

nâbi cannabis

En cas d'ingestion, l'apparition des effets est retardée mais ils peuvent se prolonger pendant plusieurs heures.

cannabis



Le plus souvent, le cannabis est fumé, plus rarement ingéré avec de la nourriture. La substance psychoactive est le THC. Effets principaux: détente, euphorie, amplification de l'humeur, des perceptions sensorielles et de l'appétit, troubles de la vigilance.



Si fumé, affection des voies respiratoires. Une consommation régulière peut entraîner une réduction de l'entrain, de la motivation et de la concentration. Risque de dépendance psychique et éventuellement physique en cas de consommation excessive.



Éviter une consommation régulière ou faire des pauses de plusieurs semaines pour déterminer la place que la substance tient dans la vie quotidienne. Faire un test CUDIT pour identifier certains troubles associés à la consommation de cannabis et discuter des résultats avec votre médecin.

En cas d'ingestion, l'apparition des effets est retardée mais ils peuvent se prolonger pendant plusieurs heures. Pendant ce temps, il est conseillé de ne pas consommer davantage. Ne pas conduire ou travailler avec des machines. En cas de malaise, manger ou boire quelque chose de sucré.



Discutez-en avec votre médecin ou adressez-vous aux services spécialisés - qu'il s'agisse de votre propre consommation ou de la consommation de quelqu'un de votre entourage. Les médecins et le personnel des services de consultation sont soumis au secret professionnel.



www.mag-net.eu

© 2014

MAG-Net 2

FONDS DE LUTTE CONTRE CERTAINES FORMES DE CRIMINALITÉ



Ministerium für Soziales,
Familien und Frauen
SAARLAND



Si vous consommez régulièrement
de l'alcool, faire des pauses de plusieurs
semaines pour déterminer la place que
la substance tient dans la vie quotidienne.

alcool



L'alcool est généralement bu. La substance active est l'éthanol. À dose modérée: détente, légère euphorie, désinhibition, facilitation des contacts, ralentissement des réflexes. À dose plus importante : somnolence, altération de la perception et troubles d'équilibre.



Les principaux risques sont des comportements irréfléchis : circulation (accidents, également en tant que piéton ou cycliste), des pratiques sexuelles à risque, des comportements agressifs ou encore le risque d'être victime d'abus sexuels. Risques à long terme: dépendance psychique et physique, maladies et lésions organiques (foie, estomac, œsophage).



Ne pas boire de l'alcool pour étancher la soif. Ne pas boire d'alcool le ventre vide. Ne pas enchaîner plusieurs verres. Ne pas s'engager dans la circulation lorsque l'on est sous l'emprise de l'alcool.

Si vous consommez régulièrement de l'alcool, faire des pauses de plusieurs semaines pour déterminer la place que la substance tient dans la vie quotidienne (voir aussi le questionnaire AUDIT-C).



Discutez-en avec votre médecin ou adressez-vous aux services spécialisés - qu'il s'agisse de votre propre consommation ou de la consommation de quelqu'un de votre entourage. Les médecins et le personnel des services de consultation sont soumis au secret professionnel.

www.mag-net.eu

© 2014



MAG-Net 2

FONDS DE LUTTE CONTRE CERTAINES FORMES DE CRIMINALITÉ





Augmente la vigilance et les capacités
de mémorisation à court terme et réduit
l'anxiété, le stress et l'appétit.

tabac



Le tabac est généralement fumé, plus rarement prisé ou mâché. La substance psychoactive, la nicotine, a simultanément un effet stimulant et apaisant. Elle augmente la vigilance et les capacités de mémorisation à court terme, elle réduit l'anxiété, le stress et l'appétit.



La nicotine induit très rapidement une dépendance physique et psychique.

Les risques principaux du tabagisme : affections des voies respiratoires (bronchite chronique, risque de pneumonie et de cancer du poumon), mauvaise irrigation sanguine de la peau et des vaisseaux coronariens.



Il est recommandé aux personnes qui fument régulièrement de faire des pauses de quelques jours à quelques semaines afin de voir l'importance de la place occupée par la consommation de tabac dans leur vie quotidienne. En cas de doute, faire le test de Fagerström.



Si vous avez des questions concernant le tabagisme, n'hésitez pas à en parler à un médecin de votre confiance ou adressez-vous aux services spécialisés - qu'il s'agisse de votre propre consommation ou de la consommation de quelqu'un de votre entourage.

www.mag-net.eu

© 2014



MAG-Net²

FONDS DE LUTTE CONTRE CERTAINES FORMES DE CRIMINALITÉ



La Région
Lorraine
Walonne

Ministerium für Soziales,
Familien und Frauen
SAARLAND
ARBEIT, GESELLSCHAFT,
UND DEMOGRAFIE

ecstasy

La composition d'un comprimé est toujours incertaine - certains ne contiennent pas de MDMA, tandis que d'autres sont hautement dosés.

ecstasy



L'ecstasy se présente sous la forme de comprimés de taille, de couleur et de logo variables. Ce stimulant réduit la sensation de fatigue et de faim et induit un sentiment d'empathie et de sociabilité, accompagné d'un besoin de bouger. La phase d'excitation est suivie d'une phase d'abattement et de dépression.



La composition d'un comprimé est toujours incertaine - certains ne contiennent pas de MDMA (la substance active de l'ecstasy), tandis que d'autres sont hautement dosés. Risques principaux : coups de chaleur, problèmes cardio-vasculaires, tensions musculaires, notamment des contractions de la mâchoire qui peuvent abîmer les dents. À long terme, anxiété, insomnies et dépressions.



Commencer par ne prendre qu'une petite quantité et attendre une heure avant d'en reprendre à nouveau. Ne pas mélanger avec d'autres substances, dont l'alcool. Éviter la déshydratation : boire régulièrement de petites quantités d'eau, s'aérer et prendre des périodes de repos. Attention, l'ecstasy interagit avec les antirétroviraux.



Si vous avez des questions, discutez-en avec votre médecin ou adressez-vous aux services spécialisés. Les médecins et le personnel des services de consultation sont soumis au secret professionnel, même si l'il s'agit de substances illégales.

www.mag-net.eu

© 2014



MAG-Net²

FONDS DE LUTTE CONTRE CERTAINES FORMES DE CRIMINALITÉ



LSD



Déformations de l'espace, perte de la notion
du temps, modification des couleurs,
des sons et odeurs.

LSD



Le LSD est un liquide, qui est généralement ingéré sur un support comme un papier buvard, une micro pointe, ou un sucre. C'est un hallucinogène puissant. Son effet, nommé trip, est caractérisé par des modifications et des amplifications sensorielles (déformations de l'espace, perte de la notion du temps, modification des couleurs, des sons et odeurs).



Risque accru d'accidents à cause des hallucinations et de la perception déformée de la réalité. Le trip peut engendrer des attaques de panique. Certains consommateurs souffrent, après l'action de la drogue, de troubles persistants de la perception (HPPD). Des cas isolés de poussées psychotiques ont été rapportés.



Consommer dans un contexte rassurant et avec une personne accompagnatrice qui ne consomme pas et peut gérer les situations délicates éventuelles. Ne jamais consommer en cas d'antécédents psychiatriques ou en période difficile ou stressante.



Discutez-en avec votre médecin ou adressez-vous aux services spécialisés - qu'il s'agisse de votre propre consommation ou de la consommation de quelqu'un de votre entourage. Les médecins et le personnel des services de consultation sont soumis au secret professionnel, même quand il s'agit de substances illégales.

www.mag-net.eu

© 2014



MAG-Net²

FONDS DE LUTTE CONTRE CERTAINES FORMES DE CRIMINALITÉ



ocai
cocaine

Ne jamais partager sa paille à cause
du risque de transmission de l'hépatite C.

cocaïne



Poudre blanche, la cocaïne est le plus fréquemment sniffée à l'aide d'une paille, mais elle peut aussi être fumée ou injectée. Effets principaux : euphorie, stimulation physique et mentale, sentiment de toute-puissance, atténuation de la soif, de la faim et de la fatigue. Après la phase d'euphorie survient la descente, avec abattement, irritabilité et dépression.



Outre les risques cardio-vasculaires, risque élevé d'une forte dépendance psychique. Risque d'accidents et de bagarres, prise de risques sexuels. Toxicité hépatique si consommée avec de l'alcool. En cas de consommation régulière: risque de dépression, troubles du sommeil, de l'appétit et de la libido.



Ne jamais partager sa paille à cause du risque de transmission de l'hépatite C. Éviter une consommation régulière ou faire des pauses de plusieurs semaines pour déterminer la place que la substance tient dans la vie quotidienne. Ne jamais reprendre de la cocaïne pour surmonter la descente.



Discutez avec votre médecin ou adressez-vous aux services spécialisés - qu'il s'agisse de votre propre consommation ou de la consommation de quelqu'un de votre entourage. Les médecins et le personnel des services de consultation sont soumis au secret professionnel, même s'il s'agit de substances illégales.

www.mag-net.eu

© 2014



MAG-Net 2



FONDS DE LUTTE CONTRE CERTAINES FORMES DE CRIMINALITÉ

Rhineland-Palatinate
MINISTERIUM FÜR SOZIALE,
PRÄVENTION UND FAMILIE
ARBEIT, ERZÜNDLICHET,
UND DEMOGRAFIE

Saarland
Ministerium für Soziale
Frühförderung und Familie

speed

Risque important de dépendance et
de développement de tolérance.

speed



Les amphétamines peuvent être sniffées, avalées et plus rarement injectées. Cette drogue synthétique induit de l'euphorie, augmente la vigilance et la confiance en soi, atténue la soif, la faim et la fatigue.



Dilatation des bronches, déshydratation, tachycardie, hypertension artérielle, hyperthermie. Risque important de dépendance et de développement de tolérance. Insomnies et angoisses. En cas de consommation fréquente et à haute dose, risque accru d'infarctus, d'accidents vasculaires cérébraux et de développement de psychoses.



Planifier et respecter des périodes régulières de récupération. Ne pas mélanger avec d'autres substances, y compris alcool ou médicaments. Des interactions peuvent renforcer les effets obtenus et induire des problèmes de la circulation sanguine. Le speed peut aussi masquer les effets d'autres drogues ou retarder leur apparition. Ne pas consommer en cas d'antécédents cardio-vasculaires, d'asthme, d'épilepsie ou d'antécédents psychiatriques.



Discutez-en avec votre médecin ou adressez-vous aux services spécialisés - qu'il s'agisse de votre propre consommation ou de la consommation de quelqu'un de votre entourage. Les médecins et le personnel des services de consultation sont soumis au secret professionnel, même si l'il s'agit de substances illégales.



www.mag-net.eu

© 2014

MAG-Net²

FONDS DE LUTTE CONTRE CERTAINES FORMES DE CRIMINALITÉ





La légalité présumée d'une substance
ne reflète aucunement son degré
de dangerosité.

NPS de Synthèse



Une panoplie de nouveaux produits psychoactifs de synthèse (NPS) est commercialisée sous les étiquettes de legal highs ou research chemicals. Suivant la molécule précise, les effets peuvent être stimulants et euphorisants (méphédrone et autres cathinones), hallucinogènes (méthoxétamine) ou proches de ceux du cannabis (Spice et autres cannabinoïdes).



Une grande partie de ces molécules n'a été testée ni sur les animaux, ni sur les êtres humains. Les risques pour la santé sont inconnus. Aucune garantie de qualité sur la composition du produit ou son étiquetage n'existe. La légalité présumée d'une substance ne reflète aucunement son degré de dangerosité. Des intoxications sévères, voire letales, ont été rapportées pour plusieurs NPS, notamment à cause de surdosages ou de modes de consommation inappropriés.



S'informer auprès de différentes sources sur les dosages et les modes de consommation appropriés. Pour certains NPS, une dose ne pèse que quelques milligrammes - ne vous fiez pas au poids indiqué par le revendeur.

En cas de malaise,appelez les secours ou rendez-vous aux urgences. Expliquez ce que vous avez consommé. Si possible, ramenez un échantillon de la substance. Les médecins et le personnel soignant sont soumis au secret professionnel.



www.mag-net.eu

© 2014



MAG-Net 2

FONDS DE LUTTE CONTRE CERTAINES FORMES DE CRIMINALITÉ



Rhineland-Palatinate
La Région
Lorraine
Wallonie

Ministerium für Soziales,
Familien und Frauen
MINISTERIUM FÜR SOZIALE,
FAMILIEN UND FRAUEN
ARBEIT, GESELLSCHAFT,
UND DEMOGRAFIE
SAARLAND