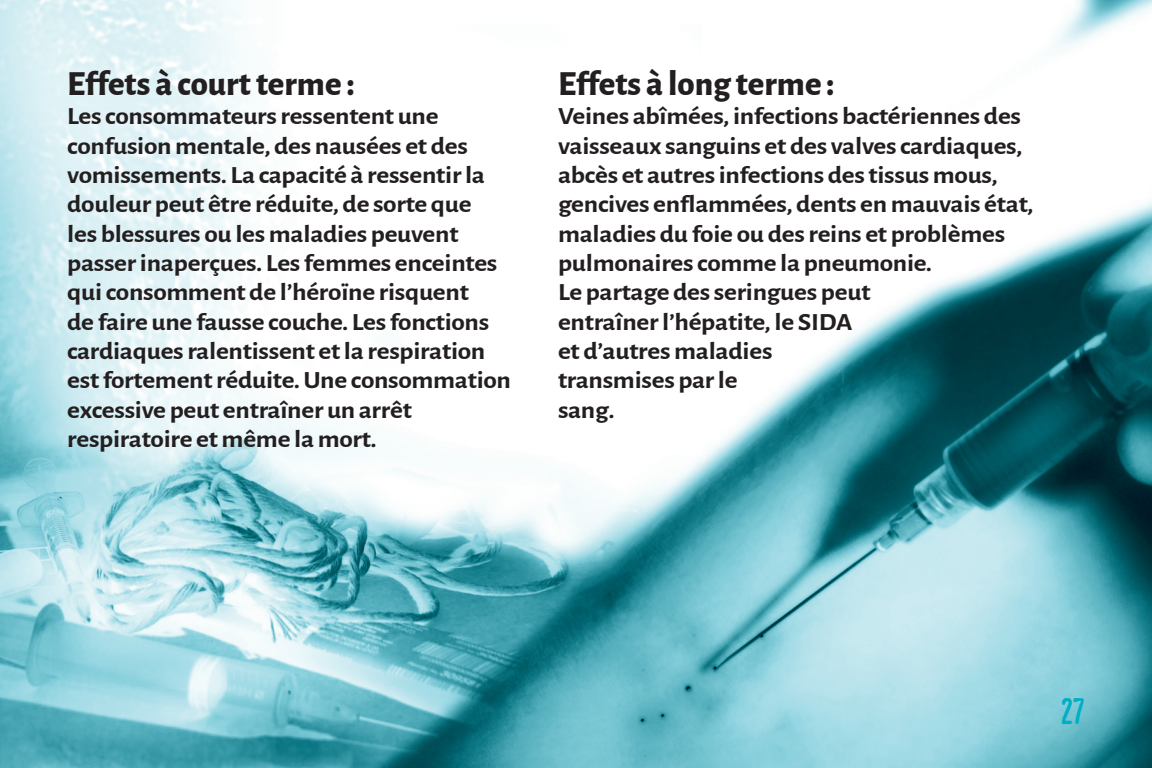
La respiration ralentit et la peau devient chaude et rouge. Pour beaucoup de gens, elle devient très vite addictive. S'injecter la drogue peut entraîner un risque de SIDA, d'hépatite (maladie du foie), d'infections cardiaques et d'autres problèmes causés par le partage d'aiguilles infectées. Ces problèmes de santé peuvent être transmis à des partenaires sexuels et à des nouveau-nés. La violence et la criminalité sont souvent liées à la consommation d'héroïne.

Effets à court terme :

Les consommateurs ressentent une confusion mentale, des nausées et des vomissements. La capacité à ressentir la douleur peut être réduite, de sorte que les blessures ou les maladies peuvent passer inaperçues. Les femmes enceintes qui consomment de l'héroïne risquent de faire une fausse couche. Les fonctions cardiaques ralentissent et la respiration est fortement réduite. Une consommation excessive peut entraîner un arrêt respiratoire et même la mort.

Effets à long terme :

Veines abîmées, infections bactériennes des vaisseaux sanguins et des valves cardiaques, abcès et autres infections des tissus mous, gencives enflammées, dents en mauvais état, maladies du foie ou des reins et problèmes pulmonaires comme la pneumonie.
Le partage des seringues peut entraîner l'hépatite, le SIDA et d'autres maladies transmises par le sang.



LSD

Noms courants :

- **Acide**
- **Buvard**
- **Soleil jaune**
- **Cid**
- **Heavenly Blue**
- **Goutte**
- **Purple Heart**
- **Tab**

Le LSD est vendu en comprimés, en capsules ou sous forme liquide. Il est également souvent déposé sur du papier buvard, puis découpé en petits carrés décorés appelés *blotters*.

Le LSD est l'un des produits chimiques qui altèrent le plus l'humeur. Il est dérivé de l'ergot de seigle, un champignon extrêmement toxique qui se développe sur le seigle et d'autres céréales. Les consommateurs de LSD appellent les effets de la drogue un *trip*. Un trip au LSD est imprévisible et peut provoquer des effets mentaux graves qui durent 12 heures ou plus.



Effets à court terme :



Dilatation des pupilles, augmentation de la température du corps, accélération du rythme cardiaque et augmentation de la pression sanguine, transpiration, perte de l'appétit, insomnie, assèchement de la bouche et tremblements incontrôlables. Hallucinations et distorsions du temps, de l'espace, des couleurs, des sons et de l'image corporelle. Certaines personnes ressentent des pensées et des sentiments terrifiants, la peur de perdre le contrôle, la peur de devenir fou, la peur de mourir et des sentiments de désespoir.



Effets à long terme :

Des flash-back, c'est-à-dire le fait de revivre un trip au LSD, souvent de façon inattendue et longtemps après en avoir pris. Ces flash-back peuvent se produire même des mois ou des années plus tard. Certains utilisateurs développent des psychoses durables.

Consommation abusive de psychotropes

Les antidouleurs, les tranquillisants, les antidépresseurs, les somnifères et les stimulants peuvent sembler « sûrs » parce qu'ils sont prescrits par des médecins, mais ils peuvent être tout aussi addictifs et dangereux que les drogues vendues dans la rue. L'antidouleur OxyContin, par exemple, est aussi puissant que l'héroïne et affecte le corps de la même façon. L'usage continu d'antidouleurs, de dépresseurs (« downers »), de stimulants (« uppers ») ou d'antidépresseurs peut entraîner une addiction — et des symptômes de manque douloureux lorsqu'on essaie d'arrêter.

Il est important de noter que toute pilule vendue illégalement, peu importe à quel point elle semble authentique, pourrait avoir été produite par des trafiquants de drogue qui y auraient ajouté une dose mortelle de fentanyl. En un an, plus de 80 millions de faux comprimés contenant du fentanyl ont été saisis aux États-Unis. Sept comprimés sur dix contenaient assez de fentanyl pour tuer une personne. Voici quelques-uns des effets de ces drogues.

Antidouleurs : OxyContin, fentanyl, morphine, Percodan et Demerol ne sont que quelques-uns des nombreux antidouleurs. Leurs effets peuvent aller d'un ralentissement de la respiration à des nausées et à l'inconscience. Une consommation excessive peut créer une dépendance.

Dépresseurs : ces drogues, qui ralentissent l'activité du cerveau et du système nerveux, incluent le Xanax, le Zyprexa, le Valium et bien d'autres. Les dépresseurs peuvent entraîner des problèmes cardiaques, une prise de poids, un état d'épuisement* et des troubles de l'élocution. Une consommation régulière peut créer une dépendance.

Les stimulants : ces drogues accélèrent le rythme cardiaque et la respiration, de la même manière que le « speed » ou la cocaïne. Parmi les exemples, on trouve les « médicaments pour étudier » comme la Ritaline, l'Adderall, le Concerta et les drogues connues sous le nom de *bennies*. Ils provoquent, entre autres, une augmentation de la pression sanguine et du rythme cardiaque, l'hostilité et la paranoïa.

Antidépresseurs : des exemples courants incluent le Prozac, le Paxil, le Zoloft et le Celexa. Ils provoquent, entre autres, un rythme cardiaque irrégulier, des réactions paranoïdes, des pensées violentes ou suicidaires et des hallucinations. Une consommation prolongée peut créer une dépendance.

* état d'épuisement : état de fatigue physique ou mentale extrême

Ce que les dealers vous diront

Lorsque des adolescents ont été interrogés pour savoir pourquoi ils avaient commencé à se droguer, 55 pour cent ont répondu qu'ils l'avaient fait suite à des pressions de leurs amis. Ils voulaient être cools et populaires. Les dealers le savent.

Ils s'approcheront de vous en tant qu'ami et vous proposeront de vous « aider » avec « quelque chose qui vous remontera ». La drogue vous « aidera à vous intégrer » ou « vous rendra cool ».

Les dealers, motivés par l'argent, diront n'importe quoi pour que vous achetiez leurs drogues.

Ils vous diront qu'avec la cocaïne, « ce sera la fête tous les jours » et que « l'héroïne vous protège contre l'anxiété ». Si vous prenez de l'ecstasy, « vous pourrez être avec plein de filles ».

Ils se fichent que la drogue ruine votre vie tant qu'ils sont payés. Tout ce qui les intéresse, c'est l'argent. D'anciens dealers admettent qu'ils considéraient les acheteurs comme des « pions dans une partie d'échecs ».

Obtenez les faits sur la drogue. Prenez vos propres décisions.

Des millions de livrets comme celui-ci ont été distribués dans le monde, en plus de 20 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'utilité publique à but non lucratif basée à Los Angeles, en Californie.

La fondation fournit des documents d'information et des conseils, et coordonne la prévention à travers son réseau international. 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.

RÉFÉRENCES :

Pour avoir d'autres informations sur les sources utilisées pour compiler ce livret, merci de consulter le site nonaladrogue.fr/drugfacts/references.html.

CRÉDITS PHOTOS : page 8 : Alamy (à gauche) ; page 13 : istockphoto.com, Lisa Young ; page 26 : Luke Peters

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, le fentanyl, les drogues de synthèse, l'ecstasy, la cocaïne, le crack, le crystal meth et la méthamphétamine, les drogues par inhalation, l'héroïne, le LSD, ainsi que l'abus de médicaments sur ordonnance. Muni de ces informations, le lecteur peut prendre la décision de mener une vie sans drogue.

Pour faire des cours en ligne gratuits ou pour vous connecter à un chapitre Un Monde Sans Drogue dans votre région, allez sur Nonaladrogue.fr

Fondation pour un Monde Sans Drogue
Nonaladrogue.fr • info@drugfreeworld.org
+1 (888) 668-6378 • +1 (818) 952-5260

NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE

Scannez ici pour télécharger le livret

© 2025 Foundation for a Drug-Free World. Tous droits réservés. La vérité sur la drogue et le Logo de la Foundation for a Drug-Free World (Fondation pour un Monde Sans Drogue) sont des marques de fabrique détenues par la Foundation for a Drug-Free World et utilisées avec sa permission.
Imprimé aux États-Unis par DC, 6130 Sheila St., Commerce, CA 90040 USA.#S001562 - FRENCH (NON-FRA)