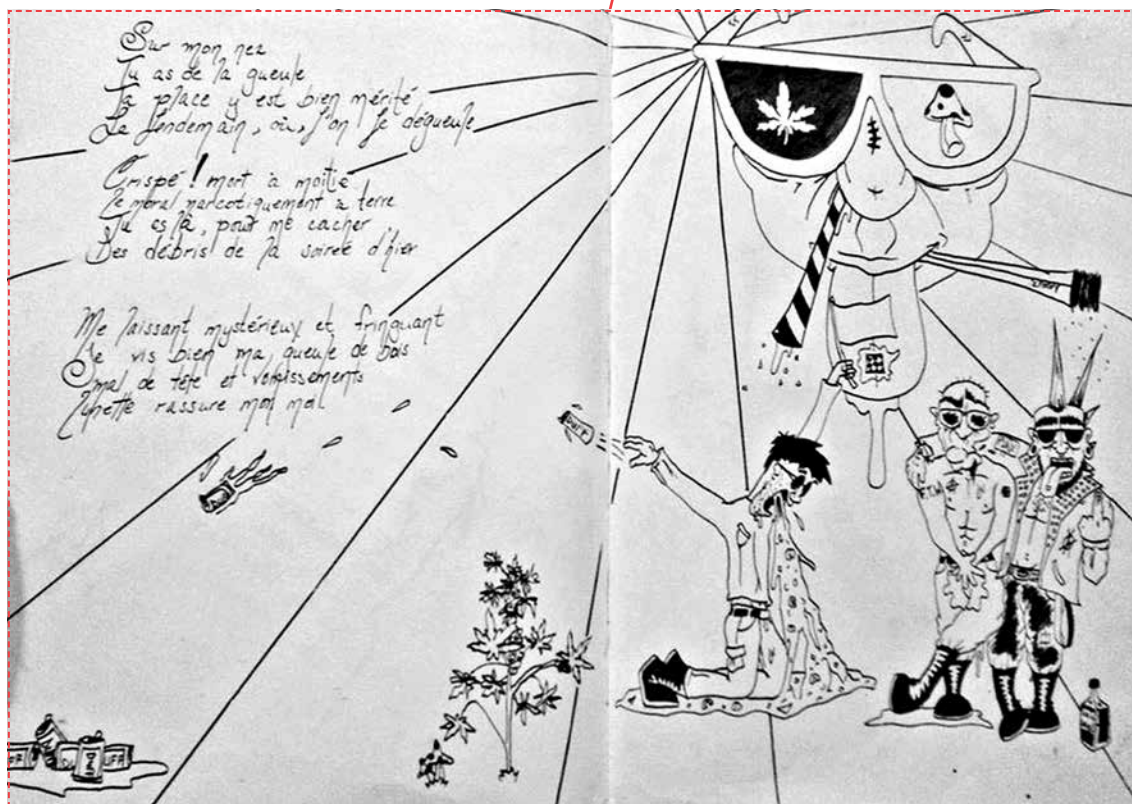


Ah la drogue, ostie que j'en ai sniffé! Je me rappelle quand j'étais plus jeune, on se faisait des compétitions pour voir qui pouvait sniffer la plus grosse ligne le plus vite possible... Ma narine droite était un tabarnak d'aspirateur! Au fil des années, mes narines ont vraiment perdu de l'efficacité, car j'ai eu de nombreuses complications (sinusites chroniques, saignements, infection de la paroi nasale, etc.). Aujourd'hui, c'est avec la rapidité légendaire d'un escargot que je renifle ma dose quotidienne de stupéfiant... Rien de mieux que de s'envoyer une bonne poudreuse din' muqueuses!

Ça m'a donc amené à la réflexion suivante: on fait souvent de la prévention des dommages à long terme de l'injection et de l'inhalation, mais qu'en est-il de se crisser de la drogue dans le nez? Bien que cette pratique semble banalisée la plupart du temps, les inconditionnels de la sniffette te confirmeront que ça peut crissement t'endommager les naseaux! La cocaïne, la kétamine et la MDMA font partie des drogues qui font le plus de dommages aux parois nasales.

Quand tu sniffes, la substance se mélange à tes muqueuses nasales et prend environ 3 à 10 min. avant que tu en ressentes l'effet. Cette pratique à long terme et sur une base régulière peut entraîner plusieurs complications : intenses douleurs aux narines, sinusites chroniques, saignements réguliers, lésions des muqueuses, risques d'infection de la paroi nasale allant jusqu'à la perforation de celle-ci, affaissement de la cloison nasale et même perte de l'odorat. Il y a aussi des chances de partage d'infections transmissibles sexuellement et par le sang si tu partages ta paille... Tsé que tu peux te faire un sniffieux avec un bout de papier. Par contre, évite l'argent et les vieux papiers sales.

Si tu es constamment congestionné, que tu as toute la misère du monde à sniffer et que tu as un mal de chien aux narines, le meilleur conseil que je peux te donner c'est de te faire des douches nasales à base d'eau saline stérile :



1. Procure-toi un contenant à douche nasale à ta pharmacie.
2. Fais bouillir 1 tasse d'eau dans un chaudron pas de couvercle.
3. Verse l'eau dans ton contenant, ajoute  $\frac{1}{4}$  de c. à thé de sel de mer et  $\frac{1}{4}$  de c. à thé de bicarbonate de soude.
4. Attends que l'eau refroidisse à température pièce.
5. Penche-toi au-dessus du lavabo, entre l'embout de la bouteille dans l'une de tes narines et presse sur la bouteille. L'eau ressortira par l'autre narine. Répète l'opération de l'autre côté.
6. Une fois le tout terminé, tu peux te moucher si tu en ressens le besoin.

→ Suite

C'est le meilleur truc pour débloquer les p'tites narines d'un E drogué endurci! Je ne te conseille pas les pompes nasales de style Nasonex™ (à moins que ça soit prescrit par un médecin) car elles sont coûteuses, peu efficaces et entraînent une dépendance.



cocaïne (ça en fait-tu d'la poudre ou ça n'en fait pas?!). Il a tellement sniffé de coke que sa cloison nasale s'est affaissée! Il essayait de peine et misère de le cacher avec ses lunettes fumées... mais quand le cartilage de ton nez s'est effondré, disons que c'est un peu dur à camoufler!

**Stu «The Kid» Ungar** est considéré comme un des plus grands joueurs de poker de tous les temps. Il mourut d'une crise cardiaque le 22 novembre 1998 à l'âge de 44 ans. Au cours de sa carrière, il gagna 30 millions de dollars, mais il n'avait plus un sou à sa mort à cause de sa consommation excessive de

Stu Ungar n'est vraiment pas le seul à qui c'est arrivé, il est simplement un des plus connus. Si même avec les douches nasales tes problèmes de voies nasales persistent, il est important d'aller consulter un médecin, car ça pourrait être grave. Un bon truc est bien sûr de prendre des breaks. Advenant que tu n'en sois pas capable, change donc ton mode de conso pour quelques jours. Have Fun! ■

**Sources :**  
 - [http://www.google.ca/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=10&ved=0CGAQFjAJ&url=http%3A%2F%2Fcms.addiction-vala.isch%2FUpload%2Fmedrotox%2F6\\_drogues.pdf&ei=XxavUoGmAsesyQGgroDwBA&usq=AFQjCNEmqz8CFONA9xTOW9T3XEEK7qWVNg&vms=bv.57967247d.aVlc](http://www.google.ca/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=10&ved=0CGAQFjAJ&url=http%3A%2F%2Fcms.addiction-vala.isch%2FUpload%2Fmedrotox%2F6_drogues.pdf&ei=XxavUoGmAsesyQGgroDwBA&usq=AFQjCNEmqz8CFONA9xTOW9T3XEEK7qWVNg&vms=bv.57967247d.aVlc)  
 - <http://www.infodrogues.be/index.php/produits/cocaine-a-crack?id=141>  
 - <http://www.surf-prevention.com/fiche-vertus-de-l-eau-de-mer-contre-les-infections-orl-112-1.php>  
 - <http://www.ramif.com/stu-ungar.php>

**Mumu**  
 INFOMANE À MONTRÉAL

ILLUSTRATION © **Max Labelle**  
 ILLUSTRATION © **Ashtray**

au nom  
 du  
 saint  
 esprit

# Ah, MeRDe...



**L'infirmière vient de t'apprendre que tu as une Infection Transmissible Sexuellement et par le Sang (ITSS). Tu te doutes ben de comment tu l'as pognée... Oui, t'aurais dû te protéger, mais non, tu ne l'as pas fait. T'as un peu honte de toi, pis tu te sens coupable parce que t'as peut-être contaminé d'autres personnes...**

### Prends soin de toi

Pour te débarrasser de l'ITSS en question, tu auras un traitement à suivre. Fais bien attention de le suivre à la lettre, c'est super important pour être sûr de guérir! C'est en parlant avec un pro de la santé qu'il te recommandera ce qu'il y a de mieux pour toi! C'est ben plate, mais le temps que tu fasses ton traitement, le mieux c'est de ne pas avoir de relations sexuelles pantoute... Si tu décides quand même d'en avoir, utilise un condom.

Si tu apprends que tu as une ITSS chronique (VIH, herpès) sache qu'il y a des traitements, mais que tu ne seras pas complètement guéri. Par contre, on peut vivre très bien avec ces virus si l'on respecte ce que le médecin nous prescrit et que l'on prend soin de sa santé!

### Prends soin de ton, ta ou tes partenaires

Ok, là tu as pris soin de toi, mais il faut que tes partenaires fassent de même afin de ne pas transmettre l'ITSS. En effet, ils pourraient te la retransmettre ou la transmettre à d'autres personnes... Pour la chlamydia et la gonorrhée, tu dois avertir tes partenaires des 2 derniers mois. Pour les autres ITSS, ton infirmière va pouvoir t'aider à savoir à qui tu dois le dire.

**Sources :**  
 - <http://itss.gouv.qc.ca>

Dire à quelqu'un qu'on l'a peut-être infecté, c'est pas ben ben le fun, j'en conviens. Voici quelques façons de le faire :

- **Tu peux rencontrer la personne dans un endroit neutre** et lui dire, tout simplement! Recommande-lui d'aller se faire checker, parle-lui de ton expérience pour la rassurer.
- **Tu peux l'annoncer au téléphone** si tu as peur de sa réaction. Un professionnel de la santé peut être avec toi lorsque tu feras l'appel.
- **Tu peux aussi lui envoyer un e-mail ou une lettre** avec le nom de l'ITSS et le traitement à suivre. Pour un exemple de message que tu pourrais envoyer, va voir sur le site <http://itss.gouv.qc.ca> dans l'onglet j'ai une ITSS.
- **Tu peux demander à un professionnel de la santé de notifier tes partenaires** si tu n'es vraiment pas à l'aise de le faire toi-même! Ce service est offert en CLSC et chez la plupart des professionnels de la santé.

Si tu l'annonces toi-même, prépare-toi! Essaie de penser à comment tu vas le dire, quels mots tu vas choisir. Surtout, essaie de ne pas rentrer dans le blâme! L'ITSS, tu l'as déjà, je comprends que t'es en criss et que tu pourrais vouloir trouver un coupable, mais là, l'important, c'est le traitement. Et à l'avenir, sois plus prudent! ■

**Alexandra de Kiewit**  
 COORDONNATRICE DE L'INJECTEUR

ILLUSTRATION ©  
**Alexandra de Kiewit**