
LA VÉRITÉ SUR LA
CONSOMMATION ABUSIVE DE
PSYCHOTROPES
Somnifères
Jaunes
Rouges
Calmants
Antidépresseurs
Bonbons
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 CONSOMMATION ILLÉGALE DE PSYCHOTROPES UN PROBLÉME GRAVE

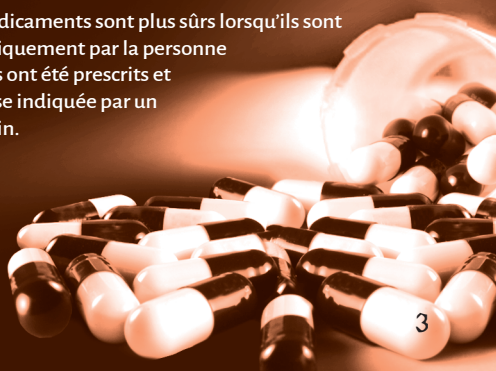
L'usage récréatif de psychotropes est un problème grave chez les adolescents et les jeunes adultes. Les études nationales montrent que les adolescents consomment plus facilement des psychotropes de façon récréative que des drogues illégales de la rue.

De nombreux adolescents pensent que les médicaments sont sûrs parce que les médecins les prescrivent. Cependant, prendre des médicaments pour des raisons non médicales afin de planer ou de se soigner seul peut être tout aussi dangereux et addictif que d'utiliser des drogues illégales vendues dans la rue.

Prendre des médicaments sans surveillance médicale présente des risques importants pour la santé. C'est pourquoi ces médicaments ne doivent être pris que sous la supervision d'un médecin et faire l'objet d'une surveillance étroite pour éviter la dépendance ou d'autres problèmes.

Il est très dangereux de prendre un comprimé qui ne vous a pas été prescrit. Les gens peuvent réagir différemment aux médicaments en raison de différences dans leur chimie corporelle et de leurs problèmes de santé existants. Un médicament qui est sans danger pour une personne peut être nocif, voire mortel, pour une autre.

Les médicaments sont plus sûrs lorsqu'ils sont pris uniquement par la personne à qui ils ont été prescrits et à la dose indiquée par un médecin.



MÉDICAMENTS PSYCHOTROPES
CE QUE VOUS NE SAVEZ PAS

En raison des problèmes potentiels de dépendance et d'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, l'héroïne et la cocaïne. Cela inclut les stimulants comme la Ritaline et la dexédrine et les analgésiques comme l'OxyContin, le Demerol et le Roxicodone.

Certaines drogues de rue illégales ont été utilisées ou prescrites par des médecins ou des psychiatres, mais ont ensuite été interdites en raison de leurs effets nocifs. Parmi elles, on trouve l'héroïne, la cocaïne, le LSD et la méthamphétamine.

Le mauvais usage de médicaments psychotropes peut être encore plus dangereux que l'usage de drogues illégales. La forte puissance de certains médicaments, comme l'OxyContin, le fentanyl et d'autres opioïdes, augmente le risque de surdose. Les décès par surdose d'antidouleurs ont été multipliés par cinq depuis le début du siècle.

Beaucoup de gens ne réalisent pas que vendre ou distribuer des psychotropes sans autorisation est illégal et passible de lourdes peines, notamment des amendes et des peines de prison. Si le trafic de médicaments entraîne la mort ou des blessures graves, le trafiquant risque la prison à vie.

CATÉGORIES DE MÉDICAMENTS PSYCHOTROPES DONT L'USAGE EST DÉTOURNÉ

Les médicaments psychotropes consommés à des fins récréatives se répartissent en plusieurs grandes catégories :

1. **Les dépresseurs :** Ces médicaments, également appelés *dépresseurs du système nerveux central**, ralentissent le fonctionnement du cerveau. Ils incluent les sédatifs (utilisés pour calmer et induire la somnolence) et les tranquillisants (utilisés pour réduire la tension ou l'anxiété).
2. **Les opioïdes et les dérivés† de la morphine :** Communément appelés *antidouleurs*, ces médicaments contiennent de l'opium ou des substances similaires et sont utilisés pour soulager la douleur.
3. **Stimulants :** Ces drogues augmentent l'énergie et la vigilance, mais elles augmentent aussi la tension artérielle, le rythme cardiaque et le rythme respiratoire.
4. **Antidépresseurs** : Drogues psychiatriques qui modifient l'humeur.



* système nerveux central : la partie du corps qui contient le cerveau et la moelle épinière
† dérivé : une substance chimique formée à partir d'une substance apparentée

LES DÉPRESSEURS

Parfois appelés *downers*, les dépresseurs se présentent sous forme de comprimés et de gélules multicolores ou sous forme liquide. Certains, comme le Zyprexa, le Seroquel et l'Haldol, sont connus pour être des tranquillisants majeurs ou des antipsychotiques, et sont utilisés pour réduire les symptômes de maladie mentale. Les médicaments appelés *benzos* (abréviation de *benzodiazépines*),* comme le Xanax, le Klonopin, l'Halcion et le Librium, sont utilisés contre l'anxiété. Les barbituriques comme l'Amytal, le Numbutal et le Seconal agissent comme des sédatifs et des somnifères. Voici quelques noms de marque et noms courants bien connus :

Noms de marque	Noms courants	Noms de marque	Noms courants
• Ativan	• Bonbons	• amytal de sodium	• Barbituriques
• Halcion	• Calmants	• Nembutal	• Phennies
• Klonopin	• Somnifères	• Phénobarbital	• Red Birds
• Librium	• Tranks	• Seconal	• Rouges
• Valium			• Tooies
• Xanax			• Yellow Jackets
			• Jaunes

* **benzodiazépine : un tranquillisant qui agit pour détendre les muscles et calmer l'agitation mentale**

EFFETS À COURT TERME DES DÉPRESSEURS

Les effets à court terme des dépresseurs incluent :

- **Ralentissement de l'activité cérébrale**
- **Ralentissement du pouls et de la respiration**
- **Baisse de la tension artérielle**
- **Mauvaise concentration**
- **Confusion**
- **Épuisement**
- **Vertiges**
- **Difficulté à articuler**
- **Fièvre**
- **Léthargie***
- **Troubles visuels**
- **Pupilles dilatées**
- **Désorientation, manque de coordination**
- **Dépression**
- **Difficulté à uriner**
- **Dépendance**

Les dépresseurs peuvent affecter la mémoire, le jugement et la coordination, et peuvent entraîner de l'irritabilité, de la paranoïa† et des pensées suicidaires. Certains consommateurs peuvent devenir agités ou agressifs.

Combiner des sédatifs — des médicaments utilisés pour calmer ou relaxer — avec des tranquillisants et d'autres dépresseurs comme l'alcool double ou triple les effets des médicaments. Cela ralentit considérablement la respiration et le rythme cardiaque, ce qui peut entraîner la mort.

* léthargie : état d'abattement profond

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

EFFETS À LONG TERME DES DÉPRESSEURS

La tolérance aux dépresseurs peut se développer rapidement, nécessitant des doses plus élevées pour obtenir le même effet. Cela augmente le risque de surdose, de coma ou de décès.

La consommation prolongée de dépresseurs peut entraîner une fatigue chronique, des problèmes respiratoires, de la dépression, des problèmes sexuels et des troubles du sommeil. À mesure que la dépendance à la drogue augmente, les envies irrépressibles, l'anxiété ou la panique sont fréquentes si le consommateur ne parvient pas à en obtenir davantage.

Le sevrage des dépresseurs peut être mortel et inclure l'insomnie, la faiblesse, la nausée, l'agitation, une température corporelle élevée, le délire, des hallucinations et des convulsions.

Certains antipsychotiques peuvent augmenter le risque d'hyperglycémie, de diabète et de prise de poids (des cas de prise de poids allant jusqu'à 45 kg ont été signalés).

Une étude des Instituts nationaux de la santé des États-Unis a révélé que l'abus de certains antipsychotiques est lié à de graves problèmes cardiaques pouvant entraîner la mort.



« J'ai fait deux surdoses de médicaments sur ordonnance [Zyprexa] et un de mes amis proches est mort à cause de ce même médicament. **IL N'Y A RIEN DE PIRE QUE DE SAVOIR QUE VOTRE AMI EST MORT PARCE QUE VOUS LUI AVEZ DONNÉ DES PILULES** dont vous ne saviez presque rien. » — 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 consommateurs écrasent les pilules et sniffent la poudre, la saupoudrent sur du cannabis et la fument, la dissolvent dans une boisson ou se l'injectent.



Noms de marque

- Flunipam
- Hypnodorm
- Rohypnol

Noms courants

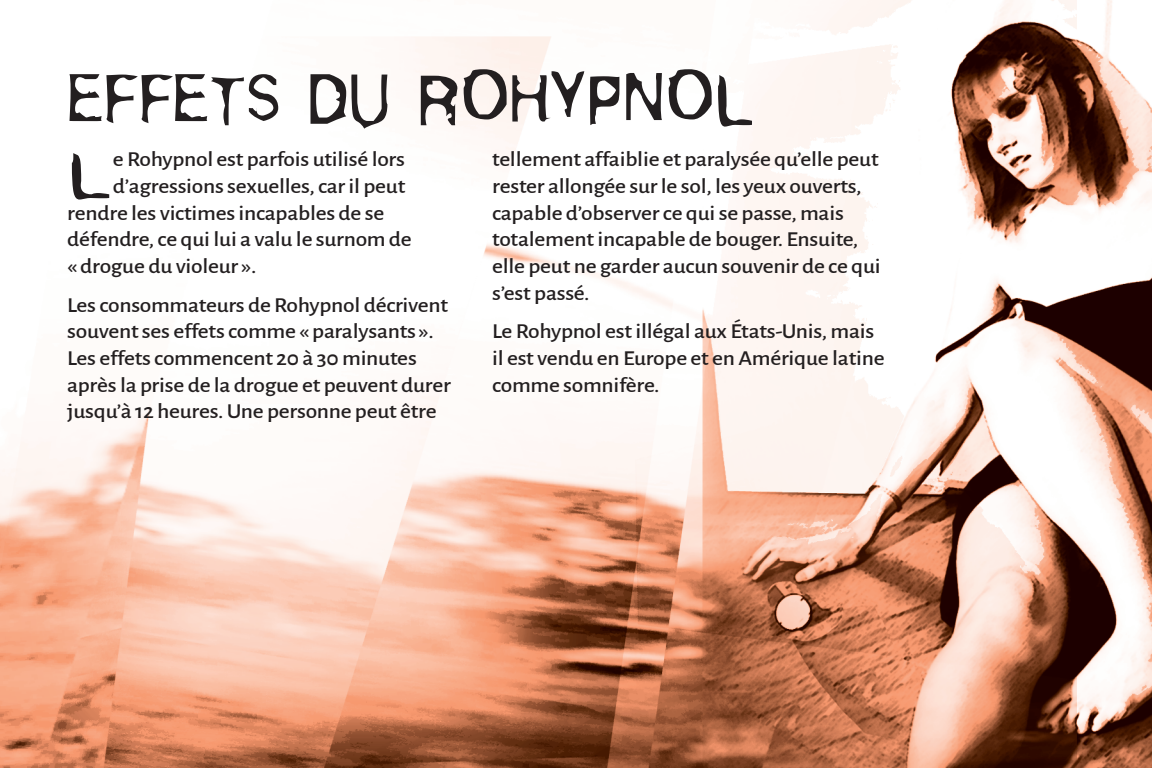
- Forget-me pill (pilule de l'oubli)
- Valium mexicain
- R2
- Roche
- Roofies
- Rope
- Rophies

EFFETS DU ROHYPNOL

Le Rohypnol est parfois utilisé lors d'agressions sexuelles, car il peut rendre les victimes incapables de se défendre, ce qui lui a valu le surnom de « drogue du violeur ».

Les consommateurs de Rohypnol décrivent souvent ses effets comme « paralysants ». Les effets commencent 20 à 30 minutes après la prise de la drogue et peuvent durer jusqu'à 12 heures. Une personne peut être tellement affaiblie et paralysée qu'elle peut rester allongée sur le sol, les yeux ouverts, capable d'observer ce qui se passe, mais totalement incapable de bouger. Ensuite, elle peut ne garder aucun souvenir de ce qui s'est passé.

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



Les opioïdes et dérivés de la morphine



Les opioïdes sont des drogues qui agissent sur le système nerveux pour soulager la douleur, mais qui peuvent entraîner une dépendance physique et des symptômes de manque. Ils sont disponibles sous forme de comprimés, de gélules, de liquide ou de patchs cutanés.

Voici quelques noms de marque et noms courants bien connus :

Noms de marque

- Demerol
- Duramorph
- Empirin avec codéine
- Fiorinal avec codéine
- Robitussin AC
- Roxanol
- Tylenol avec codéine

Noms courants

- Captain Cody
- Cody
- Antidépresseurs
- Doors & Fours
- Loads
- M
- Miss Emma
- Monkey
- Antidouleur
- Pancakes & Syrup
- Schoolboy
- White Stuff

Effets à court terme des opioïdes et dérivés de la morphine



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

- Somnolence ou endormissement
- Respiration ralentie
- Constipation
- Inconscience
- Nausée
- Coma
- Mort

Noms de marque

- Actiq
- Dilaudid
- Duragesic
- Hysingla
- Lorcet
- Lortab
- Norco
- OxyContin
- Percocet
- Percodan
- RoxyBond
- Sublimaze
- Tylox
- Xtampza
- Zohydro

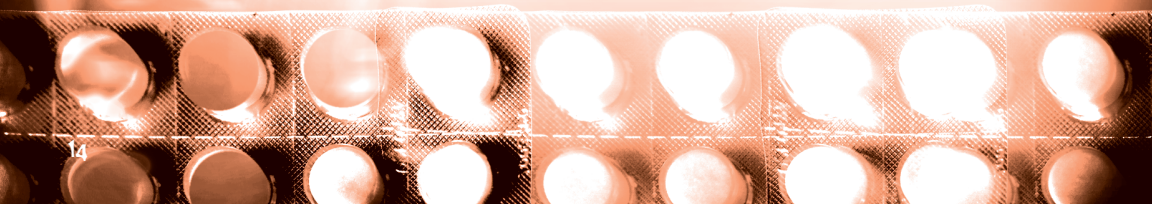
Noms courants

- Apache
- China Girl
- China White
- Dance Fever
- Dillies
- Ami
- Goodfella
- Héroïne du pauvre
- Jackpot
- Juice
- Murder 8
- Oxy 80
- Oxycat
- Percs
- Perks
- Tango & Cash
- T. N. T.

EFFETS À LONG TERME DES OPIOÏDES ET DÉRIVÉS DE LA MORPHINE

La consommation prolongée ou l'abus d'opioïdes peut entraîner une dépendance physique et une addiction. Les symptômes du manque comprennent de l'agitation, des douleurs musculaires et osseuses, de l'insomnie, la diarrhée, des vomissements et des frissons. Les consommateurs peuvent avoir besoin de doses plus importantes pour obtenir la même euphorie, ce qui augmente le risque de surdose.

Pour en savoir plus sur la consommation abusive d'antidouleurs, consultez *La vérité sur la consommation abusive d'antidouleurs* dans cette série de livrets.





Un « ami » m'a fait découvrir les oxys. J'ai commencé avec des comprimés de 40 mg, puis après quelques mois, je suis passée à 60 mg. **À ce stade, j'étais vraiment accro et j'ai commencé à les mâcher pour planer plus vite et ne pas être malade.** Il m'en fallait un le matin en me levant, sinon j'étais malade. Il m'en fallait un autre avant midi. Puis encore quelques-uns l'après-midi et le soir. Je savais que j'étais accro parce que j'en avais besoin pour fonctionner. Je me sentais horrible sans eux. Pas seulement physiquement, mais je ne pouvais pas gérer les gens ou la vie sans eux. Puis je suis passée à 80 mg et mon monde s'est écroulé. **J'ai commencé à voler tout le monde autour de moi pour avoir ma dose.** » — Charleen

LES STIMULANTS

Les stimulants, connus sous le nom de *uppers*, augmentent temporairement la vigilance et l'énergie. La cocaïne et les amphétamines en sont des exemples courants.

Les stimulants sur ordonnance se présentent sous forme de comprimés ou de gélules et peuvent être avalés, injectés sous forme liquide ou écrasés et sniffés.

Voici quelques noms de marque et noms courants bien connus :

Noms de marque

- Adderall
- Biphetamine
- Concerta
- Dexedrine
- Metadate
- Ritaline
- Vyvanse

Noms courants

- Bennies
- Somnifères
- Crosses
- Hearts
- Jif
- Kibbles and Bits
- LA Turnaround
- R-ball
- Skippy
- Speed
- The Smart Drug
- Truck Drivers
- Uppers
- Vitamine R

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.

EFFETS À COURT TERME DES STIMULANTS

Après une poussée d'énergie initiale, les consommateurs ressentent rapidement de l'épuisement, de l'apathie et de la dépression — la « descente » qui suit la « montée ». Cet épuisement pousse rapidement le consommateur à vouloir reprendre de la drogue. Bientôt il n'essaye même plus de « planer », il essaye seulement de se sentir « bien » — de ressentir une quelconque énergie.

EFFETS À LONG TERME DES STIMULANTS

Les stimulants peuvent créer une dépendance. Des doses élevées de certains stimulants, prises sur une longue période, peuvent provoquer de l'hostilité ou de la paranoïa, une température corporelle dangereusement élevée et des battements de cœur irréguliers.



LES ANTIDÉPRESSEURS

Les antidépresseurs incluent le Prozac, le Paxil, le Celexa, le Cymbalta, le Zoloft, l'Effexor, l'Auvelity et le Remeron. Ils se présentent sous forme de comprimés et de gélules multicolores.

Des études ont montré que les effets de ces drogues peuvent inclure :

- Insomnie
- Irritabilité
- Nervosité et anxiété
- Pensées et actes violents
- Agitation
- Pensées suicidaires ou suicide
- Tremblements
- Hostilité
- Transpiration
- Battements de cœur irréguliers
- Comportement agressif
- Comportement criminel
- Confusion et pensées incohérentes
- Paranoïa
- Hallucinations
- Psychose
- Akathisie*

Les jeunes qui prennent ces psychotropes sont deux fois plus susceptibles que les adultes d'agir de façon agressive. Des études ont montré que les jeunes adultes sous ces antidépresseurs commettent plus de crimes violents. Les antidépresseurs peuvent augmenter considérablement le risque de suicide.

Il existe de nombreux exemples de comportements extrêmes et irrationnels chez les personnes sous ces psychotropes.

Un garçon de 12 ans a fait des cauchemars violents dans lesquels il tuait ses camarades de classe avant de se faire tirer dessus. Le rêve continuait de lui sembler « très réel » après son réveil et il est devenu extrêmement suicidaire jusqu'à ce qu'il arrête de prendre le psychotrope.

* akathisie : un trouble du mouvement qui rend impossible de s'asseoir ou de rester immobile en raison d'une agitation intérieure intense

J'ai l'impression que mon cerveau me hurle de prendre plus de ces pilules. Les sensations que j'éprouve sans elles sont trop insupportables. Il me faut davantage d'aide pour parvenir à me sevrer de l'Effexor. JE SUIS TELLEMENT DÉPRIMÉE QUE J'AI COMMENCÉ À ME TAILLADER LES BRAS, ET JE NE SAIS MÊME PAS POURQUOI. J'ai aussi des hallucinations toutes les quelques heures et je vois des choses... AUJOURD'HUI, PAR EXEMPLE, J'AI VU DU SANG COULER LE LONG DU MUR.» — Rita

Un homme a foncé sur un policier avec son véhicule pour pouvoir s'emparer de son arme et se tirer une balle. Un autre a noyé ses deux jeunes enfants et lui-même dans une baignoire, tandis qu'un autre encore a battu un ami proche sans raison apparente. Aucun d'entre eux n'avait d'antécédents de violence.

Les symptômes de manque des antidépresseurs comprennent des 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 est classée comme *anesthésique dissociatif*,* ce qui signifie qu'elle déconnecte une personne de son environnement et d'elle-même. Bien qu'elle soit utilisée depuis longtemps en médecine vétérinaire, elle est désormais plus fréquemment utilisée sur les humains. Elle peut être injectée, consommée dans des boissons, sniffée ou ajoutée à des joints ou des cigarettes. La kétamine est devenue une substance contrôlée aux États-Unis en 1999, ce qui signifie qu'elle est illégale si elle n'est pas distribuée par un médecin ou un vétérinaire agréé.

Ses effets à court et à long terme incluent une augmentation du rythme cardiaque et de la pression artérielle, des nausées, des vomissements, des engourdissements, de la dépression, de l'amnésie, des hallucinations et des problèmes respiratoires potentiellement mortels.

Les consommateurs de kétamine peuvent également développer une dépendance à ce psychotrope. À fortes doses, les consommateurs ressentent un effet appelé *K-Hole*, une expérience de type « sortie du corps » ou « expérience de mort imminente ».

En raison de l'état de détachement et de rêve qu'elle crée, dans lequel le consommateur a du mal à bouger, la kétamine est une autre drogue du violeur.

Noms de marque

- Ketalar
- Ketalar SV
- Ketanest
- Ketanest S
- Ketaset

Noms courants

- Valium pour chat
- Verte
- Jet
- K
- Special K
- Super Acid
- Super C

* anesthésique dissociatif : une drogue qui déforme la perception de la vue et du son et produit des sensations de détachement (dissociation) par rapport à l'environnement et à soi-même

CONSOMMATION ABUSIVE DE MÉDICAMENTS EN VENTE LIBRE

Les médicaments contre le rhume et la toux en vente libre contenant une drogue nommée dextrométhorphane (DXM) sont également souvent détournés de leur usage. Le DXM se présente sous forme de sirop, de gel et de comprimés. Le DXM en poudre vendu en ligne présente un risque élevé car sa composition est incertaine. On le trouve dans plus de 100 produits contre le rhume et la toux, les plus détournés étant le Coricidin, le Delsym et le Robitussin.

Noms de marque

- Comtrex
- Coricidin
- Delsym
- Dimetapp
- Mucinex DM
- Robitussin
- Triaminic
- Vicks Formula 44

Noms courants

- CCC
- DXM
- PCP du pauvre
- Robo
- Skittles
- Triple C



EFFETS DU SIROP CONTRE LA TOUX (DXM)

- Hallucinations
- Hyperexcitabilité
- Insomnie
- Léthargie
- Dépendance physique (en cas d'utilisation prolongée)
- Paranoïa
- Vertiges
- Difficulté à articuler
- Délires
- Transpiration
- Tension artérielle élevée
- Lésions au foie et au cerveau

Mélangé à d'autres drogues ou pris seul, le DXM ralentit l'activité du cerveau et du système nerveux, ce qui peut perturber la respiration et le fonctionnement du cœur. De fortes doses peuvent entraîner une perte de conscience, des convulsions, des lésions cérébrales ou la mort. Le DXM est particulièrement dangereux lorsqu'il est combiné à de l'alcool.

Mon expérience avec le DXM : **J'ai commencé à uriner du sang.** Je me sentais malade. Mon corps était faible. **J'ai tout abandonné parce que j'étais obsédée par l'envie d'en prendre plus.** Tout ce qui m'importait, c'était de planer. Je pensais pouvoir prendre de la Coricidine pour m'amuser, que c'était sans importance. Je ne m'attendais pas à devenir accro. Je ne pourrai jamais récupérer ce temps perdu. **Si je pouvais effacer ces moments et les faire disparaître, je le ferais.** » — Crystal



TENDANCES INTERNATIONALES

Chaque jour aux États-Unis, 1 800 jeunes consomment de façon illégale un analgésique pour la première fois.

Au total, 570 000 adolescents ont admis avoir détourné l'usage d'antidouleurs sur ordonnance, et près de la moitié d'entre eux ont pris un stimulant sur ordonnance, comme l'Adderall, le Concerta ou la Ritaline.

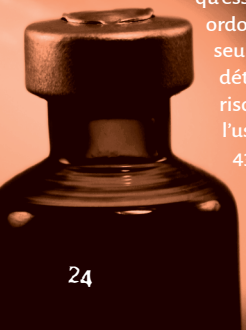
Lorsqu'on a demandé aux adolescents s'ils pensaient qu'essayer des médicaments sur ordonnance était dangereux, seulement 30 % ont estimé que détourner l'usage de sédatifs était risqué, 34 % ont pensé que détourner l'usage de stimulants était risqué et 43 % ont jugé que détourner l'usage d'opioïdes était risqué.

La consommation illégale de psychotropes est un problème mondial, notamment en Europe, en Afrique australe et en Asie du Sud, mais c'est plus répandu aux États-Unis.

Aux États-Unis seulement, plus de 14,4 millions de personnes consomment des psychotropes de façon illégale, soit à peu près autant que le nombre total de consommateurs de cocaïne, d'hallucinogènes et d'héroïne.

Les antidouleurs opioïdes sur ordonnance sont responsables de la majorité des décès par surdose.

Les surdoses de drogues dépassent désormais les 100 000 décès par an, dont près de 80 000 causés par les opioïdes.



Les psychotropes continuent d'être la troisième substance la plus consommée par les adolescents, après l'alcool et le cannabis.



- Un adolescent sur quatre a consommé des médicaments sur ordonnance à des fins non médicales à un moment donné de sa vie, soit une augmentation de 33 % au cours des 12 dernières années.

- Près d'un adolescent sur trois pense que les psychotropes sont beaucoup plus sûrs que les drogues illégales. Environ 42 % disent qu'ils obtiennent ces médicaments dans l'armoire à pharmacie de la maison, tandis que 49 % les obtiennent auprès de leurs amis.

- Des études montrent que les adolescents qui consomment des psychotropes sont deux fois plus susceptibles de consommer du cannabis et cinq fois plus susceptibles de consommer des drogues de rue illégales comme la cocaïne, l'ecstasy et l'héroïne.



J'ai réalisé que je prenais de plus en plus de Xanax régulièrement. J'ai pris un congé pour en finir avec ça. **J'ÉTAIS EN MANQUE ET JE NE SAVAIS PAS QUE J'ÉTAIS INTOXIQUÉE.** Pendant quatre jours et quatre nuits, je suis restée clouée au lit. Je ne dormais pas et je ne mangeais pas. Je vomissais. J'avais des hallucinations. Vers le troisième jour sans Xanax, mes mouvements étaient mal coordonnés et je perdais mon équilibre, je me cognais partout. Vers le quatrième jour, j'ai commencé à m'inquiéter sérieusement quand j'ai commencé à avoir des sensations de spasmes. » — Patricia

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 :

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 : pages 2, 9 : Stockxpert ; page 15 : Sweet Faux Pas ; page 24 : Wes Tarca

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)