

Si tu t'injectes....

L'injection de drogues peut entraîner des risques pour la santé. Par exemple, nombreuses sont les personnes qui ont contracté l'hépatite C de 6 à 12 mois après leur première injection. Les conseils suivants visent à diminuer ces risques.

Voici un bon rituel à établir. Avant de commencer à préparer ta drogue, lave-toi les mains avec du savon. Installe-toi sur une surface lavée à l'eau de Javel et bien rincée avec de l'eau propre. Si tu es dehors, installe-toi sur un journal ou un magazine, c'est mieux que rien. Avant de t'injecter, nettoie toujours ta peau avec un tampon d'alcool afin d'empêcher des bactéries de pénétrer en même temps que l'aiguille. Ne mets pas de salive sur l'aiguille, sur ta peau ou sur la ouate. Plusieurs bactéries présentes dans ta bouche ne doivent pas entrer en contact avec ton sang. C'est la dope qui t'intéresse, pas les bactéries.

Utilise l'eau stérile et les kits securicup disponibles dans les sites de distribution et d'échange de matériel stérile. Pour tirer la dope, mets le filtre neuf du securicup au bout de l'aiguille. Évite d'y toucher. Prends-le avec l'aiguille de ta seringue. Si tu n'as rien d'autre sous la main, roule en boule un

bout de papier à rouler sans la partie où il y a la colle. N'utilise pas de Q-tips, de ouate, de kleenex ou de papier de toilette. Évite aussi d'utiliser les filtres de cigarettes, car ils contiennent des substances chimiques toxiques. Leurs fines fibres peuvent aussi pénétrer dans la seringue, ce qui peut causer une cotton fever.

Si tu ressens une forte fièvre, que tu vomis, que tu as la diarrhée, des sueurs et des frissons, tu as probablement une cotton fever. Va à l'hôpital, sinon tu risques de sérieuses complications telles qu'une infection des parois du cœur.

Utilise toujours une seringue neuve dont l'aiguille est bien pointue, cela abîme moins tes veines tout en évitant l'apparition de marques et d'infections. N'entre jamais l'aiguille dans la bouteille d'eau stérile qui vient avec le securicup, car tu risquerais d'abîmer l'aiguille qui endommagerait alors ta veine. Verse plutôt l'eau et la drogue dans un contenant du securicup et utilise le bout orange de la seringue pour mélanger l'eau et la drogue.

Tout le contenu du securicup de même que l'ampoule d'eau et la seringue doivent être jetés après usage. Pour te protéger contre les hépatites B et C et le VIH, utilise une ampoule d'eau et un securicup neufs à chaque injection. Même si tu es déjà infecté par le virus de l'hépatite B ou C ou par le VIH, utilise du matériel neuf afin d'éviter d'attraper d'autres souches du même virus ou des infections qui mettent ton système immunitaire à l'épreuve. Chaque nouvelle infection rend davantage malade.

Quand tu vas dans un site de distribution et d'échange de matériel stérile, prends l'habi-

tude de te procurer plus de matériel d'injection que tu en as besoin. Tu pourras alors en fournir aux personnes qui en manquent.

Utiliser la seringue d'une personne qui affirme ne pas être infectée par l'hépatite C n'est pas sécuritaire parce que la plupart des personnes infectées ne le savent pas. De plus, même après un nettoyage à l'eau de Javel, le virus de l'hépatite C est toujours vivant.

Si tu n'as plus de contenant stérile pour chauffer ta dope, avant d'utiliser un contenant que tu as été le seul à utiliser, lave-le. Là encore, n'utilise pas le contenant usagé d'une autre personne. Si tu n'as ni savon ni eau de Javel, un rinçage à l'eau froide est mieux que rien.

Chaque fois que tu t'injectes, alterne un bras après l'autre. Change de veine et ne te shoote pas ailleurs que dans les bras qui sont la partie du corps la plus sécuritaire pour s'injecter. Si tu t'injectes dans une petite veine, vas-y lentement sinon tu peux la faire éclater et perdre aussi ta dope. Avant de t'injecter, aspire un peu de sang dans ta seringue. Si le sang est d'un rouge brillant, tu es dans une artère et tu risques de saigner beaucoup : n'injecte pas ta dope ! Ôte l'aiguille et appuie fortement pendant 15 minutes. Si le saignement continue après 15 minutes, tu risques de faire une grosse hémorragie. Va voir un médecin.

T'injectes-tu des comprimés ? Même bien écrasés, il restera toujours de très petites particules pouvant détruire tes veines et provoquer des accidents et des infections. Si tu t'injectes quand même des comprimés, manipule-les le moins possible avec tes doigts. Évite de les faire entrer en contact avec ta



bouche ou ta salive. Écrase-les pour les transformer en une poudre aussi fine que possible, Dilue-les avec de l'eau stérile. Filtre plusieurs fois la préparation avec un filtre neuf.

Ne laisse pas traîner tes seringues usagées. Range-les dans un contenant que les aiguilles ne peuvent pas transpercer, tel qu'une bouteille ou un bocal vide en verre, ou encore le contenant jaune que les sites de distribution et d'échange de matériel stérile offrent gratuitement.

Si tu t'injectes dans un endroit public, ramasse-toi quand tu as terminé. Les seringues jetées n'importe où peuvent causer des blessures et transmettre les virus de l'hépatite, du tétanos et du VIH. On peut s'infecter en marchant ou en s'assoissant dessus. Des enfants peuvent aussi s'infecter en jouant avec elles. Les seringues qui traînent amènent aussi des résidentes à porter plainte, ce qui encourage la police à augmenter la répression. ■

SOURCE : GUIDE DOPE DE STELLA