

COCAÏNE

LA LIGNE ÉTROITE... ...ENTRE "DE TEMPS À AUTRE" ET "TOUJOURS PLUS"

COCAÏNE

La cocaïne stimule, rend euphorique, facilite les contacts et donne l'illusion d'être capable de tout. Pourtant l'effet peut être tout autre selon l'état d'esprit du consommateur et le contexte de la consommation. A forte dose, elle peut même provoquer des crises d'angoisse et des sentiments de persécution. Les effets et les risques dépendent aussi du mode de consommation. La cocaïne peut être sniffée ou injectée et, suite à certaines transformations chimiques, elle peut également être fumée (freebase ou crack). Le risque de devenir accro à la cocaïne est plus élevé lorsqu'elle est injectée ou fumée que lorsqu'elle est sniffée.

RISQUES IMMÉDIATS

- On peut trouver de la cocaïne avec des degrés de pureté bien différents et elle peut être coupée avec toutes sortes d'autres substances. Impossible donc de savoir vraiment ce que contient le produit, ni en quelle quantité!
 - Un surdosage de cocaïne peut être mortel.
 - La cocaïne agit fortement sur l'organisme: elle accélère la respiration et le rythme cardiaque, augmente la pression artérielle ainsi que la température du corps et la glycémie.
- Les vaisseaux sanguins se rétrécissent et l'irrigation du cerveau peut être entravée.
- L'augmentation de la pression artérielle peut entraîner des hémorragies cérébrales.
- Des troubles du rythme cardiaque pouvant aller jusqu'à l'infarctus peuvent apparaître.
- Un arrêt respiratoire peut se produire.
- Des crampes évoquant une épilepsie peuvent aussi survenir.
- Les personnes présentant des problèmes de santé - notamment maladies cardiovasculaires ou hypertension - sont particulièrement concernées par ces risques.
- Sous l'effet de la cocaïne, le consommateur a tendance à prendre plus de risques, par exemple sur la route, au travail ou lors de relations sexuelles.

MÉLANGES

En consommant simultanément de la cocaïne et d'autres stimulants (comme par exemple ecstasy ou speed) les effets et les risques cardiovasculaires augmentent. De plus, combiner alcool et cocaïne peut renforcer la désinhibition et accroître l'agressivité, sans oublier que l'organisme qui métabolise ce mélange produit une substance de dégradation particulièrement toxique (cocaéthylène).

Mélanger de la cocaïne avec d'autres psychotropes (substances qui modifient l'état de conscience), c'est prendre des risques supplémentaires: on ne peut prévoir ni les effets physiques, ni les effets psychiques de tels mélanges.

DOMMAGES PHYSIQUES LORS D'UNE CONSOMMATION RÉGULIÈRE

Consommer régulièrement de la cocaïne peut provoquer des dommages physiques, notamment:

- des dommages cérébraux (problèmes de concentration, diminution des capacités intellectuelles, etc.),
- des problèmes cardio-vasculaires (avec risque accru d'infarctus),
- des lésions du foie,
- une diminution des défenses immunitaires (et donc moins de résistance aux infections),
- une perte de poids, une sous-alimentation,
- des troubles prématurés du système nerveux (par exemple maladie de Parkinson),
- si la cocaïne est sniffée, des lésions des muqueuses nasales; si elle est fumée, des lésions des bronches et des poumons.

PROBLÈMES PSYCHIQUES

- Plus on consomme, plus le risque augmente de voir apparaître des modifications psychiques, par exemple: agressivité, nervosité, irritabilité, sentiments de persécution, confusion et dépression.
- En cas de consommation de longue durée et chez les personnes prédisposées, on peut aussi observer des psychoses induites par la cocaïne avec délire de persécution et hallucinations terrifiantes.

RELATIONS AVEC LES AUTRES

- La consommation de cocaïne accroît l'envie d'être en relation avec les autres, mais peut rapidement basculer dans le manque de distance et la désinhibition, ce qui peut être désagréable pour l'entourage.
- Quand on a pris de la cocaïne, on a le sentiment d'être particulièrement vif et intelligent, on se surestime. Pour l'entourage, le discours du consommateur est souvent moins intéressant et original qu'il ne le croit.
- Une personne qui consomme beaucoup devient souvent imprévisible, arrogante et agressive. Les anciennes relations disparaissent et les consommateurs se retrouvent entre eux.

SEXUALITÉ

- D'un côté, la cocaïne augmente le désir sexuel; de l'autre, elle empêche ou retarde l'orgasme. Elle peut provoquer des problèmes d'érection particulièrement lorsqu'elle est consommée avec de l'alcool.
- La propension à prendre davantage de risques, l'envie accrue d'entrer en contact et la levée des inhibitions augmentent les risques de relations sexuelles non protégées.
- En cas de forte consommation, le désir sexuel peut progressivement disparaître.

INFECTIONS

En cas d'injection, il y a risque de transmission du virus du sida (VIH) ou des différentes formes d'hépatite. Sniffer comporte aussi un risque d'infection.

RISQUE D'ACCIDENT

Le risque d'accident augmente avec la consommation de cocaïne. Conduire un véhicule sous effet de la cocaïne est punissable. On applique le principe de la tolérance zéro: pas de drogue quand on conduit! Attention: Sous l'influence de la cocaïne, on surestime son aptitude à conduire. De plus, si l'on consomme à la fois de la cocaïne et de l'alcool, on sous-estime les effets de l'alcool!

SITUATION LÉGALE

La cocaïne relève de la loi fédérale sur les stupéfiants et les substances psychotropes. Sa consommation, sa vente et sa possession sont punissables.

LA "REDESCENTE"

La cocaïne rend euphorique mais l'effet est de courte durée, une

heure au maximum. Elle laisse alors la place à l'épuisement, à la culpabilité, au vide et à des sentiments dépressifs. D'où le danger d'en reconsumer immédiatement pour ne plus ressentir ces effets désagréables.

DÉPENDANCE

La cocaïne active fortement le circuit de la récompense au niveau du cerveau, notamment par la production massive d'un neurotransmetteur, la dopamine. D'où le besoin impérieux de retrouver encore et encore ce sentiment d'euphorie. Et c'est ainsi que la consommation «de temps en temps» peut se transformer facilement en «toujours plus», la cocaïne entraînant rapidement une dépendance psychique.

Une des particularités de la cocaïne est que le consommateur n'en a jamais assez: à peine a-t-on sniffé une ligne qu'on en prendrait déjà une suivante. Beaucoup de gens sous-estiment le fort potentiel de dépendance de la cocaïne.

Etre dépendant signifie perdre le contrôle de sa consommation, toutes les pensées se focalisent sur la prochaine consommation, les autres intérêts passant à l'arrière-plan.

AUTRES INFORMATIONS

Institut suisse de prévention de l'alcoolisme et autres toxicomanies, ISPA : www.ispa.ch, tél. 021 321 29 85

AIDE ET CONSEIL

Centres de consultation : www.infoset.ch (rubrique traitement et conseil > offres ambulatoires). Les professionnels des services spécialisés sont soumis au secret professionnel et offrent gratuitement leurs conseils. Conseils par Internet : www.ispa.ch (rubrique aide et conseils > questions-réponses)

sfa / ispa

Schweizerische Fachstelle
Institut suisse de prévention
Istituto svizzero di prevenzione



Stadt Zürich
Suchtpräventionsstelle

Nous avons changé de nom



ADDICTION | SUISSE

www.addictionsuisse.ch

Ce flyer vous a été remis par :

trans-AT Prévention
Jura
Site internet
www.trans-at.ch