

# Bungee baby

**Quand tu vis à cent milles à l'heure et que plus c'est dangereux, plus t'aimes ça. Quand vivre des sensations fortes c'est ton pain quotidien. Réveille, t'es peut être accro à l'adrénaline.**

L'adrénaline est une hormone sécrétée par le système nerveux central et par les glandes surrénales situées sur le haut des reins. Les glandes s'activent en réponse à un état de stress ou en vue d'une activité physique. Elles entraînent une augmentation du rythme cardiaque et donnent un surplus d'énergie, par exemple pour faire face au danger.

L'adrénaline a une durée de deux minutes et c'est bien assez! L'adrénaline en injection est le médicament de choix pour le traitement de certains chocs graves : réactions allergiques entraînant un arrêt respiratoire et arrêt cardiovasculaire.

Alors, quand tu te fais un fix ou une grosse puff de crack, tu actives ton corps comme si t'avais une montée d'adrénaline et ce n'est pas long que tu recherches toujours cette sensation de *thrill* et de bien-être. Lorsque t'arrêtes

de consommer, tu vas chercher ton *high* et ton *trip* dans des activités extrêmes ex. : bungee, parachute, vol à l'égalage etc.

Quand tu te rends compte que tu es accro à l'adrénaline, c'est souvent trop tard. Si le stress t'as pas stoppé le cœur, c'est la fatigue extrême (*burn out*) ou toute autre maladie qui le fera. L'adrénaline est une drogue aussi puissante que la cocaïne et l'héroïne. Comme le dit Adrenaline addicts anonymous : « Il faut te rendre compte que c'est toi, seulement toi, qui est responsable de ton corps. Arrête de courir, respire profondément et va chercher de l'aide. »

Pourquoi je cherche tant le danger? Pourquoi vivre la petite vie m'effraie autant? C'est là que j'ai compris qu'à force de faire monter mon adrénaline comme un YO-YO depuis 20 ans ça a peut-être dérangé mon cerveau. C'est là qu'il faut que je vois que l'adrénaline est une drogue puissante et aussi destructrice que toutes les autres prises en trop grande quantité ou trop fréquemment. Alors, depuis, je prends la vie plus relax et je ne pèse plus s'à suce autant qu'avant. ■



Josée,  
Infomane à Montréal



**Source:**

- [www.vulgaris-medical.com](http://www.vulgaris-medical.com)  
Adrenaline addicts anonymous  
- <http://tpe-adrenaline.doomby.com>  
Cap Science, l'esprit découverte