

À retenir

- > L'héroïne peut avoir des **conséquences graves** sur la santé:
 - qu'elle soit blanche, brune, grise, rose...;
 - qu'elle soit plus ou moins « pure » ou coupée;
 - qu'elle soit sniffée, fumée ou injectée.
- > La **rabla**, c'est de l'héroïne.
- > Il y a des risques importants **dès la première fois**: risque d'overdose (quelle que soit la dose), risques infectieux (dont l'hépatite C).
- > La **dépendance** (physique et psychologique) est rapide et extrêmement forte.
- > **En cas de grossesse**, l'héroïne fait courir des risques pour la mère et l'enfant.
- > **Consommer, vendre, offrir, détenir et transporter** de l'héroïne sont punis par la loi.



www.inpes.sante.fr
inpes
Institut national
de prévention et
d'éducation pour
la santé

Édition et diffusion
Inpes - 42 boulevard de la Libération
93203 Saint-Denis Cedex
www.inpes.sante.fr



PARIMAGE - Réf. 240-78510-B - État des connaissances : février 2010

VRAI?

FAUX?

CHAUD!

16 réponses sur

L'héroïne

Rabla, came, tar,
dré, poudre, smack,
junk, meumeu, horse,
cheval, hélène, schnouff,
blanche, rose, grise,
brune, brown sugar...



16 réponses sur

L'héroïne

C'est quoi ? Qu'est-ce qu'il y a dedans ?	p. 4
Quels sont les effets ?	p. 13
Quels sont les risques ?	p. 16
Que dit la loi ?	p. 28
Ressources	p. 34
S'informer	p. 34
Être écouté, orienté, pris en charge	p. 37

C'est **quoi ?**

Qu'est-ce qu'il y a **dedans ?**

VRAI

L'héroïne est toujours dangereuse, qu'elle soit « pure » ou « coupée » ?

L'héroïne est une **substance psychoactive** (qui agit sur le cerveau). Elle est fabriquée à partir de la morphine, elle-même extraite d'une variété particulière de plante : le pavot blanc (ou pavot à opium). La fabrication de l'héroïne nécessite l'utilisation de nombreux produits chimiques.



PAVOT BLANC

↓ **Extraction**

OPIUM (résine extraite du fruit du pavot)

↓ **Transformation chimique**
(utilisation d'ammoniaque ou d'acide chlorhydrique)

MORPHINE « BASE »

↓ **Transformation chimique** (utilisation d'anhydride acétique)

HÉROÏNE « BASE »

↓ **Transformation chimique** (utilisation d'acide chlorhydrique)

HÉROÏNE « PURE », TRÈS CONCENTRÉE, TRÈS DANGEREUSE

↓ **Mélanges avec des produits de coupe parfois toxiques**

HÉROÏNE « COUPÉE »

↓ **Mélanges avec des produits de coupe parfois toxiques**

HÉROÏNE « RECOUPÉE »

↓ **Mélanges avec des produits de coupe parfois toxiques**

HÉROÏNE PROPOSÉE DANS LA RUE

(peut être de différentes couleurs : blanche, brune, beige, grise, rose...)

Quelle que soit sa couleur (voir p. 10), l'héroïne proposée dans la rue est **toujours plus ou moins « coupée »** avec d'autres produits qui sont le plus souvent relativement « neutres », sans danger en soi, mais qui peuvent parfois être toxiques (voir encadré ci-contre).

L'héroïne est **toujours nocive**, qu'elle soit « pure » ou « coupée ». Elle est **encore plus dangereuse** quand elle est très « pure » (peu coupée) ou quand elle est « coupée » avec des tranquillisants (barbituriques ou benzodiazépines). Dans ces deux cas, en effet, le risque d'overdose est particulièrement important.



QUELQUES EXEMPLES DE PRODUITS DE COUPE

- Lactose, glucose, sucre : produits neutres, sans danger en soi.
- Caféine, paracétamol : renforcent les effets de l'héroïne fumée en favorisant son passage à travers les poumons.
- Médicaments tranquillisants (barbituriques ou benzodiazépines) : renforcent l'effet de « dépression respiratoire » de l'héroïne et favorisent le risque d'overdose (voir p. 16).
- Il y a eu quelques rares cas d'héroïne avec de la strychnine (substance toxique utilisée dans la « mort-aux-rats »).

En France, on utilise encore l'héroïne comme médicament ?

FAUX

En raison des nombreux risques qu'elle comporte (dépendance, tolérance, voir p. 23), l'héroïne n'est plus utilisée comme médicament en France depuis les années 1920. Tous ses usages sont interdits par la loi depuis 1963.

La **morphine** reste autorisée dans un cadre médical (elle est prescrite par les médecins à l'hôpital pour calmer la douleur). Hors de ce cadre, la consommation et le trafic de morphine (et d'opium) sont interdits en France par la loi.

ATTENTION À CERTAINS MÉDICAMENTS DÉTOURNÉS DE LEUR USAGE !

Certains médicaments fabriqués à partir de l'opium sont parfois détournés de leur usage de soins et utilisés comme des drogues. Il peut s'agir :

- de traitements utilisés pour soigner la dépendance à l'héroïne : méthadone ou buprénorphine haut dosage (BHD, notamment connue sous l'appellation commerciale Subutex®); attention! les doses de méthadone ou de BHD sont prévues pour traiter un individu dépendant à l'héroïne : elles peuvent être mortelles pour une personne n'ayant jamais consommé ou pas développé la même tolérance!;
- de médicaments destinés à réduire ou à éliminer la douleur (par exemple Skenan®, Moscontin®, Temgesic®...).

Le mauvais usage de ces médicaments fait courir les mêmes risques que la consommation d'héroïne : risques d'overdose, de dépendance, d'infections, risques liés au mélange avec l'alcool ou avec d'autres drogues...



L'héroïne, c'est forcément de la poudre blanche ?

FAUX

L'héroïne proposée dans la rue peut se présenter sous différentes formes (granulés, cailloux ou poudre plus fine) et différentes couleurs (brune, beige, grise, blanche ou rosâtre). Quels que soient son aspect et sa couleur, elle est toujours « coupée » avec d'autres produits, le plus souvent plusieurs fois. Personne (pas même celui qui la vend ou qui la propose) ne peut savoir quelle est sa concentration, ni quels sont les produits avec lesquels elle a été coupée puis recoupée. Il est impossible de le deviner à l'œil nu ou au goût.

L'héroïne, ça ne peut se prendre que par injection ?

FAUX

CHAUD !

Attention aux produits présentés par ceux qui les vendent ou qui les proposent comme étant à fumer ou à sniffer ! Il s'agit peut-être d'héroïne. En effet, l'héroïne peut être fumée, sniffée (renflée avec une « paille ») et injectée (à l'aide d'une seringue). Dans tous les cas, elle comporte toujours des risques importants pour la santé (voir p. 13-27).

La rabla, c'est de l'héroïne ?

VRAI

L'héroïne se cache sous différents noms.

RABLA, CAME, TAR, DRÉ, POUDDRE, SMACK, MEUMEU, HORSE, CHEVAL, HÉLÈNE, SCHNOUFF, JUNK, BLANCHE, ROSE, GRISE, BRUNE, BROWN SUGAR...

Toutes ces appellations désignent l'héroïne.





Quels sont les **EFFETS** ?

**TRÈS
CHAUD!**

L'héroïne, ça peut donner du plaisir ?

Comme tous les produits psychoactifs, l'héroïne peut procurer du plaisir. Encore faut-il préciser, sans complaisance ni exagération, de quel plaisir il s'agit (voir pages suivantes), et surtout rappeler :

- > que ce plaisir varie selon le produit, qu'il est surtout ressenti lors des premières prises et qu'il a **tendance à diminuer, voire disparaître** par la suite ;
- > qu'il peut être accompagné par des effets indésirables qui ont tendance à devenir de plus en plus **fréquents et pénibles** en cas de consommation répétée ;
- > que la consommation d'héroïne entraîne rapidement une **très forte dépendance** ayant pour conséquences des états de manque et des souffrances physiques et psychologiques ;
- > que la consommation d'héroïne comporte – dès la première fois comme à plus long terme – des **risques importants** pour la santé et la vie de la personne (voir p. 16-27).

LES EFFETS DE L'HÉROÏNE

Déclenchement des effets

Plus ou moins rapide selon le mode de prise : +/- 20 s après injection, 1 à 2 min après « fumette », +/- 5 min après « sniff ».

Durée des effets

De 4 à 6 h, quel que soit le mode de prise.

Ressenti des effets

Il varie selon le mode de prise, le produit, la dose, les caractéristiques de chaque personne (personnalité, humeur, attentes vis-à-vis du produit) et aussi la fréquence de consommation : les effets recherchés lors des premières prises ont tendance à diminuer par la suite, tandis que les effets pénibles et en particulier ceux liés au « manque » ont tendance à augmenter.

Description des effets

Trois grandes « phases » sont généralement décrites par les consommateurs :

- La « montée » (effet ressenti quand l'héroïne est injectée ou fumée, mais pas lorsqu'elle est sniffée) : sensation soudaine de chaleur, « montée » très rapide et très brève (5 à 10 s) d'effets physiques et psychiques, qui se produit au moment où l'héroïne atteint le cerveau.
- Le « plateau » : sensations de calme, de stupeur rêveuse, d'apaisement, de diminution des sentiments d'angoisse et d'anxiété qui peut durer 3-4 h. Ces sensations constituent d'ailleurs à terme l'un des dangers de l'héroïne : la personne a l'impression provisoire

quand elle consomme d'aller bien ou mieux, alors qu'en réalité ses conditions de vie (santé, travail, relations familiales et sociales) peuvent se dégrader progressivement.

- La « descente » : les effets de l'héroïne disparaissent progressivement et le besoin de dormir se fait sentir. Le retour à l'état « sans produit » peut être pénible : fatigue, déprime, impression de « gueule de bois ».

Possibles effets indésirables

- Dès la 1^{re} prise : ralentissement du rythme respiratoire, cardiaque et de la tension artérielle, vertiges, nausées, vomissements, chatouillements/gratouillements, rétrécissement visible des pupilles, absence de larmes, constipation...

- Après quelques prises : perturbation des cycles du sommeil, altération de l'appétit, modification du désir sexuel (augmentation ou diminution), retard ou impossibilité de l'orgasme, de l'éjaculation ou de l'érection (chez l'homme), perturbation ou arrêt des règles (chez la femme)...

Effets liés au « manque »

L'héroïne provoque rapidement (quelques jours de consommation répétée peuvent suffire) une très forte dépendance. L'état de « manque », entre deux consommations, a d'importantes répercussions psychologiques (irritabilité, angoisses) et physiques (pouls élevé, éternuements, nez qui coule, yeux qui pleurent, sensation de froid intense, douleurs dans les reins, maux de ventre, dérangements intestinaux, nausées, vomissements...).

Quels sont les **risques** ?

FAUX

CHAUD!

Si on n'en prend qu'une fois, on ne risque rien ?

Avec l'héroïne, il est **difficile** de se contenter d'une seule fois. La tentation d'en reprendre est très forte. Et il y a des risques importants **dès la première prise.**

Le risque d'overdose

L'héroïne ralentit la respiration. Cet effet de « dépression respiratoire » peut être très brutal et très dangereux :

- > si l'héroïne est très concentrée, car peu « coupée », ou coupée avec des tranquillisants (barbituriques ou benzodiazépines) ;
- > si le consommateur est sensible aux effets de l'héroïne.

La dépression respiratoire peut alors s'accompagner d'un relâchement des muscles et de troubles de la conscience, entraîner un coma et dans certains cas la mort : c'est ce qu'on appelle l'overdose.

Le risque d'overdose existe :

- quelle que soit la quantité d'héroïne consommée (même faible) ;
- quel que soit le mode de consommation (que l'héroïne soit fumée, sniffée ou injectée) ;
- dès la première fois, et plus particulièrement la première fois (car la personne ne sait pas comment elle peut réagir).

Le risque d'overdose est accru si l'héroïne est concentrée et la quantité consommée importante, si l'on a bu de l'alcool ou pris certains médicaments (somnifères, tranquillisants, antidouleurs et antitussifs, qui ralentissent également la respiration). Il est également plus important lors d'une reprise de consommation d'héroïne après une période d'abstinence.



Les risques d'infections

Partager et réutiliser son propre matériel d'injection (seringue, récipient, eau, filtre, garrot, tampon d'alcool, tampon sec) ou sa « paille » de sniff (paille, billet de banque ou morceau de papier roulés pour renifler le produit) favorisent la transmission des **virus** du VIH/sida et des hépatites B et C (les hépatites passent souvent inaperçues et peuvent détruire le foie).

Il est très important en cas de consommation de

**NE JAMAIS PARTAGER
NI RÉUTILISER**

son matériel d'injection
ou sa paille de sniff.

Les risques d'infections
(notamment par le virus
de l'hépatite C) sont
importants chez
les usagers de drogues,
tout particulièrement
chez les injecteurs.



Par ailleurs, quel que soit le mode de prise, toute manipulation du produit dans un environnement à l'hygiène insuffisante (drogue étalée sur la cuvette des toilettes, touchée avec des mains sales...) fait également courir des risques d'infections causées par :

- > des **champignons**, avec des dommages possibles pour les articulations, les os, les yeux, le sang, le cœur et les poumons ;
- > des **bactéries**, avec des dommages possibles pour la peau, les veines ou les organes internes : cerveau, cœur, poumons...



Les risques liés à la modification de l'état de conscience

Fumée, sniffée ou injectée, l'héroïne modifie l'état de conscience et peut diminuer la vigilance. Ce qui peut entraîner diverses prises de risque inhabituelles: conduite sous l'emprise de la drogue, avec risque d'accident et sévères sanctions judiciaires (voir p. 28-33), oubli ou mauvaise utilisation de toute protection (préservatif), avec risque d'infection par le VIH/sida, l'hépatite B et d'autres infections sexuellement transmissibles, oubli de toute contraception (avec risque de grossesse non désirée)...

Tant qu'on ne se pique pas, ce n'est pas si grave ?

FAUX

CHAUD!

Les risques infectieux (qu'ils soient dus à des virus, des bactéries ou des champignons) sont particulièrement nombreux et importants si l'on se pique, notamment en cas de partage ou de réutilisation du matériel (seringue, récipient, eau, filtre, garrot, tampon d'alcool, tampon sec). Ne pas se piquer limite donc les risques d'infection.

Mais ceux-ci existent toujours avec le « sniff », surtout en cas de partage ou de réutilisation des pailles. Et quelle que soit la façon dont elle est consommée (injectée, sniffée ou fumée), l'héroïne conserve son pouvoir addictif (voir p. 23) et le risque d'overdose est toujours présent.



VRAI

Les mélanges avec l'alcool, d'autres drogues ou certains médicaments sont dangereux ?

Les mélanges « héroïne + alcool » ou « héroïne + tranquillisants » favorisent le **risque d'overdose** (voir p. 16).

La consommation d'alcool aggrave en outre les dommages au foie en cas d'infection par les virus des hépatites.

Les mélanges « héroïne + drogues psychostimulantes » (drogues qui excitent le cerveau, comme la cocaïne ou les amphétamines) accroissent les **risques cardiaques**: troubles du rythme cardiaque, douleurs intenses à la poitrine, et même infarctus ou arrêt cardiaque qui peuvent être mortels.



VRAI

CHAUD!

La dépendance est extrêmement forte et très rapide ?

L'héroïne est très addictive: qu'elle soit fumée, sniffée ou injectée, elle entraîne rapidement, souvent avant que l'on s'en rende compte, (quelques jours de consommation répétée peuvent suffire) une très forte dépendance physique et psychique.

De plus, après quelques jours ou quelques semaines de consommation répétée, la personne ressent le besoin d'augmenter les doses pour continuer à sentir des effets (on appelle cela la tolérance). Mais même en augmentant les doses, les effets recherchés ont tendance à diminuer.

Les états de manque, entre deux prises, provoquent de grandes souffrances (douleurs physiques et fortes angoisses). La recherche et la consommation d'héroïne peuvent devenir les principales – voire les seules – préoccupations de la personne.

VRAI

À terme, le corps se dégrade ?

La consommation répétée d'héroïne peut conduire à une dégradation généralisée du corps et de ses fonctions. Celle-ci est aggravée par l'absence d'attention à soi et à son corps et par l'état d'abattement que la consommation régulière peut entraîner.

Perte de sensations

- > Diminution de l'odorat, du toucher (anesthésie liée aux effets de la drogue, aggravée en cas d'injection) et de la sensation de faim.
- > Baisse du désir ou des capacités sexuelles.
- > Infections de la peau non traitées du fait de la perte des sensations qui avertissent la personne de leur existence.

Dénutrition

Elle est fréquente, du fait de la diminution de la sensation de faim mais aussi parce que les moyens financiers des personnes sont d'abord utilisés pour l'achat de leurs doses.

Cette dénutrition aggrave les risques d'infections et peut entraîner un amaigrissement excessif qui diminue les capacités physiques.

Troubles du sommeil (sommolence, insomnie)

Troubles de la mémoire, de l'attention

Mauvais état dentaire

La dénutrition et la diminution de la production de salive dues à la prise de drogue peuvent entraîner un délabrement rapide des dents.



On peut perdre le contrôle sur sa vie ?

VRAI

Lorsque la dépendance s'est installée, la recherche du produit peut devenir la principale préoccupation de la personne, aux dépens de ses autres besoins (y compris se nourrir), ses relations sociales (amis, famille, études ou travail). Des troubles de l'humeur peuvent s'installer, les souffrances du manque peuvent être telles que la personne peut rentrer en conflit pour un rien avec tout le monde et être prête à tout, y compris voler ses proches, pour se procurer une dose qui atténuera ses souffrances. La dépendance à l'héroïne peut ainsi entraîner des risques sociaux importants et enclencher un processus de marginalisation chez certains usagers. Le recours à la délinquance, pour financer sa consommation, entraîne une très forte probabilité de poursuites judiciaires et de condamnations pénales (voir p. 28).



VRAI

Il y a des risques particuliers pour les femmes ?

La consommation répétée d'héroïne peut provoquer l'irrégularité ou l'arrêt des règles ainsi que de nombreux risques en cas de grossesse: découverte tardive de la grossesse (parfois non désirée) en raison de la perturbation des cycles, augmentation du risque de fausse couche et d'accouchement prématuré, augmentation du risque de malformation, risque de syndrome de sevrage du nourrisson (l'enfant connaîtra un syndrome de « manque » si la mère a consommé régulièrement pendant la grossesse ou peu avant l'accouchement).

Que dit la loi ?

Consommer chez soi n'est pas interdit par la loi ?

FAUX

Consommer de l'héroïne (ou tout autre produit classé comme stupéfiant : cannabis, ecstasy, cocaïne, champignons hallucinogènes...) est interdit partout en France, quel que soit l'endroit : dans la rue, dans un bar, dans une boîte de nuit, chez des amis, chez soi...

Si on est arrêté avec de la drogue sur soi, on risque la prison ?

CHAUD!

Pour prendre leur décision, les juges prennent en compte les éléments suivants :

La quantité et l'usage de la drogue saisie

> Si les quantités détenues sont faibles et laissent à penser que la drogue sert à la consommation personnelle de la personne arrêtée, celle-ci sera considérée comme « simple usager ». Les sanctions prévues dans ce cas sont progressives et adaptées :

obligation de suivre un stage de sensibilisation aux dangers de l'usage de produits stupéfiants (stage payant aux frais de l'usager), obligation de se soigner, etc. La peine maximale étant d'un an d'emprisonnement et 3 750 € d'amende.

> S'il apparaît que les quantités sont plus importantes et que la drogue est destinée à être vendue ou offerte, même à des amis, la personne peut être considérée comme un « trafiquant ». Les sanctions sont alors beaucoup plus lourdes (jusqu'à 5 ans de prison et 75 000 € d'amende). Les peines sont très sévères si la drogue est vendue ou offerte à des mineurs (moins de 18 ans).

L'endroit où a eu lieu l'arrestation

> Si la personne qui vend ou offre de la drogue est arrêtée dans ou près d'un établissement scolaire (école, collège, lycée...), elle risque jusqu'à 5 ans de prison et 75 000 € d'amende.

> Si la personne est arrêtée alors qu'elle revient de l'étranger (Pays-Bas, Belgique, Espagne...), elle peut être sanctionnée pour « importation de stupéfiants », et encourt jusqu'à 5 ans de prison et 75 000 € d'amende (voire 30 ans de prison si les faits sont commis en « bande organisée »).

Le « passé » de la personne

- Un casier vierge ne met pas forcément à l'abri d'une sanction sévère. Mais les sanctions seront systématiquement plus sévères si la personne a déjà été arrêtée, même pour « simple usage ». En cas de récidive de trafic de produits stupéfiants, une peine minimale de 4 ans sera prononcée.

LA LOI NE FAIT AUCUNE DISTINCTION ENTRE LES DROGUES ILLICITES.

La consommation ou le trafic d'héroïne expose aux mêmes sanctions que la consommation ou le trafic de cannabis, d'ecstasy, de cocaïne, d'amphétamines...

Lorsqu'une condamnation est prononcée, la peine est automatiquement inscrite au casier judiciaire. Cette inscription au casier judiciaire peut compromettre l'avenir professionnel du condamné (en lui interdisant notamment l'accès aux emplois publics).

Conduire après avoir pris une drogue illicite peut entraîner l'annulation du permis ?

VRAI

Policiers et gendarmes sont équipés d'outils qui peuvent « dépister » la présence de drogue dans les urines ou la salive. Ils ont l'obligation d'utiliser ces outils sur tout conducteur impliqué dans un accident de la circulation ayant entraîné :

- > la mort de quelqu'un ;
- > une blessure chez quelqu'un (si des signes les amènent à penser que le conducteur a consommé des drogues).

En dehors de tout accident, un dépistage peut également être demandé par les forces de l'ordre lors d'un contrôle routier (c'est souvent le cas aux abords des festivals techno).

Tout « dépistage » positif (ayant indiqué la présence de drogues) doit être confirmé par une analyse de sang.

Un conducteur chez qui l'analyse de sang confirme qu'il a consommé une drogue illicite – quelle que soit la drogue et quelle que soit la quantité mesurée – peut être sanctionné :

- > du retrait de 6 points sur son permis de conduire,
- > de 2 ans de prison et 4 500 € d'amende (peines portées à 3 ans de prison et 9 000 € d'amende si on détecte en plus chez ce conducteur une consommation d'alcool qui dépasse les seuils autorisés).

D'autres peines complémentaires peuvent être prononcées, notamment :

- > la suspension provisoire du permis de conduire (jusqu'à 3 ans) ;
- > l'annulation du permis avec interdiction de repasser de nouveau le permis (pendant 3 ans au maximum). Cette peine est automatique en cas de récidive.
- > l'obligation d'accomplir à ses frais un stage de sensibilisation aux dangers de l'usage de produits stupéfiants et/ou un stage de sensibilisation à la sécurité routière ;
- > la confiscation du véhicule en cas de récidive du conducteur propriétaire du véhicule.

L'héroïne peut être détectée longtemps après sa consommation dans le sang, la salive et les urines.



Ressources

S'informer

Le site internet Drogues Info Service

www.drogues-info-service.fr

Ce site permet :

- > de s'informer : dictionnaire des drogues, chiffres clés en matière d'usage de drogues, questions fréquentes, quiz...;
- > de dialoguer : en posant ses questions de manière anonyme et gratuite aux professionnels du site – réponse sous 48 h –, en échangeant avec les autres internautes...;
- > d'être aidé : en prenant connaissance des diverses options de prise en charge, en consultant le répertoire d'adresses utiles près de chez soi...

Le site internet de la Mission interministérielle de lutte contre la drogue et la toxicomanie (MILDT)

www.drogues.gouv.fr

L'onglet « Grand public » du site propose des informations sur les drogues illicites, les aides possibles, les sanctions prévues par la loi, des réponses à des questions fréquemment posées, ainsi qu'un répertoire (par région et département) d'établissements et structures qui accueillent, orientent ou prennent en charge.

Le site internet de Fil Santé Jeunes

www.filsantejeunes.com

Ce site propose, notamment dans ses parties « Dossiers » ou « Foire aux questions », des informations sur les addictions, la dépendance, les produits. L'internaute peut envoyer par mail ses questions aux spécialistes (médecins et psychologues) de Fil Santé Jeunes. Il peut également les appeler gratuitement depuis son ordinateur en téléchargeant un logiciel gratuit.

Être écouté, orienté, pris en charge

Des lignes téléphoniques

Drogues Info Service (8h-2h, 7j/7)

> depuis un poste fixe **0 800 23 13 13** (appel anonyme et gratuit)

> depuis un portable **01 70 23 13 13** (coût d'une communication ordinaire)

Cette ligne téléphonique est ouverte à toute personne concernée par les drogues, quelles qu'elles soient. Elle propose 7 jours/7, de manière confidentielle et anonyme, sans jugement ni culpabilisation: une aide et un soutien adaptés aux besoins de chacun; des informations précises sur les effets, les risques, la loi, les lieux d'accueil; des conseils de prévention ainsi qu'une orientation vers des professionnels compétents.

Fil Santé Jeunes (8h-minuit, 7j/7)

> depuis un poste fixe **32 24** (appel anonyme et gratuit)

> depuis un portable **01 44 93 30 74** (coût d'une communication ordinaire)

Cette ligne propose un échange individualisé et confidentiel avec des médecins et des psychologues pour aborder toutes les questions touchant à la santé.



Les Points Accueil Écoute Jeunes (PAEJ)

Ces lieux d'accueil, d'écoute et d'échanges confidentiels sont ouverts à tous les jeunes. Une de leurs missions est la prévention des conduites à risques (dont l'usage de drogues illicites). Les coordonnées des PAEJ sur l'ensemble du territoire français peuvent être trouvées :

- > par téléphone en appelant Drogues Info Service au **0 800 23 13 13** ou Fil Santé Jeunes au **32 24** (depuis un poste fixe) ;
- > sur le site internet www.points-jeunes-assoc.com (rubrique « le réseau des PAEJ »)

Les Maisons des adolescents

Mises en place depuis 2004 et présentes dans près de 60 départements, les Maisons des adolescents ont pour mission d'informer, de conseiller, d'accompagner et d'orienter les adolescents en difficulté ainsi que leurs familles et les professionnels qui travaillent au contact des jeunes. Quelles que soient leurs difficultés (troubles alimentaires, déprime, problèmes avec l'alcool ou avec des drogues illicites), les jeunes y sont accueillis gratuitement sur des plages horaires souples et adaptées (avec ou sans rendez-vous, seuls ou avec leurs parents). Sur place, ils peuvent se confier à une personne de l'équipe soignante (qui rassemble médecins, psychologues, éducateurs, infirmières...) et poser toutes les questions qu'ils souhaitent. Les professionnels écoutent, conseillent, peuvent proposer de revenir ou orienter vers un spécialiste pour une prise en charge. Pour savoir s'il y a une Maison des adolescents dans son département et avoir ses coordonnées, contacter Drogues Info Service au **0 800 23 13 13** ou Fil Santé Jeunes au **32 24** (depuis un poste fixe).

Les professionnels de santé de proximité

- > En ville : les médecins.
- > Au collège et au lycée : les médecins et infirmières des établissements d'enseignement.
- > À l'université : les Services universitaires de médecine préventive et de promotion de la santé (SUMPPS).
- > Au travail : le médecin du travail.

Tous ces professionnels peuvent, dans le secret de la consultation, écouter, conseiller et orienter si nécessaire vers d'autres professionnels ou vers des structures spécialisées.



Pour obtenir les coordonnées d'une structure spécialisée proche de chez soi, appeler Drogues Info Service :
0800 23 13 13
depuis un poste fixe ou
01 70 23 13 13
depuis un portable.

Les structures spécialisées dans les addictions

Les CSAPA (Centres de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie)

Toute personne en difficulté avec une drogue illicite (ou son entourage) peut être accueillie gratuitement et de façon anonyme dans un CSAPA. Elle peut même parfois y être hébergée. Ces structures proposent :

- > de l'information, une évaluation médicale, psychologique et sociale, une orientation ;
- > des conseils et la mise à disposition de matériel pour prévenir les infections (matériel stérile de consommation de drogue, préservatifs...);
- > une prise en charge médicale, psychologique, sociale et éducative (diagnostic, sevrage, prescription et suivi de traitements psychothérapeutiques et médicamenteux, accès aux droits sociaux, aide à l'insertion ou à la réinsertion).

Les Consultations jeunes consommateurs

Depuis 2005, un réseau de consultations spécialisées destinées aux jeunes a été mis en place dans l'ensemble des départements. Gratuites et anonymes, elles sont ouvertes aux jeunes consommateurs (mineurs ou majeurs) de toutes drogues et à leur famille. Ces consultations menées par des professionnels permettent :

- > d'effectuer un bilan des consommations, d'apporter une information et un conseil personnalisé aux consommateurs et à leur famille ;
- > de proposer au jeune une prise en charge brève pour l'aider à arrêter sa consommation ;
- > de proposer une orientation vers un CSAPA ou une autre structure spécialisée (par exemple une communauté thérapeutique) si la situation le justifie.

Les communautés thérapeutiques


Ces structures placent la vie de groupe au cœur du projet de soin et de réinsertion sociale. Elles peuvent héberger des consommateurs dépendants aux drogues, dans un objectif d'arrêt de toute consommation.



Les CAARUD (Centres d'accueil et d'accompagnement à la réduction des risques)

Gratuits et anonymes, les CAARUD sont ouverts à tout usager de drogue, sans jugement ni condition préalable. Ils proposent notamment :

- > un accueil collectif et individuel, de l'information, des conseils personnalisés ;
- > un soutien aux usagers dans l'accès aux soins, aux droits, au logement, à l'insertion ou la réinsertion professionnelle ;
- > la mise à disposition de matériel de prévention des infections (matériel stérile de consommation de drogues, préservatifs).

A young man with short brown hair, wearing a blue zip-up shirt, is looking down at a cardboard box he is holding. The background is blurred, showing what appears to be an industrial or workshop setting. Another person's shoulder and head are partially visible on the right side of the frame.

Pour obtenir les coordonnées d'une structure spécialisée proche de chez soi, appeler Drogues Info Service (0800 23 13 13 depuis un poste fixe ou 01 70 23 13 13 depuis un portable).

À l'hôpital

Depuis 2007 sont progressivement mises en place dans tous les hôpitaux dotés d'un service d'urgences des consultations d'addictologie et des équipes de liaison en addictologie. En complément de ce dispositif de proximité, un dispositif de recours pour 500000 habitants est instauré et propose des prises en charge en hospitalisation de jour, en hospitalisation complète pour sevrage simple (séjour d'environ 7 jours) ou complexe (séjour prolongé).

Et aussi

En ville, les centres de santé et les centres médico-psychologiques (CMP) peuvent donner des conseils et des soins au consommateur (et parfois aussi à son entourage).

Cette brochure a été rédigée en collaboration avec :

Vincent Benso, association Techno Plus (association de défense de la culture techno et de promotion de la réduction des risques)

Dr Jean-Baptiste Bajon, médecin généraliste, Éducation nationale

Dr Ruth Gozlan et **Sylvie Vella** (Mission interministérielle de lutte contre la drogue et la toxicomanie)

Relecture :

Philomène Abi-Saab-Ford, responsable du dossier « Prévention des conduites addictives », Bureau de l'action sanitaire et sociale et de la prévention, Direction générale de l'enseignement scolaire, ministère de l'Éducation nationale

Lucie Camaret, chargée des aides sociales aux élèves et aux étudiants et du développement des politiques relatives à la vie étudiante, Direction générale de l'enseignement et de la recherche, ministère de l'Alimentation, de l'Agriculture et de la Pêche

Danielle Forgeot et **Claire Thibault**, Direction de la Protection Judiciaire de la Jeunesse, ministère de la Justice

Dr Anne Perrève, **Dr Pascal Courty**, **Pr Laurent Gerbaud** et **Aurélié Gagne**, Service de santé interuniversitaire Clermont-Ferrand

François Beck, **Julie-Mattea Fourrès**, **Fabienne Lemonnier** (Inpes)

Édition :

Vincent Fournier (Inpes)

Crédits photo : Fotolia, Image Source, PhotoAlto, PhotoDisc