

## COMMENT RÉDUIRE LES RISQUES AVEC LES SUBSTANCES VOLATILES ? (colle, essence, poppers)

Également connues sous l'appellation inhalants, les substances volatiles (dépresseurs du système nerveux central) se divisent en trois catégories : solvants volatils (colle, vernis, essence, diluant à peinture, etc.), nitrites (poppers) et anesthésiques généraux volatils (gaz hilarant).

Nous aborderons ici la première catégorie.

Les solvants volatils sont inhalés à même le contenant, dans un sac ou en imbibant un chiffon. Les effets de ces substances (d'une durée de 5 à 30 minutes) peuvent être l'euphorie, la désinhibition, la stimulation, l'étourdissement, l'altération des perceptions et du jugement. Un usage à forte dose peut, entre autres, entraîner confusion, désorientation, stupeur, hallucinations, agressivité, déprime, maux de tête, somnolence, nausées, convulsions et décès par arrêt cardiaque. L'abus de solvants volatils présente des risques très élevés sur les plans psychologique, émotif, neuromoteur (mouvements), sanguin, hépatique (foie), cardiovasculaire et respiratoire. Se distribuant rapidement dans tous les organes et les tissus, les solvants peuvent entraîner des problèmes de santé graves et parfois irréversibles. Les reins, le foie et le cerveau sont particulièrement ciblés. Malgré le peu d'études disponibles sur la consommation illicite de ce produit, il est généralement admis que l'usage chronique et prolongé de solvants peut entraîner des troubles de la mémoire, de la coordination et de la concentration ainsi que causer des dommages irréversibles au cerveau.

Bien que toute consommation de drogues légales ou illégales comporte des risques et que seule l'abstinence permet de les éviter totalement, voici quelques conseils qui peuvent réduire les risques :

- Il est recommandé d'éviter tous les mélanges, mais particulièrement ceux avec d'autres dépresseurs et anesthésiques du système nerveux (alcool, autres solvants, GHB, somnifères, etc.) ;
- Il est conseillé d'utiliser un sac de papier plutôt qu'un

sac en plastique pour limiter les risques de suffocation ou d'asphyxie ;

- Il est préférable d'espacer les prises pour réduire l'apparition ou l'intensité des maux de tête et le manque d'oxygène au cerveau. De plus, il vaut mieux limiter les activités physiques intenses puisque l'accélération excessive et irrégulière des battements du cœur pourrait entraîner le décès par insuffisance (défaillance) cardiaque ;
- Il est fortement conseillé d'éviter le butane et le propane, ces derniers étant le plus souvent impliqués dans les morts subites par arrêt cardiaque ;
- Il est très fortement conseillé de tenir cigarettes et autres sources de chaleur éloignées des solvants, car ceux-ci sont très inflammables (brûlures, petites explosions) ;
- Il est suggéré de ne pas consommer seul afin de limiter le risque de mort par asphyxie consécutif à une perte de conscience (l'étouffement par le vomi ou par le sac resté sur la bouche est l'une des principales causes de décès associés à l'inhalation des solvants) ;
- Enfin, il est illégal et imprudent de conduire sous l'effet des solvants volatils.

### SOURCES :

CENTRE DE TOXICOMANIE ET DE SANTÉ MENTALE (2007).

PARLONS DROGUES. [EN LIGNE]

[HTTP://WWW.CAMH.NET/FR/ABOUT\\_ADDICTION\\_MENTAL\\_HEALTH/DRUG\\_AND\\_ADDICTION\\_INFORMATION/INHALANTS\\_DYK\\_FR.HTML](http://www.camh.net/fr/about_addiction_mental_health/drug_and_addiction_information/inhalants_dyk_fr.html)

BEN AMAR M. (2004). LA POLYCONSUMMATION DE PSYCHOTROPES ET LES PRINCIPALES INTERACTIONS PHARMACOLOGIQUES ASSOCIÉES.

COMITÉ PERMANENT DE LUTTE À LA TOXICOMANIE, 184 P.

LÉGARÉ, N., LÉONARD, L. ET CYR, J.F. (2002). CHAPITRE 9 :

SUBSTANCES VOLATILES. DANS : LES PSYCHOTROPES, PHARMACOLOGIE ET TOXICOMANIE, SOUS LA DIR. DE LÉONARD, L. ET BEN AMAR, M., MONTRÉAL, LES PRESSES DE L'UNIVERSITÉ DE MONTRÉAL, P. 305-331.

Attention aux lecteurs !

Savais-tu que le Fentanyl,  
un analgésique morphinomimétique,  
est huit fois plus fort que l'héroïne ?

Ton risque de faire une overdose  
augmente grandement si tu mélanges  
des dépresseurs ou de l'alcool avec  
le Fentanyl.

SVP, sois conscient que l'injection  
du Fentanyl et l'utilisation des  
« patches » peuvent être mortels.