



Héroïne



www.cnapa.lu

CNAPA
Centre National
de Prévention des Addictions

« brun », « H », « boule », ...

L'héroïne est fabriquée en laboratoire à partir d'opium brut, une substance extraite du pavot. L'héroïne fait partie des opioïdes et elle était encore commercialisée au début du 20^{ème} siècle comme antidouleur et comme traitement de la toux, avant qu'on découvrait son potentiel addictif élevé.



Substance active principale

- diacétylmorphine (*DAM*)



Statut juridique

- illégal : la consommation, la possession, l'acquisition, la fabrication et le commerce sont interdits



Modalités de consommation

- injectée (« shooter »)
- inhalée (« blow »)
- peut aussi être sniffée ou fumée



Début et durée des effets

- **injectée et inhalée/fumée :**
 - début : après quelques secondes
 - durée : env. 2 à 5 heures
- **sniffée :**
 - début : après quelques minutes
 - durée : env. 2 à 5 heures

La durée des effets varie fortement en fonction de la pureté de la substance.



Effets

- détendant, calmant
- soulagement de l'anxiété
- euphorie, exaltation (*flash euphorique*)
- état de bien-être, sentiment de sérénité, de complaisance et de sécurité (« on se sent comme enveloppé dans du coton »)
- sentiment d'insouciance et d'indifférence
- somnolence
- apaisement de la douleur



Risques et effets secondaires

- déficiences mentales comme p.ex. confusion et trous de mémoire
- désorientation et troubles de la coordination
- un langage ambigu et flou
- démangeaisons
- nausées et vomissements
- difficultés à uriner et diminution de l'activité intestinale
- ralentissement du rythme respiratoire et de la fréquence cardiaque, chute de la pression artérielle
- arrêt respiratoire en cas d'overdose, pouvant conduire à la mort
- en cas de partage du matériel d'injection (p. ex. seringues, cuillères, filtres) ou de tuyaux à priser, il existe le risque de transmission de maladies infectieuses chroniques comme le VIH ou le virus de l'hépatite.



Risques à long terme

- addiction
- agitation, irritabilité, peur, états dépressifs
- sueurs et frissons
- diminution du désir sexuel
- insomnie
- infections
- si inhalée/fumée : lésions aux bronches et aux poumons

Bon à savoir ...

- ✓ L'héroïne est en général constituée d'un mélange de substance pure et de plusieurs extendeurs (*p. ex. la caféine et le paracétamol*). La pureté de l'héroïne ainsi que sa teneur en substance active peuvent fortement varier.
- ✓ Comme le consommateur ne connaît pas la composition exacte de l'héroïne, les dangers pour la santé et les risques d'un surdosage peuvent augmenter.
- ✓ Lors d'une consommation d'héroïne régulière et ce pendant plusieurs semaines, le corps développe une certaine tolérance à la substance. Par conséquent, le consommateur a besoin d'augmenter progressivement les doses pour retrouver les mêmes effets. Quand la tolérance est installée et le corps ne reçoit pas la quantité de substance nécessaire, les symptômes de sevrage apparaissent quelques heures après la dernière consommation d'héroïne. Ces symptômes sont entre autres : sueurs, vomissements, diarrhée, crampes, insomnie.
- ✓ « Speedball » désigne le mélange d'héroïne et de cocaïne. Une prudence particulière est requise lors d'une consommation d'héroïne avec de l'alcool et d'autres drogues.
- ✓ La consommation d'héroïne peut conduire à une overdose mortelle. Le danger d'un surdosage involontaire et mortel est fréquent chez les consommateurs qui, après une longue phase d'abstinence, reprennent pour la première fois une dose identique à celles de leurs consommations passées.

Devient-on dépendant dès la première dose d'héroïne ?

Non, comme pour toute substance psychoactive, on devient rarement dépendant avec une prise unique. Une dépendance à l'héroïne s'installe en quelques semaines lors d'une consommation régulière. L'héroïne est, avec le tabac et la cocaïne, l'une des substances les plus susceptibles de créer une dépendance. La substance peut rendre physiquement et psychologiquement dépendant.

Dans la « Fixerstuff » on distribue de l'héroïne gratuitement ?

Non, aucune substance illégale n'est distribuée dans la salle de consommation. Il s'agit d'une mesure gouvernementale de santé publique ayant pour but de réduire les risques liés à la consommation comme les overdoses ou les infections (« *Harm Reduction* »). Des ustensiles stériles (*seringues, filtres jetables, etc.*) sont mis à la disposition des consommateurs. Ainsi, cet environnement permet de consommer l'héroïne dans un lieu propre, protégé et encadré par du personnel qualifié.

Il n'y a pas de consommation de drogues légales et illégales sans risque !

Pour la consommation de chaque drogue légale et illégale, les effets subjectifs dépendent de divers facteurs (*forme de consommation, dose, âge, sexe, environnement, humeur, expérience et attentes*).

La consommation de toute drogue peut conduire à une dépendance.

L'usage de drogues légales et illégales n'est pas recommandé :

- à l'adolescence (*développement physique et mental*)
- dans la circulation routière et dans d'autres activités nécessitant un « esprit clair » (*p. ex. sports, conduite de machines ...*)
- au travail/à l'école
- pendant la grossesse et pendant l'allaitement
- en cas de maladies existantes

De plus, une attention particulière est requise :

- si la qualité du produit est inconnue et ne peut pas être contrôlée
- lors d'une consommation mixte, p. ex. de l'alcool avec d'autres drogues
- lors de la prise simultanée de médicaments

Lorsque vous réalisez qu'une personne ne se sent pas bien après avoir consommé des drogues légales ou illégales, vous devez agir de manière responsable et vous occuper d'elle. En cas de doute, composez le numéro d'urgence et mettez en oeuvre les mesures de premiers secours.



112



**Besoin d'informations sur les
drogues, les dépendances &
les services d'aide ?**

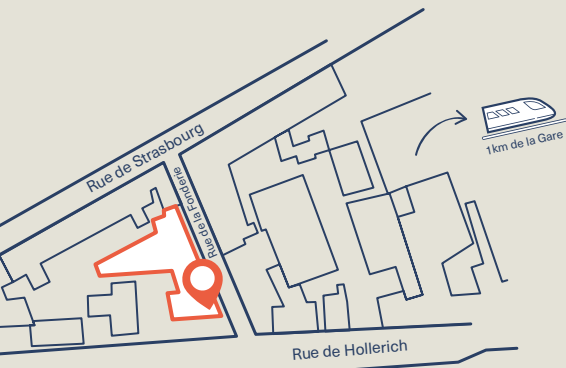
***Fragen zu Sucht, Drogen
& Hilfsangeboten?***



Fro No

 **T. 49 77 77-55**

frono@cnapa.lu | www.cnapa.lu



CNAPA

Centre National
de Prévention des Addictions

INFORMÉIEREN · SENSIBILISÉIEREN · FORMÉIEREN · KOORDINÉIEREN

8-10, rue de la Fonderie L-1531 Luxembourg

T +352 49 77 77-1 | www.cnapa.lu | info@cnapa.lu

Services :

Formations continues et conseils en matière de prévention des addictions et de la promotion de la santé

Informations sur la prévention des addictions, les dépendances et les services d'aide

Bibliothèque (catalogue en ligne) : emprunts de livres et de matériel didactique :
<http://bib.cnapa.lu/public/index.php>

Angebote:

Weiterbildungen und Projektberatungen zu Themen der Suchtprävention und Gesundheitsförderung

Informationen zu Suchtprävention, zu Abhängigkeiten und Hilfsangeboten

Bibliothek (Online - Katalog): Ausleihe von Büchern und didaktischen Materialien
<http://bib.cnapa.lu/public/index.php>