LA VÉRITÉ SUR L'ECSTASY



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.



Danser avec LA MORT ?

Malheureusement, l'ecstasy est l'une des drogues les plus populaires chez les jeunes et elle est souvent associée aux raves et à la musique électronique.

L'Office des Nations Unies contre la drogue et le crime a estimé que près de 20 millions de personnes dans le monde ont consommé de l'ecstasy en un an, et de nombreux décès liés à l'ecstasy ont été signalés dans les services d'urgence des hôpitaux du monde entier. Plus récemment, la consommation de MDMA* s'est étendue au-delà des raves et est consommée par un plus large éventail de jeunes adultes comme drogue de fête.

Mélangée à l'alcool, l'ecstasy devient plus dangereuse et peut être encore plus mortelle.



* MDMA : abréviation du nom chimique d'une drogue de synthèse illégale qui modifie l'humeur et la perception et qui est chimiquement similaire aux stimulants et aux hallucinogènes

Tu veux vraiment faire la fête ?



Nikki était comme beaucoup d'adolescents qui vont à des raves. Elle voulait échapper à ses problèmes et s'amuser, alors elle avait prévu de faire la fête toute la nuit avec ses amis. L'un de ses amis avait une bouteille d'ecstasy liquide dans sa voiture, et ils ont tous décidé d'en prendre. La drogue a vite pris le dessus. Nikki a dansé pendant des heures, bien au-delà de ses limites habituelles. Un ami a déclaré plus tard dans un rapport de police : « Nikki ne sentait plus rien. »

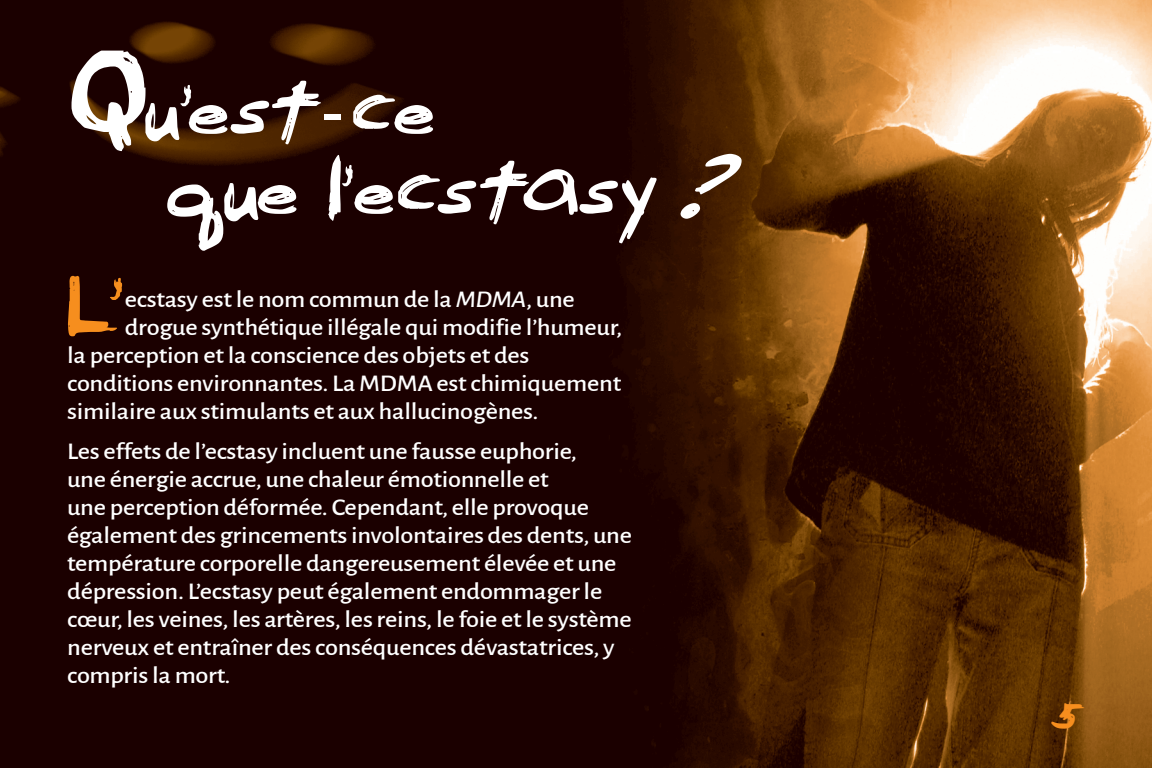
Le lendemain matin, Nikki était morte. La cause : une intoxication à l'ecstasy.

« Mais ça ne m'arrivera pas », pensez-vous peut-être. Peut-être pas, mais voulez-vous vraiment prendre ce risque ?

Qu'est-ce que l'ecstasy ?

L'ecstasy est le nom commun de la *MDMA*, une drogue synthétique illégale qui modifie l'humeur, la perception et la conscience des objets et des conditions environnantes. La MDMA est chimiquement similaire aux stimulants et aux hallucinogènes.

Les effets de l'ecstasy incluent une fausse euphorie, une énergie accrue, une chaleur émotionnelle et une perception déformée. Cependant, elle provoque également des grincements involontaires des dents, une température corporelle dangereusement élevée et une dépression. L'ecstasy peut également endommager le cœur, les veines, les artères, les reins, le foie et le système nerveux et entraîner des conséquences dévastatrices, y compris la mort.



La MDMA a été développée pour la première fois en 1912 par le fabricant de médicaments allemand Merck. Dans les années 1950, l'armée américaine et la CIA ont utilisé la MDMA dans des tests de guerre psychologique. Elle a refait surface dans les années 1960 comme médicament thérapeutique pour « réduire les inhibitions* ».

Dans les années 1970, la MDMA a commencé à être utilisée comme drogue de fête. Au début des années 1980, elle a été promue comme « la dernière trouvaille dans la quête du bonheur par la chimie » et la drogue « branchée » de nombreuses fêtes du week-end. Légale jusqu'en 1984, la MDMA était vendue sous le nom Ecstasy, mais en 1985, la drogue a été interdite en raison de préoccupations concernant sa sécurité.

Depuis la fin des années 1980, l'ecstasy est devenu un terme marketing désignant des drogues vendues comme de la MDMA, mais qui peuvent en contenir peu ou pas du tout. L'ecstasy d'aujourd'hui contient souvent un mélange de drogues comme le LSD, la cocaïne, l'héroïne, les amphétamines, la méthamphétamine et même des substances comme du mort-aux-rats ou du vermifuge pour chien. Malgré les jolis logos que les dealers mettent sur les pilules, les utilisateurs ne savent pas ce qu'ils prennent, ce qui augmente le risque lorsqu'ils augmentent la dose pour essayer de planer comme avant.

L'ecstasy se présente généralement sous forme de pilule, mais elle peut aussi être injectée. L'ecstasy liquide n'est pas de la MDMA — c'est du *GHB*, qui a des effets dépresseurs sur le système nerveux : cette substance se trouve aussi dans les déboucheurs de canalisations, les nettoyants pour sols ou les solvants de dégraissage.

* inhibitions : idées ou règles qui tendent à empêcher une personne de faire quelque chose

Noms courants

- Adam
- Ecsta
- Cadillac
- California Sunrise
- Ex
- E
- Molly
- Essence
- Eve
- MD
- Hug Drug
- Pilule de l'amour
- Speed de l'amoureux
- Roll
- Scooby Snacks
- Snowball
- X
- XE
- XTC



Suivre l'ecstasy

- Selon l'enquête nationale sur la consommation de drogues et la santé, on estime que 744 000 Américains âgés de 12 ans ou plus ont essayé l'ecstasy au moins une fois.
- L'enquête Monitoring the Future montre que 1,7 % des élèves de 4e, 2,6 % des élèves de seconde et 3,6 % des élèves de terminale ont consommé de l'ecstasy.
- De nombreux consommateurs d'ecstasy finissent par consommer d'autres drogues, notamment du cannabis, des amphétamines, de la cocaïne et de l'héroïne.



Une pilule imaginaire de l'amour

Le grand mensonge

L'ecstasy est appelée « pilule de l'amour » parce qu'elle intensifierait les couleurs, les sons et les sensations physiques, y compris pendant les relations sexuelles.

Mais cette image de « pilule de l'amour » est un mensonge.

L'ecstasy contient souvent d'autres hallucinogènes qui font voir ou ressentir des choses qui ne sont pas réelles. Cela peut piéger une personne dans un souvenir effrayant ou triste sans qu'elle s'en rende compte.



Il n'y a rien de mal à participer à des rave-parties, à condition de ne pas prendre d'ecsta. Dès que tu commences à en prendre, tu penses que les gens qui te conseillent d'arrêter sont tous des idiots. Tu crois que tu as découvert quelque chose d'extraordinaire et ce n'est pas la peine que les autres essaient de te dire le contraire.

« Quand tu commences à aimer l'ecstasy, c'est trop tard — tu es fichu. »
— Pat

L'ecstasy est éprouvante sur le plan émotionnel et les consommateurs souffrent souvent de dépression, de confusion, d'anxiété prononcée, de paranoïa*, d'épisodes psychotiques et d'autres problèmes psychologiques.

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



Heureusement, je suis en vie, mais je dois vivre avec les jours, les mois et les années qui ont suivi le traumatisme. Je dois faire face à ce que ça m'a fait pour le restant de mes jours. J'en ai vu de toutes les couleurs. La dépression, l'anxiété, le stress, les cauchemars et les violents maux de tête, j'ai vécu tout ça après avoir pris de l'ecstasy.

« J'AI FAILLI MOURIR. IL A SUFFI D'UNE NUIT, DE QUELQUES PILULES [D'ECSTASY] ET D'ALCOOL. CETTE DROGUE EST MORTELLE, et je suis tellement reconnaissante d'être en vie. Je ne peux pas décrire à quel point c'est dur de faire face à ces cauchemars tout le temps. Je me réveille en sueur soulagée de voir que, Dieu merci, ce n'était qu'un autre cauchemar. J'espère qu'un jour les cauchemars disparaîtront. Aucune défonce* n'en vaut la peine. » — Megan

* défonce : l'expérience des effets euphorisants, stimulants et émotionnels de la prise de MDMA

Les conséquences de la consommation d'ecstasy

L'ecstasy neutralise les signaux d'alarme naturels du corps. Le consommateur risque d'aller au-delà des limites de sa résistance physique.

Prendre de l'ecstasy dans des endroits où la température est élevée et des endroits surpeuplés, comme des raves à l'intérieur ou à l'extérieur, peut entraîner une déshydratation et une surchauffe extrêmes, une dégradation musculaire, une insuffisance rénale ou un œdème cérébral mortel.

Des recherches montrent qu'après avoir consommé de l'ecstasy, de nombreuses personnes rapportent des épisodes de dépression, des difficultés de concentration, de l'anxiété, de l'agressivité et de l'irritabilité. Une consommation régulière peut entraîner des troubles du sommeil, une perte d'appétit, des maladies cardiaques et des comportements impulsifs.

Même plusieurs jours ou plusieurs semaines après en avoir pris, les consommateurs peuvent encore se sentir confus, ressentir de l'anxiété ou avoir envie de reprendre de la drogue.

EFFETS À COURT TERME

- Augmentation du rythme cardiaque et risque de convulsions
- Augmentation de la pression artérielle
- Augmentation brutale de la température corporelle pouvant entraîner une insuffisance rénale ou la mort
- Diminution de l'inhibition (réduction du contrôle des actions, des sentiments ou des décisions)
- Augmentation du risque de rapports sexuels non protégés
- Faux sentiments d'affection
- Hallucinations légères



- Confusion
- Dépression
- Troubles du sommeil
- Anxiété et agitation
- Paranoïa
- État de manque
- Tension musculaire
- Évanouissements et frissons ou gonflements
- Grincements involontaires des dents
- Vision trouble
- Nausées et vomissements

EFFETS À LONG TERME

- Lésions cérébrales permanentes affectant la pensée, la mémoire, l'apprentissage, le sommeil et les émotions
- Dégénérescence des fibres et des terminaisons nerveuses
- Dépression, anxiété, perte de mémoire
- Troubles du sommeil
- Diminution de l'intérêt pour le sexe
- Hémorragie cérébrale
- Psychose
- Attaque cardiaque

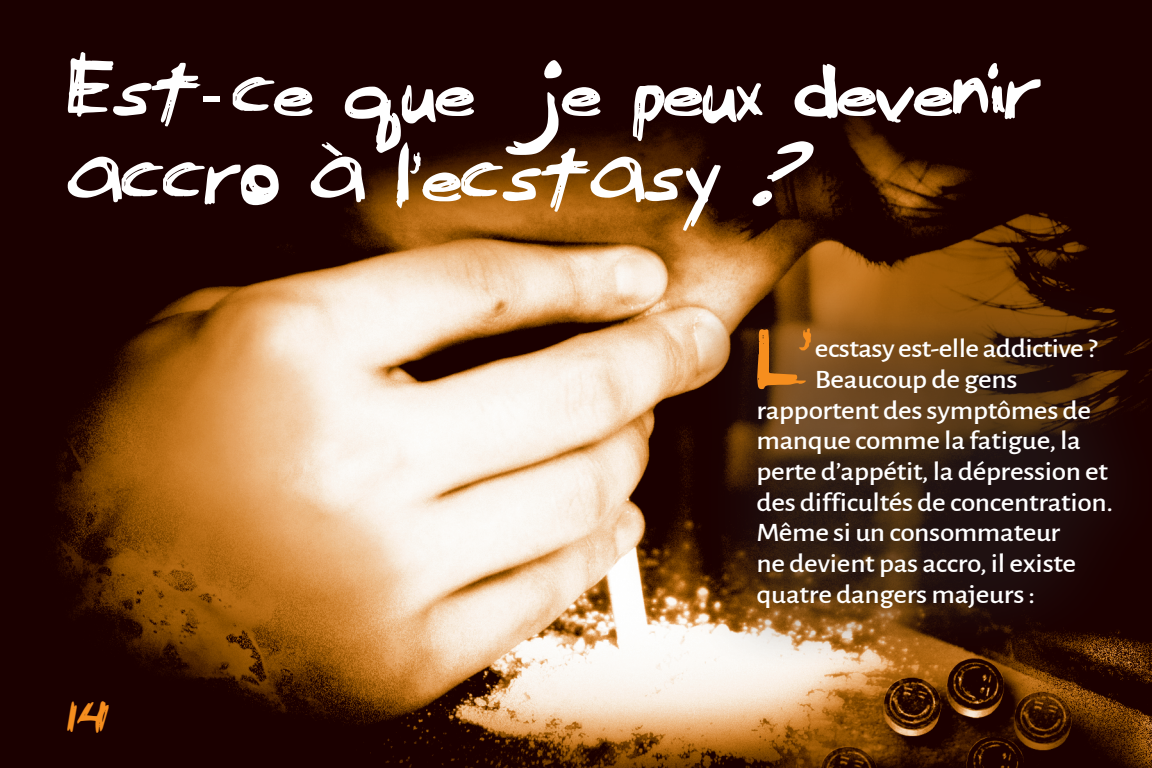
J'entends beaucoup de gens parler de l'ecstasy, la qualifiant de drogue amusante et inoffensive. Tout ce que je me dis, c'est : "S'ils savaient".

« En cinq mois, je suis passée d'une vie relativement responsable, tout en poursuivant mon rêve, à une vie où je me fichais de tout — et plus je planais, plus je m'enfonçais dans un endroit sombre et solitaire. Quand je dormais, je faisais des cauchemars et j'avais des tremblements. Ma peau était blanchâtre, j'avais tout le temps mal à la tête et je commençais à me sentir paranoïaque, mais je pensais que c'était normal. Jusqu'à la nuit où j'ai cru que j'allais mourir.

« L'ECSTASY M'A PRIS MA FORCE, MA MOTIVATION, MES RÊVES, MES AMIS, MON APPARTEMENT, MON ARGENT ET, PAR-DESSUS TOUT, MA SANTÉ D'ESPRIT. Je m'inquiète pour mon avenir et ma santé tous les jours. J'ai beaucoup de montagnes à franchir, mais j'ai bien l'intention de continuer à me battre, car je suis l'une de ceux qui ont eu la chance de s'en sortir. »
— Lynn



Est-ce que je peux devenir accro à l'ecstasy ?



L'ecstasy est-elle addictive ? Beaucoup de gens rapportent des symptômes de manque comme la fatigue, la perte d'appétit, la dépression et des difficultés de concentration. Même si un consommateur ne devient pas accro, il existe quatre dangers majeurs :

DANGER N° 1 : Ce qui est vendu comme de l'ecstasy pourrait ne pas être de l'ecstasy (MDMA) du tout, mais un mélange de drogues nocives et de substances toxiques.

DANGER N° 2 : Les consommateurs développent rapidement une tolérance, ce qui les pousse à prendre plus de drogue pour obtenir le même effet.

À mesure que les doses augmentent, la gravité des effets secondaires augmente également. Lorsque les effets de l'ecstasy diminuent, beaucoup se tournent vers des drogues encore plus dangereuses.

DANGER N° 3 : Pour faire face aux effets secondaires de l'ecstasy, les consommateurs peuvent se tourner vers des substances plus fortes comme l'héroïne ou la cocaïne. En fait, les recherches montrent que la plupart des consommateurs d'ecstasy ne s'arrêtent pas à l'ecstasy : ils finissent par la combiner avec d'autres drogues.

DANGER N° 4 : Croire que l'ecstasy est nécessaire pour s'amuser pousse les gens à en prendre plus souvent. Cela peut les amener à en consommer en dehors des raves et des soirées. Comme pour d'autres drogues stimulantes, les consommateurs continuent de prendre de l'ecstasy malgré les effets désagréables qu'ils ressentent.



Informations scientifiques

De nombreuses études ont été menées sur l'ecstasy. Elles montrent que :

- L'ecstasy peut provoquer une insuffisance hépatique. Une jeune fille de 14 ans est morte, malgré une tentative des médecins de la sauver par une greffe de foie.
- L'ecstasy est souvent mélangée à des substances dangereuses comme de la mort au rat.
- Des jeunes sont morts de déshydratation, d'épuisement et de crises cardiaques liées à l'usage d'ecstasy.
- L'ecstasy peut endommager les reins et le cerveau, notamment provoquer des lésions cérébrales.
- Même une petite quantité d'ecstasy peut empoisonner le système nerveux et causer des dommages permanents.

Démystifier la propagande sur la drogue

L'image « positive » de la drogue provient principalement de la façon dont les films et la musique la rendent glamour.

Quand une nouvelle drogue apparaît, les gens ne pensent généralement pas qu'elle est dangereuse jusqu'à ce qu'il soit trop tard. Quand les dangers deviennent évidents, beaucoup croient déjà à tort que la drogue est « sans danger » ou « inoffensive ».

L'ecstasy est un bon exemple de ce genre de propagande. Comme l'a fait remarqué un observateur des médias : « C'est presque comme si un génie du marketing avait conçu une campagne publicitaire sur mesure. »



L'ECSTASY ME RENDAIT FOLLE. UN JOUR, J'AI MORDU DANS DU VERRE, COMME J'AURAIS MORDU 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

Ce que les dealers vous diront

Lorsqu'on a interrogé des adolescents pour savoir pourquoi ils avaient commencé à se droguer, 55 % ont répondu que c'était à cause de la pression 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 que si vous prenez de l'ecstasy, « vous serez populaire » ou « vous aurez beaucoup de filles — ou de garçons ».

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.

La vérité sur la drogue

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.

Cela 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 de l'utilisateur 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, 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 destinées à accélérer, ralentir ou modifier le fonctionnement du corps, pour l'améliorer. 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 ne prenez pas ces médicaments en respectant 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 finalement, la drogue devient le problème.

Aussi difficile que cela puisse être de faire face à ses problèmes, les conséquences de la consommation de 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.



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 DE:

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 7 : stockxpert.com ; page 18 : stockxpert.com, bigstockphoto.com

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)