

partage des seringues multiplie les risques d'hépatite B ou C et de VIH.

- L'incertitude quant au contenu de la drogue : ne connaissant pas le degré de pureté et de puissance de la drogue, il est difficile de déterminer la dose à prendre et d'éviter une surdose. De plus, l'héroïne est souvent coupée d'additifs (comme la strychnine) qui peuvent être toxiques ou qui ne sont pas solubles (comme la craie) et risquent de bloquer les vaisseaux sanguins.
- La combinaison de l'héroïne avec d'autres drogues comme la cocaïne (« speedball ») : quand des drogues se combinent dans l'organisme, on ne peut jamais prédire les résultats, qui peuvent être parfois mortels.
- La dépendance : le besoin incessant de se procurer de l'héroïne et son usage constant peuvent mener à des activités criminelles ou à d'autres comportements dangereux et causer la désintégration de la vie familiale, la perte d'un emploi et la détérioration de la santé.
- La grossesse : les femmes qui prennent de l'héroïne régulièrement n'ont souvent pas de règles ; certaines imaginent alors qu'elles sont infertiles et tombent enceinte. L'usage continu d'héroïne pendant la grossesse présente d'énormes risques pour le bébé.

L'héroïne peut-elle créer une dépendance ?

Oui. Prendre de l'héroïne régulièrement, que ce soit en se l'injectant, en la prisant ou en la fumant, peut mener à une dépendance physique et psychologique en deux à trois semaines.

Toutes les personnes qui essaient l'héroïne ne développent pas une dépendance. Certaines ne prennent de la drogue qu'à l'occasion, comme par exemple en fin de semaine, sans augmenter la dose. Cependant, l'usage régulier d'héroïne entraîne une tolérance à ses effets et il faut en prendre de plus en plus pour obtenir l'effet désiré. Si l'on continue à prendre de l'héroïne en augmentant la dose, on devient inévitablement dépendant.

Une fois que la dépendance à l'héroïne est établie, il peut être

extrêmement difficile d'arrêter d'en prendre. Les personnes qui prennent de l'héroïne pendant longtemps mentionnent souvent que la drogue ne leur procure plus aucun plaisir. Elles continuent néanmoins à prendre de l'héroïne pour éviter les symptômes de sevrage et pour satisfaire le besoin intense d'en reprendre, qu'elles décrivent comme un réel besoin. Cet état de besoin peut persister longtemps après que l'on a arrêté de prendre de la drogue, et le risque de faire une rechute en recommençant à en prendre est très difficile à éviter.

Quels sont les effets à long terme de l'héroïne ?

La dépendance à l'héroïne et les complications d'ordre médical, social et légal qui surviennent souvent peuvent avoir des effets dévastateurs sur la vie des personnes qui en prennent.

La recherche utilisant la scintigraphie cérébrale révèle que l'usage régulier d'héroïne entraîne des modifications du fonctionnement du cerveau. Bien que l'on ne comprenne pas entièrement les effets de ces modifications, la recherche indique néanmoins qu'il faut peut-être des mois ou des années avant que le cerveau retourne à la normale quand on arrête de prendre de l'héroïne.

Le traitement d'entretien à la méthadone, qui prévient le syndrome de sevrage à l'héroïne et réduit ou élimine l'état de manque, représente le moyen actuel le plus efficace de traiter la dépendance à l'héroïne. (Pour en savoir plus sur la méthadone, consultez le dépliant Vous connaissez ... La méthadone.)

De l'information en série...

L'alcool	L'héroïne
La conduite avec facultés affaiblies	La kétamine
Les amphétamines	Le LSD
Les benzodiazépines	La méthadone
La caféine	La méthamphétamine
Le cannabis	Les opioïdes
La cocaïne	Le Rohypnol
L'ecstasy	Les stéroïdes anabolisants
Le GHB	Les substances inhalées
Les hallucinogènes	Le tabac

Pour obtenir de plus amples renseignements sur les questions de toxicomanie et de santé mentale ou un exemplaire de ce dépliant, veuillez appeler la Ligne d'information du Centre de toxicomanie et de santé mentale, en service 24 heures sur 24.
SANS FRAIS EN ONTARIO : 1 800 463-6273
À TORONTO : 416 595-6111

Pour commander des exemplaires en quantité de ce dépliant ou d'autres produits du CTSM, veuillez contacter le :
Service du marketing et des ventes
TEL. : 1 800 661-1111 ou 416 595-6059 à Toronto
COURRIEL : marketing@camh.net

Pour faire un don, veuillez contacter la :
Fondation du Centre de toxicomanie et de santé mentale
TEL. : 416 979-6909
COURRIEL : foundation@camh.net

Si vous avez des questions à poser ou des éloges ou des préoccupations à formuler au sujet des services offerts par le CTSM, veuillez appeler notre coordonnatrice des relations avec les clients :
TEL. : 416 535-8501, poste 2028

Site Web : www.camh.net

Copyright © 2003 Centre de toxicomanie et de santé mentale



Un Centre collaborateur de l'Organisation panaméricaine de la santé et de l'Organisation mondiale de la Santé
Affilié à l'Université de Toronto

Vous connaissez ...

Noms communs : poudre, brune, blanche, rose, grise, héro, cheval, came, junk, brown sugar

Qu'est-ce que l'héroïne ?

L'héroïne est une drogue dangereuse et illicite qui peut créer une très forte dépendance. C'est aussi un médicament antidouleur efficace.

L'héroïne appartient à la famille des opioïdes. Parmi les opioïdes, il y a aussi les « opiacés » comme la morphine et la codéine, qui sont des produits naturels provenant du pavot asiatique, et les opiacés « synthétiques » comme le Demerol® et la méthadone, qui sont fabriqués chimiquement. L'héroïne est un opioïde « semi-synthétique » ; elle est fabriquée à partir de morphine qui a été soumise à un procédé chimique pour lui donner un effet plus fort et plus immédiat. L'héroïne est reconvertie en morphine à l'intérieur du cerveau.

Quand l'héroïne a fait son apparition à la fin du 19^e siècle, on lui accordait des mérites de médicament antidouleur et antitussifs (contre la toux). Mais, dès le début du 20^e siècle, on avait reconnu le danger que représentait l'héroïne. Des lois furent introduites en Amérique du Nord et en Europe pour en limiter la production, la distribution et l'usage.



Dans certains pays, et dans certaines circonstances, on peut de nos jours obtenir de l'héroïne sur ordonnance d'un médecin. En Grande-Bretagne, par exemple, un médecin peut prescrire de l'héroïne pour soulager les grandes douleurs. C'est un traitement généralement réservé aux malades en phase terminale. Au Canada, bien que les règlements régissant l'usage des drogues aient été modifiés dans les années 1980 pour permettre la prescription d'héroïne, on a rarement recours à cette solution. En Grande-Bretagne, aux Pays-Bas et en Suisse, un nombre peu élevé de personnes ayant une accoutumance à l'héroïne et sur lesquelles les traitements courants n'ont eu aucun effet, reçoivent de l'héroïne sur ordonnance, dans le cadre de programmes de maintien où elles sont suivies de très près.

Quelle est l'origine de l'héroïne ?

L'héroïne est produite principalement en Asie et en Amérique latine, là où l'on cultive le pavot asiatique. Des laboratoires situés à proximité des champs de pavots extraient la morphine de la gomme d'opium ; cette gomme est ensuite transformée en héroïne dans des laboratoires du pays d'origine ou de pays voisins.

À quoi ressemble l'héroïne ?

Dans sa forme la plus pure, l'héroïne est une poudre cristalline blanche et fine, au goût amer, qui se dissout dans l'eau. Quand elle est vendue dans la rue, sa couleur et sa consistance varient selon la manière dont elle a été fabriquée et selon les coupages ou mélanges qu'elle a subis. L'héroïne « de la rue » se vend sous forme de poudre blanche, de substance brunâtre et parfois granuleuse, ou de gomme poisseuse, brun foncé. La pureté de l'héroïne varie d'un lot à un autre, sa concentration pouvant varier de deux à 98 pour cent.

On ajoute parfois du glucose, de l'amidon ou du lait en poudre pour augmenter le poids de l'héroïne pour sa vente au détail ou encore, d'autres drogues lui sont ajoutées pour accentuer ses effets. On ajoute aussi parfois de la quinine

pour imiter le goût amer de l'héroïne. Il est alors difficile de déterminer le degré de pureté de la drogue.

Comment se prend l'héroïne ?

L'héroïne se prend de plusieurs façons, le plus communément :

- par injection — on se « pique » soit dans une veine (injection intraveineuse ou « shoot »), soit dans un muscle (injection intramusculaire) ou sous la peau (injection sous-cutanée)
- en prisant la poudre (« sniff ») — l'héroïne est reniflée ou « sniffée »
- par inhalation de fumée — cette méthode consiste à chauffer de l'héroïne sur une feuille d'aluminium, au-dessus d'une petite flamme, et à respirer à l'aide d'un tube la fumée et les vapeurs qui se dégagent.

Hérodote

Certains choisissent l'injection, car c'est la méthode qui procure l'effet le plus fort et le plus rapide, avec une quantité relativement faible de drogue. Une personne qui a développé une dépendance à l'héroïne peut se piquer de deux à quatre fois par jour. D'autres préfèrent priser la drogue ou la fumer, si l'héroïne est très pure ou s'ils en prennent seulement à l'occasion et ne veulent pas se l'injecter.

Qui prend de l'héroïne ?

Les personnes qui consomment de l'héroïne appartiennent à des groupes culturels et socio-économiques variés et de tous les âges. On compte deux fois plus d'hommes que de femmes parmi les utilisateurs. Les personnes qui prennent de l'héroïne pour la première fois sont généralement jeunes, adolescentes ou dans la vingtaine, mais la plupart de celles qui en consomment régulièrement ont plus de 30 ans.

Quels sont les effets de l'héroïne ?

Comme c'est le cas de nombreuses drogues, les effets de l'héroïne dépendent de plusieurs facteurs, parmi lesquels :

- l'âge de la personne
- la quantité absorbée et la fréquence de consommation

- la durée d'utilisation
- la méthode de consommation (façon dont l'héroïne est prise)
- le milieu ambiant
- l'état médical ou psychiatrique préexistant
- la prise simultanée d'alcool ou d'autres drogues (illicites, sur ordonnance, en vente libre ou à base de plantes)

Hérodote

Une injection intraveineuse d'héroïne produit une montée d'euphorie (le « rush »). Cet effet se ressent sept à huit secondes après l'injection et dure au moins 45 secondes et, au plus, quelques minutes. L'effet initial n'est pas aussi intense lorsque l'héroïne est fumée ou sniffée. Le « rush » est suivi d'une période de sédation et de tranquillité qui peut durer jusqu'à une heure. Lorsque l'héroïne est prise par injection sous-cutanée ou intramusculaire, l'effet est plus lent à se produire. Il faut entre cinq et huit minutes avant qu'il se manifeste.

Hérodote

La première fois qu'on en prend, l'héroïne donne souvent la nausée et fait vomir. Le détachement de toute douleur physique ou affective et un sentiment de bien-être sont parmi les effets recherchés. D'autres effets comprennent le ralentissement de la respiration, la contraction des pupilles, la démangeaison et la transpiration. L'usage régulier d'héroïne cause la constipation, une perte du désir sexuel et, chez les femmes, l'irrégularité ou l'interruption des règles.

Hérodote

L'héroïne peut entraîner des sautes d'humeur et des changements de comportement. Les personnes qui ont une dépendance à l'héroïne peuvent être dociles et agréables peu après avoir pris de la drogue, mais devenir irritables et agressives lorsqu'elles sont en état de manque.

Quelle est la durée de ses effets ?

Quelle que soit la façon dont l'héroïne est prise, ses effets durent généralement de trois à cinq heures, selon la dose.

Hérodote

Les personnes qui ont une dépendance à l'héroïne doivent en prendre toutes les six à 12 heures pour éviter les symptômes

de sevrage. Au début, ces symptômes sont intenses et s'accompagnent d'un écoulement nasal, d'éternuements, de diarrhée, de vomissement, d'agitation et d'un état de besoin constant. Les effets associés au sevrage comprennent aussi la chaire de poule et des mouvements involontaires des jambes. Les symptômes de sevrage atteignent leur niveau maximum dans les deux jours et s'estompent généralement au bout de cinq à dix jours. D'autres symptômes tels que l'insomnie, l'angoisse et le besoin intense de drogue, peuvent se manifester encore quelque temps. Le sevrage d'une dépendance à l'héroïne ne pose pas de risque pour la santé mais il peut être extrêmement pénible.

L'héroïne est-elle dangereuse ?

Oui. L'héroïne est dangereuse pour plusieurs raisons. La surdose (ou overdose) est le plus grand risque, chaque fois qu'on prend de l'héroïne. L'héroïne déprime la région du cerveau qui contrôle la respiration. En cas de surdose, la respiration ralentit et va même jusqu'à s'arrêter complètement. Une personne en état de surdose perd conscience. Elle ne peut pas être ranimée et sa peau est froide, moite et bleutée. Une surdose se traite à l'hôpital, au service des urgences, à l'aide de drogues comme la naloxone, qui bloque les effets dépresseurs de l'héroïne.

Le risque de surdose augmente avec :

- Le fait de ne pas connaître le degré de pureté de la drogue. L'ironie, c'est que beaucoup de surdoses résultent d'une hausse de la qualité de la drogue qui se vend dans la rue.
- L'injection, qui envoie la drogue au cerveau plus rapidement que les autres méthodes de consommation et qui fait que toute la dose est absorbée d'un seul coup.
- La combinaison d'héroïne avec d'autres drogues sédatives comme l'alcool, les benzodiazépines et la méthadone.

Hérodote

D'autres risques sont associés à l'usage de l'héroïne :

- L'injection : l'injection de drogue entraîne un plus grand risque d'infection bactérienne, d'empoisonnement du sang, d'abcès, d'endocardite (inflammation de la paroi interne du cœur), de veines collabées (aplaties) et de surdoses. Le