

## CONSEILS RDR :

- Travaille ton Set & Setting, assure-toi d'être en bonne forme **psychique et physique**. **Prévois 24 voire 48h de repos** après ta prise pour bien récupérer. Entre potes soyez vigilants et bienveillants; **informez-vous de vos pratiques**.
- **Renseigne-toi bien** sur le produit, sa qualité, ses effets et **sois prudent(e) sur les dosages** : commence par ½ ou ¼ de la dose habituelle. Si vendu à la goutte, tu peux la placer sur différents supports (sucre, mouchoir...) et le diviser ensuite. **Attends bien** une bonne heure que les effets s'installent.
- **Fais attention aux mélanges** (y compris avec l'alcool). Quand tu prends plusieurs produits, les effets ne s'additionnent pas mais se multiplient.
- **Espace tes consos** pendant la soirée et entre chaque session, ça limite les effets secondaires du long terme. Le LSD modifie les connexions neuronales; en prendre trop, trop souvent, d'autant plus à un jeune âge, c'est augmenter les risques psychiques.

POUR PLUS DE CONSEILS RDR, RÉFÈRE-TOI À NOTRE DÉPLIANT : « LIMITONS LES RISQUES ! »

## PETITE HISTOIRE

### Psychédélimisme, culture et spiritualité :

Depuis la nuit des temps, l'Homme consomme des drogues, et **les champignons hallucinogènes** (psylocibes) ont été l'une des premières qu'il a expérimentées, dès la préhistoire. Avec l'expansion du christianisme, ce genre de coutume est considérée comme païenne et combattue par le pouvoir religieux pendant plusieurs siècles. Vers la seconde moitié du XXe siècle, la recherche et les expérimentations reviennent au goût du jour et de nouvelles substances sont découvertes, comme **le LSD** notamment. L'usage devient même massif aux USA avec le mouvement hippie. Après une perte d'intérêt, la recherche s'y intéresse à nouveau depuis quelques années.

### Le LSD :

En 1938, Albert Hoffmann, chercheur, inventa le LSD. Alors qu'il était à la recherche d'anti-migraineux, sa découverte tomba aux oubliettes avant qu'il ne l'expérimente sur lui-même par inadvertance. Marqué par l'expérience, il entame les recherches à son sujet. Motivé par un nouveau marché, un groupe pharmaceutique lance alors la production et en offre à de nombreux chercheurs et médecins. Le LSD remet les psychédéliques sur le devant de la scène, la révolution s'étend à la culture. Suite à de nombreux abus, son usage est réprimé et la recherche stoppée. En 1966, la France classe le LSD comme stupéfiant, interdisant sa consommation.

### Alexander Shulgin :

Chimiste underground des USA « Sacha » Shulgin commence sa carrière en travaillant dans l'industrie agro-chimique. Il expérimente la mescaline et le LSD puis recherche un psychédélique parfait, régulier et puissant avec le moins d'effets indésirables. C'est ainsi qu'il inventa une grande partie des dérivés de **Mescaline** (phénylétilamine), **LSD** et **DMT** (triptamine), ainsi que la recette de la **MDMA**.

Document créé par :



[coordination@orangebleue.org](mailto:coordination@orangebleue.org)

**Drogue Info Service : 0 800 23 13 13**

**Sida Info Service : 0 800 840 800**

**Hépatite Info Service : 0 800 845 800**

*Où trouver son matériel de RdR ?*

Renseigne-toi auprès des CAARUD et des associations de prévention et de réduction des risques.

@ [www.collectif-orange-bleue.com](http://www.collectif-orange-bleue.com)

f <https://www.facebook.com/lorangebleue.rdr/>

Ne pas jeter sur la voie publique

2017©



## QU'EST-CE QUE C'EST ?

Le **LSD** (diéthylamide de l'acide lysergique) est un cristal incolore et inodore généralement dilué et posé sur un buvard. En 2000 déjà, un buvard sur deux contenait une autre molécule que le LSD. À l'heure actuelle, avec l'essor des NPS, il est impossible de deviner ce que contiennent les buvards. Certains contiennent bel et bien du LSD à des quantités très variables, mais aussi bien d'autres prods, aux effets plus ou moins proches comme **des amphétaminiques** (DOx ,DOM, DOB, DOC...) **des NBOMe ou des lysergamides**...

Toutes ces substances ont en commun **des propriétés psychédéliques ainsi qu'un faible dosage** (moins de 10 mg) qui permet de les imprégner sur un petit carton.

Qui plus est, les vendeurs peuvent « honnêtement » annoncer d'autres substances que le LSD dans leurs trips, mais au vu du grand nombre de molécules possibles, **des confusions peuvent être faites** de la part du vendeur ou de l'acheteur sur le nom de la molécule (2c-B au lieu de 2c-P ; DOM au lieu de DOC...).

=> **Attention !! Le LSD est indétectable au test salivaire mais ce n'est pas forcément le cas des autres molécules : les 2c-x et surtout les DOx comme le DOC peuvent donner un résultat positif aux amphétamines / MDMA.**



### => Effets recherchés :

Comme pour tous les psychédéliques, les effets du LSD sont difficiles à décrire objectivement.

**Le dosage moyen est de 100 microgrammes soit 1/10000 de gramme, le seuil d'effets est de 25mg et certains buvards peuvent contenir jusqu'à 400 mg.** Les buvards de LSD n'ont pas de goût.

Les effets se font sentir entre 20 minutes et 1h30 après la prise et peuvent durer entre 6 et 12 heures.

lls

varient énormément d'une personne à une autre et en fonction du contexte.

La vue	L'ouïe	Le toucher
- Perception des couleurs intensifiée - Sensation de voir plus net, de pouvoir zoomer sur certains détails - Hallucinations visuelles et imaginaires* : impression de voir flotter des courbes, lignes, et formes géométriques	- Distorsion des sons - Sensation d'entendre plus loin - Hallucinations sonores : tu entends des choses qui ne sont pas réelles	Les sensations sont amplifiées
		<b>La synesthésie</b> Quand les sens se mélangent et se confondent (voir un son...)

=> Au début tu peux te sentir anxieux(se) et/ou confus(e), il est important de **ne pas se bloquer sur ces sensations.**

=> Peuvent venir ensuite de façon plus ou moins intense : de l'euphorie, une certaine stimulation, de l'empathie envers les gens et les choses qui t'entourent... Les perceptions du temps et de l'espace sont complètement bouleversées, peuvent former des boucles et... d'autres boucles.

=> A un stade évolué, l'expérience peut prendre l'aspect d'un véritable voyage introspectif. Si certains y ressortent avec une expérience positive, d'autres s'y perdent et mettent du temps à revenir. Si quelqu'un sous l'emprise de drogues commence à se sentir angoissé, il est important de **le rassurer**, lui trouver un endroit calme avec des gens de confiance avec qui il peut communiquer...

L'expérience peut donc être vécue en deux parties, la première faite d'euphorie et d'une certaine empathie, la seconde plus introspective.

### => Effets secondaires possibles :



#### **Bodyload :**

Ensemble de sensations physiques désagréables ressenties (nausées, oppressions...)

=> Possibles brainzap (décharges électriques au cerveau).

#### **Descente :**

Difficile retour à la réalité lorsque les effets s'estompent.

=> Possibles angoisses, remises en questions, pertes de motivation... durant jusqu'à une semaine parfois.

#### **Dépendance :**

Pas de manque physique pour les psychédéliques mais son utilisation peut être problématique lorsqu'elle devient un moyen d'évasion et de refuge trop fréquent.

#### **Le bad trip :**

Lorsque les émotions négatives prennent le dessus.

=> Pertes de contrôle, violences, voire pulsions suicidaires...

=> **Le retour d'acide** : C'est la survenue plus ou moins intense et inexpliquée des effets psychédéliques, notamment visuels, jusqu'à plusieurs mois après une consommation, pendant quelques minutes. Il est vivement conseillé de **cesser toute activité et de se reposer.**

=> **Le syndrome post-hallucinoire persistant** (HPPD en Anglais) : Si ces symptômes persistent ou se répètent, il est préférable de cesser toute consommation d'hallucinogènes et de consulter un médecin.

=> **Troubles psychiques** : Chez certaines personnes fragiles, la consommation peut déclencher des troubles psychiatriques durables : dépression, paranoïa etc...