

Amphétamines / speed



MISE A JOUR 2020



RAPPEL

2

Réalisée en collaboration avec des usagers d'amphétamines, cette brochure s'adresse aux consommateurs et à leurs proches.



Le but de ce document n'est pas d'encourager ou de décourager la consommation de ces substances, mais de donner une information correcte et détaillée, pour un usage à moindre risque.

L'usage de ces produits existe même si leur détention est illégale. Sans prescription médicale, les amphétamines sont visées par la loi sur les stupéfiants de 1921, révisée en 1975 et en 2003.

Leur détention, même à usage privé, est donc passible de sanctions pénales. La conduite d'un véhicule sous l'effet de produits psychotropes est interdite et fait l'objet de poursuites judiciaires spécifiques.



Table des matières

3

P 4

Qu'est-ce que c'est?

P 6

Quelle en est l'origine?

P 7

Comment les amphétamines sont-elles consommées?

P 9

Quels sont les effets?

P 13

Qu'est-ce qu'on risque?

P 14

dépendance

P 16

"surchauffe" et déshydratation

P 19

point de vue cardiaque, psychologique et social

P 21

risques spécifiques aux modes de consommation

P 22

Les mélanges

Si vous ne devez lire qu'une seule chose dans cette brochure, reportez-vous aux pages

P 25

18 conseils pour réduire les risques

P 30

Que faire en cas d'urgence?

QU'EST-CE QUE C'EST ?

- 4 Les amphétamines regroupent une famille de substances psychostimulantes toutes dérivées de l'amphétamine : éphédrine, méthamphétamine, dextro-amphétamine, etc. Les amphétamines et leurs dérivés agissent sur notre système nerveux central en venant stimuler la libération de certains neurotransmetteurs jouant un rôle important sur notre humeur et notre capacité à ressentir du plaisir.

De nombreuses **amphétamines** modifiées sont présentes sur le marché clandestin comme le **speed** (sulfate d'amphétamine), les **cathinones** (MDMA et autres "research chemicals" ou encore en français ce que l'on désigne comme NPS - nouvelles drogues de synthèse.).

Dans cette brochure, nous nous concentrerons sur le **speed**.



La **méthamphétamine** (appelée aussi **Tina** ou **Crystal Meth** chez nous) comme l'amphétamine dont elle est très proche, provoque une hypertension artérielle, une tachycardie et une intense stimulation mentale.

La **dépendance** est décrite comme tyrannique et son usage trop régulier aboutit souvent à une perte de contrôle de la consommation chez la plupart des usagers et une dégradation de l'état physique chez certains d'entre eux.

Il est impossible de connaître à l'avance la composition d'un produit vendu au marché noir. Ses effets peuvent donc être différents de ceux attendus (plus ou moins stimulants, euphorisants ou hallucinogènes).

Le plus souvent, le speed se présente sous la forme d'une poudre blanche, parfois rosée ou jaunâtre selon la nature des produits de coupe (caféine, craie, poudre à lessiver, lactose, verre pilé, créatine, etc.).

QUELLE EN EST L'ORIGINE?

- 6 L'ancêtre des amphétamines est l'alcaloïde du *ma-huang*, une plante utilisée depuis des millénaires en Chine. En 1895, on en extrait l'éphédrine qui sert de support pour la synthèse de la benzédrine, la première d'une longue série d'amphétamines.

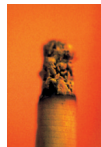


Les amphétamines sont prescrites dans les années 20 et vendues librement dès 1930 **pour stimuler l'activité intellectuelle, maigrir ou combattre la fatigue et la dépression.**

A cause des risques d'utilisation abusive et de dommages potentiels, l'usage médical de ces produits s'est vu limité au **traitement de quelques maladies** comme par exemple la **narcolepsie**, l'**hyperactivité infantile** (Rilatine®), etc.

Détournées de cet usage médical ou vendues au marché noir, les amphétamines sont aujourd'hui consommées par **des travailleurs, des fêtards, des étudiants, des sportifs**, etc.

COMMENT LES AMPHÉTAMINES SONT-ELLES CONSOMMÉES?



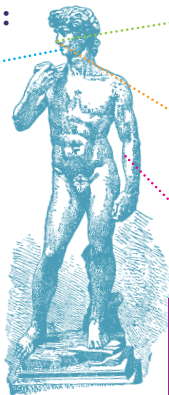
7

Le speed peut être :



avalé,
par exemple
sous forme
de comprimé
ou de boulet-

te de papier dans
laquelle on a mis de
la poudre ("bombe")
ou dilué dans une
boisson



fumé (« en tache »
sur de l'aluminium,
ou en « joint »)

inhale ou « sniffé »
(« latte », « rail »,
« trace » ou « ligne »)

injecté

Durée d'action

En fonction de la quantité et de la puissance du produit, les effets durent de 4 à 15 heures, parfois même 24 heures.



Modes de consommation	Apparition des effets après la prise
Avalé	Environ 30 minutes. Certains effets peuvent apparaître parfois après plus d'une heure.
Sniffé	Quelques minutes
Fumé	Quelques secondes
Injecté	Quelques secondes

Détection du produit

Variable selon la dose et le type d'amphétamines consommées :

Dans la salive : jusqu'à 50 heures

Dans le sang : entre 2 et 4 jours

Dans les urines : jusqu'à 4 jours

Dans les cheveux et les ongles : ces derniers gardent une trace des produits consommés au moment où ils poussent. Cette trace persiste tant que le cheveu ou l'ongle n'est pas coupé.



QUELS SONT LES EFFETS?

Les effets du produit dépendent de sa **pureté**, de la **quantité** consommée, de la **fréquence** d'usage, du **contexte** et du **mode de consommation**. Ils dépendent également de l'individu, de son **état psychique et physique**, de sa **personnalité**, de son **humeur** et de ses **attentes** vis-à-vis du produit..

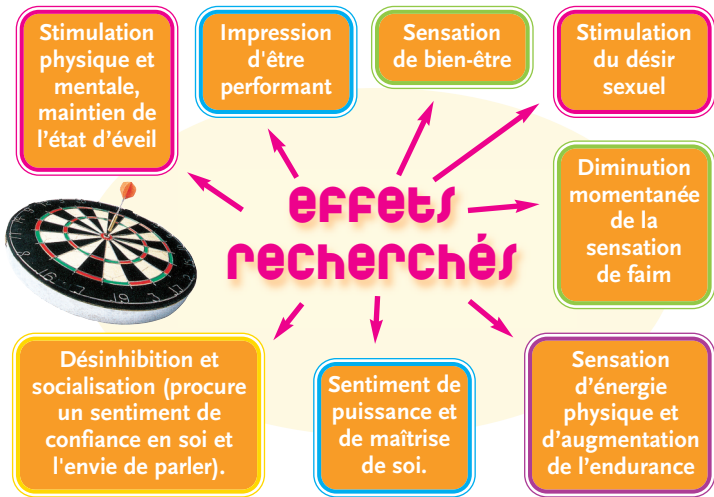


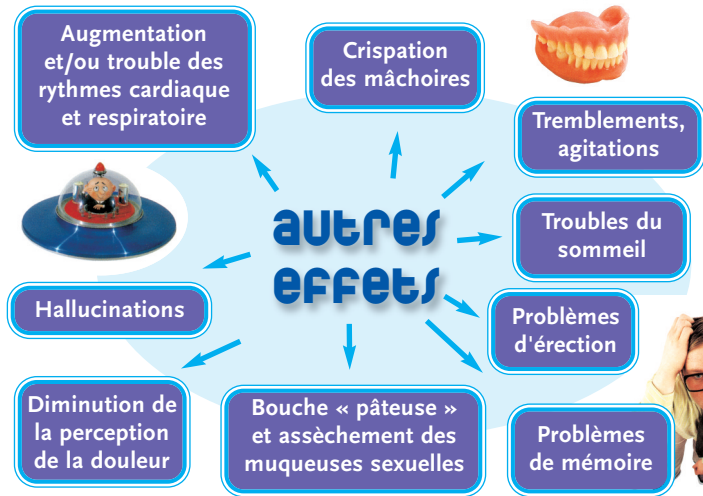
9

Les amphétamines agissent sur l'**humeur** et la **confiance en soi**. Elles peuvent ainsi rendre une personne de **bonne humeur** et sûre d'elle ou, au **contraire**, **angoissée** et **irritable**.



10





effets...

12

La descente se manifeste par une grande fatigue et une chute de l'humeur (tristesse voire déprime), avec une perte des capacités physiques et psychiques. Elle est aussi marquée par des troubles du sommeil (agité et peu reposant). Le réveil est ainsi difficile et mène à de l'irritabilité et/ou de l'agressivité.



En cas de consommation répétée, peuvent s'installer des problèmes d'insomnie, d'anxiété, d'irritabilité, d'agressivité, d'érection, d'asthme, de paranoïa, etc.

Les effets de la consommation d'amphétamines entraînent un certain nombre de risques développés au chapitre suivant.

QU'EST-CE QU'ON RISQUE ?



13



L'usage d'amphétamines comporte des risques. Néanmoins, un usage occasionnel (peu fréquent) à dose modérée entraîne en général peu de dommages pour la santé d'une personne en bonne condition physique et mentale.

Les risques décrits dans ce chapitre concernent l'usage d'amphétamines. Notons que l'usage de méthamphétamines peut être plus risqué.

DÉPENDANCE

- 14 Si un usager occasionnel souffre rarement de dépendance, elle peut s'installer chez les **usagers chroniques** (consommation répétée et prolongée). La dépendance est attribuée à la fois à l'action du produit et aux liens complexes qui se tissent entre l'usager (ses attentes, ses manques, ses désirs), le produit et le contexte dans lequel il vit.

L'existence ou non d'une dépendance physique aux amphétamines est controversée. En effet, leur arrêt brusque n'entraîne pas de "crises de manque" (crampes, vomissements, douleurs musculaires, convulsions) comme dans le cas des opiacés ou de l'alcool. Quoiqu'il en soit, on estime que la distinction entre dépendance physique et psychologique est peu pertinente. Ce qui importe, c'est la difficulté à gérer la consommation et l'arrêt du produit.



TOLÉRANCE

Il existe par contre une tolérance, c'est à dire la nécessité d'augmenter les doses pour retrouver les mêmes effets.

A usage peu fréquent et occasionnel, la consommation d'amphétamines n'entraîne pas de tolérance.

Dans le cas d'un usage chronique, une tolérance importante se développe rapidement. Pour retrouver les effets initialement recherchés, il est nécessaire d'augmenter les quantités et/ou la fréquence de consommation.

On observe également une tolérance plus rapide aux amphétamines lorsque il y a usage chronique de cocaïne ou d'autres types 'amphétamines (XTC, PMA, etc.).

C'est ce qu'on appelle la tolérance croisée.



Le manque

16

Pour la plupart des usagers dépendants aux amphétamines, **le manque se caractérise principalement par des symptômes psychologiques dont une envie obsédante du produit.**

Ils ont le sentiment que, sans speed, ils ne seront pas capables de sortir, de danser, d'étudier, de travailler,... Lorsque ces usagers stoppent leur consommation, on peut voir apparaître **différents symptômes :**



- **Épuisement**
- **Dépression**
- **Agitation, irritabilité, anxiété**
- **Saute d'humeur et agressivité**
- **Sensation de vide**
- **Faim excessive**

Traitements : Il n'existe pas de traitement de substitution aux amphétamines, mais des traitements médicamenteux et un suivi psychologique pour aider l'usager qui le souhaite sont possibles en consultation ambulatoire, centre de jour, milieu hospitalier ou centre communautaire.

La «SURCHAUFFE» et la DÉSHYDRATATION

Les dérivés amphotaminiques (les cathinones) ont tendance à augmenter la température du corps.

Si une activité physique intense et prolongée accompagne cette prise, le risque d'hyperthermie s'accroît, *surtout si la consommation a lieu dans*

un endroit surpeuplé et mal aéré (discothèque, par exemple).



L'usager ne ressent plus la fatigue. S'il ne boit pas assez, il perd plus d'eau qu'il n'en absorbe.

- 18 il se déshydrate,** transpire de moins en moins. Sa température corporelle augmente.

Le coup de chaleur
(ou «surchauffe»)
peut s'accompagner d'un accident cardiaque ou d'un épuisement (perte de connaissance, coma), parfois mortels.

En cas de surchauffe, voir les conseils page 30.



Plusieurs signaux et symptômes (auxquels le consommateur et l'entourage peuvent être attentifs) annoncent le coup de chaleur :

- ⊗ fatigue soudaine, irritabilité ;
- ⊗ arrêt de la transpiration ;
- ⊗ crampes brûlantes dans les jambes, les bras, le dos ;
- ⊗ étourdissement, vertige, maux de tête ;
- ⊗ difficultés à uriner, urines foncées ;
- ⊗ évanouissement, perte de conscience.

RISQUE CARDIAQUE

Un usage d'amphétamines peut provoquer des troubles du rythme cardiaque (palpitations, voire crise cardiaque pour les personnes sujettes à ces troubles) pouvant provoquer une crise d'angoisse.



19

RISQUES PSYCHOLOGIQUES ET SOCIAUX

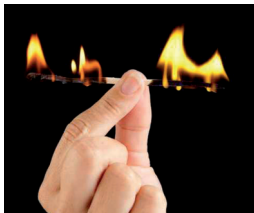


- Paranoïa, angoisse, sentiments de persécution et de méfiance (*)
- Bad trip
- Hallucinations (*)
- Troubles de la mémoire (*)
- Comportements sociaux inadéquats, isolement social, etc. (*)

*** En cas de consommation hebdomadaire et/ou régulière (2 à 3 fois/semaine).**

AUTRES RISQUES

- Usure de l'émail des dents suite la crispation des mâchoires (*)
- Blessures (prise de risques inconsidérée, diminution de la sensation de douleur)
- Risques liés aux rapports sexuels non protégés : grossesse non désirée, transmission du Sida ou d'autres maladies sexuellement transmissibles
- Risques liés à l'assèchement des muqueuses : rupture du préservatif, douleur ou blessure lors de la relation sexuelle, augmentation du risque de transmission des MST
- Sous-alimentation due à l'effet coupe-faim du produit (*)
- Troubles du sommeil (*)
- Déréglement hormonal(*)
- Overdose (*)



Risques spécifiques aux modes de consommation



En sniff

- Infection de la paroi nasale, sinusite chronique, saignements du nez et perte d'odorat.
- Transmission des hépatites B ou C par le partage des pailles, billets ou « sniffeurs ».

En fumant

- Complications pulmonaires, difficultés à respirer

En injection

- Transmission du sida et des hépatites par le partage des aiguilles, cotons, filtres, cuillères et eau
- Abscesses, septicémie (infection du sang), nécrose, endocardite (infection du cœur par bactérie)
- Risque de surdose accru

Les mélanges

- 22 Par mélange, nous entendons l'absorption de plusieurs drogues en même temps ou lorsqu'au moins un des produits est toujours actif (y compris en descente). De façon générale, **les mélanges augmentent les risques**. Le résultat exact de tel ou tel mélange est imprévisible du fait de la composition incertaine des produits illégaux.



Les mélanges les plus courants :

Amphét. + opiacés (héroïne, morphine)

Certains effets se contrebalancent. Le mélange des deux peut mener à long terme à l'usage de plus grandes quantités de chaque produit. Ce qui entraîne plus de **risques de dépendance** aux deux produits.

Amphét. + hallucinogènes (LSD, psilocybine, champignons et autres)

Ce mélange augmente fortement le risque de **bad trip** (crise d'angoisse).

Amphét. + MDMA

Augmente le risque de **déshydratation**, d'**hyperthermie (surchauffe)** et de **crise d'angoisse**.



23

Amphét. + cocaïne

Les effets de chaque produit s'additionnent, ce qui augmente entre autres les risques de **troubles cardiaques** et de **paranoïa**.

Amphét. + autres stimulants (boissons énergisantes, caféine, etc.)

Cette combinaison accentue les effets stimulants de chaque produit, et donc le risque de **troubles cardiaques**.



Amphét. + smart drinks (ou café)

Augmente le **risque de troubles cardiaques** (tachycardie,...) et entraîne **nervosité et tremblements**.



24

Amphét. + alcool

La consommation de speed masque les effets de l'alcool, ce qui peut pousser à une surconsommation d'alcool. Lorsque les effets des amphétamines s'estompent, l'ivresse alcoolique peut survenir brutalement. Par ailleurs, la consommation d'alcool accentue les risques de déshydratation et diminue la perception des signaux d'alarme qui annoncent le "coup de chaleur" (douleurs musculaires, etc.).

Amphét. + médicaments



Ce mélange présente des risques selon les médicaments consommés. Parlez-en à votre médecin.

Amphét. + cannabis, GHB, kétamine, hallucinogènes ou dérivés amphétaminiques (2CB, 3MMC, 4MMC)

Ces mélanges peuvent avoir des **effets imprévisibles** chez certains usagers moins expérimentés.



18 CONSEILS POUR RÉDUIRE LES RISQUES

- 1 Il est fortement déconseillé de consommer des amphétamines **lorsqu'on est angoissé, déprimé ou anxieux.**
- 2 Il est préférable de **commencer par une petite dose** pour évaluer votre réaction et la puissance du produit.
- 3 Il est important de **ne pas s'isoler** et de s'entourer de **personnes de confiance.**



- 4 En cas de sniff, **ne partagez ni pailles, ni billets** afin d'éviter les risques de transmission des hépatites.
- 5 Sniffé, le speed peut endommager la cloison nasale. Il est donc utile de se **rincer les narines avec du sérum physiologique** ou de l'eau. Alternez l'usage des narines. **Brossez-vous les dents** pour éviter la détérioration de l'émail.
- 6 En cas d'injection, **ne partagez aucun élément de votre matériel (seringue, cuillère, coton, filtre, eau, etc.)** afin d'éviter les risques de transmission du sida et des hépatites. **Utilisez systématiquement du matériel neuf à chaque injection.**



- 7 De manière générale, mieux vaut **éviter les mélanges** (voir page 22).
- 8 Evitez de consommer des amphétamines plusieurs jours d'affilée. Une **consommation modérée en quantité et en fréquence** limite les risques (voir page 13).
- 9 Les amphétamines épuisent le corps: il est essentiel de **se reposer**, de **s'hydrater** et de bien **s'alimenter** (eau, jus de fruits, légumes, ...).
- 10 Pour éviter le coup de chaleur, **reposez-vous**, **aérez-vous** et **buvez régulièrement de l'eau** en petites quantités.



- 11 Il est préférable de **ne pas consommer d'alcool** sous amphétamines, car celui-ci déshydrate et masque les signaux d'alarme annonciateurs du coup de chaleur.



- 12 Pendant la **période de «bloque» et d'examens**, il est souhaitable de **dormir suffisamment** et de **se nourrir régulièrement** si l'on veut éviter les trous de mémoire et l'effondrement durant (ou après) la session !

- 13 Il est **déconseillé de prendre le volant** après avoir consommé. Votre conduite peut être agressive, inadaptée et mener à un accident. Si vous avez également consommé de l'alcool, il y a risque d'ivresse soudaine lorsque le speed ne fait plus effet.



14 Si vous suivez un traitement médical

(antidépresseurs, traitement de substitution, trithérapie, ...), parlez-en à votre médecin. La combinaison de certaines substances peut entraîner des risques importants

15 La **pilule contraceptive** se prend quotidiennement à heure fixe. Cette régularité peut être perturbée par l'usage de psychotropes. Rappelez-vous qu'en cas de **vomissements** et de **diarrhée**, la pilule peut être inefficace. Si vous éprouvez des difficultés parlez-en à votre gynécologue, des **alternatives existent**.

16 Il est déconseillé de consommer des amphétamines **si vous êtes enceinte ou si vous allaitez**.

17 Le speed peut augmenter le désir sexuel mais provoquer un problème d'érection. Quoi qu'il en soit, prenez le temps de **mettre un préservatif**.

18 Si cela est possible, **faites tester votre produit**.

QUE FAIRE EN CAS D'URGENCE ?



30

En cas de malaise ou de coup de chaleur :

- ▶ *Si la personne est **consciente***, ne paniquez pas : amenez-la au calme, rassurez-la, proposez-lui de l'eau. Si son état le nécessite, n'hésitez pas à appeler le service médical d'urgence : le **112** (appel gratuit).
- ▶ *Si la personne est **inconsciente***, appelez directement le service médical d'urgence: le **112** (appel gratuit).

Trois informations indispensables :

- ▶ **Est-elle consciente ?**
- ▶ **Respire-t-elle ?**
- ▶ **l'adresse exacte (rue, n°, étage).**

**L'état de la personne et le lieu de l'accident
sont les deux seules informations nécessaires !**



URGENCE !

Une fois le **personnel médical** sur place, signalez-lui les produits consommés ; il est tenu au secret professionnel.

31

La **police** n'accompagne le service d'urgence que si la personne est inconsciente (nécessité de réanimation, décès possible).

En intervenant rapidement, vous pouvez lui éviter des problèmes graves, peut-être même lui sauver la vie. Pensez-y!

Si vous voulez parler de drogues, aider un ami, faire le point sur votre consommation ou encore vous procurer une autre brochure de la même collection (alcool, cannabis, cocaïne, ecstasy, héroïne, LSD-champignons, médicaments, méthadone, kétamine) :

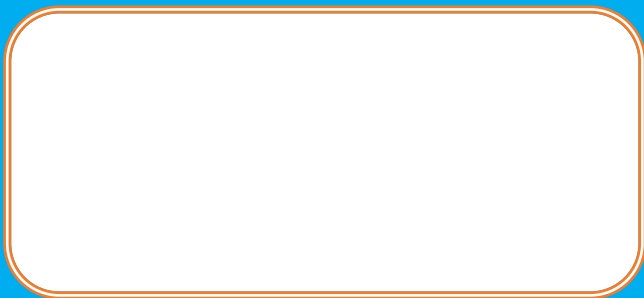
Infor-Drogues : 02 227 52 52 ou www.infor-drogues.be

En cas d'urgence : Centre antipoisons : 070/245 245

SOS médecins (à Bruxelles) : 02/513 02 02

Ambulance : 112

Cette brochure a été réalisée par le Centre Alfa, Citadelle (& Projet Périscope), Infor-Drogues, Liaison Antiprohibitionniste, Modus Vivendi, Prospective Jeunesse et Santé & Entreprise sous la coordination de Modus Vivendi.



Editeur responsable: Catherine Van Huyck - Modus Vivendi, 151 Rue Jourdan, 1060 Bruxelles • Dépôt légal : D/2009/8826/1 • Conception et réalisation graphique: Frédérique Guiot (édition 2009 : Françoise Walthery).