

CONSOMMER DÉCONFINÉS

DÉCONFINEMENT ET RISQUES DE SURDOSAGE



UNE SURDOSE, QU'EST-CE QUE C'EST

Une surdose (overdose en Anglais) est la conséquence d'une consommation excessive d'une ou plusieurs substances.

Les organes n'arrivent pas à éliminer le surplus de produits, ils subissent alors des dégâts ce qui provoque des ressentis désagréables, ils peuvent être physiques (forte sudation, hyperthermie, tachycardie) comme psychiques (paranoïa, anxiété...). Ils peuvent entraîner des risques graves comme des dégâts permanents sur un organe.

Attention, certains signes de surdosage peuvent aussi être des effets recherchés.

Contrairement aux idées reçues, un surdosage n'arrive pas qu'aux « novices », bien au contraire. A chaque surdose le corps se fragilise, ainsi, plus une personne fait de surdoses, plus elle risque dans refaire une, augmentant aussi le risque qu'elle lui soit fatale.

Elle est rarement mortelle (1/25 cas signalés) mais peut causer des dégâts importants sur le long terme.

LES SURDOSES DE DÉPRESSEURS (ALCOOL, OPIOÏDES, KÉTAMINE, BENZOS...)

Les produits dépresseurs ont comme particularité de « ralentir » le système nerveux central.

Les signes d'une surdose de dépresseur sont:

- de la confusion (parfois une irritabilité surtout avec l'alcool), des troubles de la coordination, de l'élocution...
- une somnolence, des pertes de conscience, un état comateux, et une dépression respiratoire qui peut être mortelle.

Bien que l'alcool puisse accélérer le rythme cardiaque et que certaines personnes décrivent ses effets comme stimulants, cette phase est

systématiquement suivie d'un ralentissement du système nerveux.

S'il est possible de faire une surdose avec un seul prod, les risques de faire une surdose sont largement majorés en associant plusieurs dépresseurs.

Si tu as un traitement médicamenteux, renseigne toi sur la fonction du principe actif et ses risques en cas de combinaison.

Attention aussi aux TSO, leur durée d'action sont plus longues que celle de l'héroïne.

LES SURDOSES DE STIMULANTS (SPEED, COKE, MDMA, CATHINONES...)

Les produits stimulants ont comme particularité « d'accélérer » le système nerveux central. Ils accélèrent le rythme cardiaque et augmentent la tension artérielle. De plus, les stimulants diminuent les signaux d'alerte (fatigue, froid, faim) surtout pendant de grosse session ou d'usages trop réguliers fragilisant le corps.

Les signes d'un surdosage de stimulants sont:

- Transpiration, hyperthermie. Forte contraction de la mâchoire. Vomissement
- Anxiété, agressivité, paranoïa, voire des hallucinations.
- Tachycardie, douleurs thoraciques, spasmes voire convulsions, AVC, infarctus du myocarde.

Les surdosages de stimulants sont plus liés au contexte qu'à la quantité consommée. C'est surtout l'état général du corps (fatigue...) et le contexte qui déterminent les risques.

Une forte température (boîte de nuit/ chaude journée) ou certains modes de vie (tabagisme/ cannabisme/ cholestérol/ mauvais sommeil...) augmentent considérablement les risques. De plus l'usage prolongé ou régulier de stimulants augmentent le risque d'entraîner des complications cardiaques.

DES QUESTIONS OU BESOIN D'ÊTRE ÉCOUTÉ ?

Des questions sur ta conso ?

Contacte-nous au 06.08.10.30.12 ou sur notre page Facebook.

Noz'ambules accueille toute question des étudiants Rennais via nozambule@gmail.com ou sur leur page Facebook.

Renseigne-toi auprès des CAARUD, CSAPA ou CJC si tu y es/étais déjà accompagné.

Des questions sur le COVID-19 ?

Une ligne téléphonique spécialement dédiée au COVID-19 a été mise en place :
0 800 130 000

Besoin de soutien spécifique ?

Une écoute d'urgence au 0 805 383 922 :
En les appelant, tu bénéficieras d'un soutien psychologique. N'hésite pas, ils sont là pour répondre à tes inquiétudes.