



au nom
du
corps



du
fix



et du
saint
esprit

Les « overdoses », un sujet tabou?



Vous connaissez sûrement des gens qui ont déjà été victimes de surdoses d'opiacés, certaines fatales, comme cet été à Montréal. Ceux qui s'en sortent en parlent rarement. Nous savons tous qu'aujourd'hui, la cocaïne est la drogue consommée par la majorité des personnes qui s'injectent. Toutefois, les opiacés sont très souvent impliqués dans les surdoses, c'est pourquoi nous nous concentrerons dans ce papier sur les opiacés et les précautions à prendre lorsqu'on en fait usage.

Depuis les années 70, les opiacés sont en circulation, à Montréal, avec certaines fluctuations dans la disponibilité et l'intérêt qu'ils suscitent. Il y a eu différentes modes, le Démérol, la codéine, la morphine et plus récemment, le Dilaudid. Au milieu des années 90, nous avons assisté, impuissants, à une recrudescence de la popularité de l'héroïne chez des jeunes consommateurs ; dans un contexte où les traitements de méthadone n'étaient pas très accessibles.

Le Petit Larousse définit l'héroïne comme : « un stupéfiant dérivé de la morphine, **extrêmement toxique** ». Sans vouloir être moralisateur, il ne s'agit pas d'une drogue douce qui ouvre l'appétit et qui peut aider quelqu'un à dormir. Nous parlons d'une drogue dure qui, à moyen et à long terme, entraîne **des dépendances physiques et psychologiques** très sérieuses qui obligent les utilisateurs à avoir des comportements à risque de toutes sortes. Les overdoses sont le résultat de plusieurs

de ces comportements à risque, la plupart pourraient être évitées en observant quelques principes.

Tout d'abord, la première règle à respecter lorsqu'on consomme une drogue au potentiel aussi mortel est **de ne pas consommer seul**. Si jamais un accident arrive, tel un arrêt respiratoire ou une surdose, une autre personne peut appeler les secours (911) et prodiguer les premiers soins. Ceux-ci consistent à vérifier si la personne est consciente, si son cœur bat et si elle respire encore. Évidemment, si rien ne se passe, il faut faire quelque chose en attendant les secours comme la respiration artificielle et/ou un massage cardiaque. Dans une situation délicate comme celle mentionnée plus haut, certaines personnes peuvent craindre la police pour plusieurs raisons comme un mandat d'arrestation pour amende non payée. La vie d'une personne vaut certainement plus que quelques jours de prison et, à la limite, après vos manœuvres de premiers soins et l'arrivée des secours, poussez-vous par la porte d'en arrière !

Par ailleurs, si **c'est la première fois que tu essaies le produit** ou si tu as changé de « dealer », c'est préférable de tester le produit avec une toute petite dose (maximum de ¼ de point à la fois). Aussi, tu n'es pas en mesure de connaître la pureté de la dope seulement en la voyant et cela même si tu es un vétéran aguerri. À l'occasion, les vendeurs peuvent couper leur produit avec des substances qui potentialisent l'effet de l'héroïne. On rapporte que dernière-

ment, en quelques mois seulement, 130 morts dues à des overdoses ont été répertoriées à Détroit et 100 autres au New Jersey. Dans cette ville, en un seul week-end, il y a eu trois morts et 42 hospitalisations. Les analyses toxicologiques ont démontré la présence de **fantanyl** (opiacé puissant, utilisé en milieu hospitalier) **et d'héroïne** chez les personnes décédées, ce qui explique l'hécatombe chez les personnes toxicomanes. Avons-nous besoin d'en dire plus ?

Dans un autre ordre d'idées, vous devez être très prudents lorsque vous consommez à la suite d'un sevrage (volontaire ou pas) de quelques jours ou de quelques semaines. **Vous n'avez plus la même tolérance**, alors prenez une plus petite dose que d'habitude et soyez accompagnés.

Le mélange des produits est un autre facteur de risque important. Les benzos (Valium, Ativan, Rivotril...), l'alcool et le PCP sont à proscrire avec les opiacés incluant la méthadone, parce qu'ils sont des déprimeurs du système nerveux, que leurs effets s'additionnent et peuvent amener jusqu'à une dépression respiratoire, voire un arrêt.

Si vous achetez de la méthadone de rue, ne vous fiez pas au dosage inscrit sur la bouteille, car elle a pu être diluée ou changée de bouteille, ce n'est donc pas fiable.

Si vous êtes tannés d'être malades et de courir après le smack ou le dilo (opiacé en pilule à effet de courte durée, très populaire et accessible un peu partout au Québec, mais pas fait pour s'injecter), il existe des traitements possibles comme la méthadone. Cet opiacé synthétique agit sur les récepteurs opiacés dans le cerveau et bloque l'effet euphorisant de l'héroïne (un peu comme si on avait fermé ces récepteurs avec une barrière). Donc quelqu'un qui reçoit de la méthadone à un

dosage stable et adéquat n'a plus d'effet euphorisant lorsqu'il consomme de l'héroïne. Signalons cependant que si quelqu'un voulait absolument avoir un effet euphorisant en consommant des **doses massives d'opiacés en plus de sa méthadone, il risque de se mettre en surdose** : la barrière sur les récepteurs va sauter et les doses prises et accumulées vont inonder les récepteurs et donc le cerveau ! En conclusion, être informé et vigilant quand on consomme, c'est de mise !!!!! ■

Patrick Langlois,
travailleur de milieu

Marie-Annick Barbier,
coordonnatrice clinique

Relais Méthadone,
programme du Cran

Pour les formations RCR tu peux t'informer auprès de l'Ambulance St-Jean : www.sja.ca/french/offices/quebec/index.asp



Chronique du Saint-Esprit

par les infomanEs

Le programme de musique POPS-CONCORDIA

Peut-être connaissez-vous le centre de jour chez Pops ? Un endroit qui offre plusieurs services essentiels aux jeunes de la rue. Un repas chaud le midi du lundi au vendredi ainsi que plusieurs autres services et références.

Pops a aussi une école. Tous les jours, les jeunes qui y sont inscrits prennent des cours pour finir leur secondaire.

Il y a six ans, un professeur de l'école de chez Pops et son fils, un professeur en design de l'Université Concordia, eurent l'idée d'offrir aux étudiants une activité enrichissante à laquelle ils pourraient tous participer. Le projet avait pour but d'aider les participants à développer leurs compétences en art et/ou en musique avec l'aide d'ordinateurs.

Selon Dave, l'intervenant de chez Pops qui est maintenant le responsable du programme, l'idée derrière tout ça est la réinsertion. Le projet donne une chance aux jeunes, qui viennent y participer, de sortir de leur environnement habituel du centre de jour et les aide à développer leur côté créatif tout en socialisant avec des gens extérieurs au milieu de la rue.

Travailler avec des étudiants de Concordia facilite l'ouverture de leurs horizons et de leurs esprits vers quelque chose de plus que la rue.

Le programme consiste à se joindre aux étudiants de Concordia et à travailler avec eux sur différents projets en graphisme, animation flash et musique.

Même après avoir complété le programme, certains jeunes peuvent continuer dans cette direction avec l'aide d'Emploi-Québec.



« Le programme donne la chance aux participants de venir travailler avec nous en studio pour qu'ils puissent, en partie, enregistrer leurs compositions musicales et leur voix sur CD. Punk, rap, acoustique ou vocal... peu importe. Ma job est de les guider et d'agir comme éditeur et producteur. Une fois que j'ai établi un lien avec eux, ils ont confiance en moi » raconte Allister Roberts, un étudiant de Concordia qui participe au programme.

« Personnellement, j'adore voir le sourire qu'ils ont en sortant d'ici avec leur travail terminé et sur CD... C'est très satisfaisant pour moi. » Le programme s'adresse aux jeunes de 18-25 ans qui fréquentent Pops ou d'autres organismes qui viennent en aide aux jeunes en difficulté. Il suffit d'en parler avec Dave au centre de jour, du lundi au vendredi. ■

Pour plus d'information, veuillez contacter Dave : **514-526-POPS, poste 234.**

