

Je consomme des amphétamines : que devrais-je savoir ?

Docteur Guillaume BIZJAK

Adresse du site : www.docvadis.fr/guillaume-bizjak



Validé par

le Comité Scientifique Infectiologie

Les amphétamines appelées aussi speed, amphèt, cristal, ice, yaba ou encore meth sont des produits de synthèse vendus sous forme de poudre, de capsules ou de comprimés. Leur consommation induit des risques et peut conduire à une dépendance.

Qu'est ce que le speed ?

Les amphétamines ou « speed » sont fabriqués dans des laboratoires illégaux à partir de simples précurseurs chimiques. Il existe plusieurs types d'amphétamines (amphétamine, dextroamphétamine, méthamphétamine) et elles sont le plus souvent mélangées avec d'autres produits, médicaments, drogues et excipients parfois toxiques.

Est-ce qu'une consommation occasionnelle est risquée ?

Des troubles physiques accompagnent généralement la consommation d'amphétamines : palpitations, maux de tête, tremblements, fièvre, sueurs, déshydratation, etc. Si vous avez pris de fortes doses ou êtes particulièrement vulnérable, certains de ces effets peuvent être mortels. Vous risquez notamment d'être victime d'une forte fièvre, de convulsions ou d'un accident cardio-vasculaire (infarctus, accident vasculaire-cérébral, embolie pulmonaire). On parle alors d'overdose.

Quels sont les signes d'une overdose ?

L'overdose est la consommation d'une dose supérieure à celle que votre organisme peut supporter. Elle se

traduit par une accélération du rythme cardiaque, des douleurs abdominales, des nausées, des vomissements et des sueurs abondantes, parfois accompagnés d'une grave paranoïa, d'hallucinations effrayantes et d'actes de violence. Si vous êtes en présence d'une personne victime d'une overdose, appelez immédiatement le SAMU (15 ou 112), stimulez-la et maintenez-la éveillée en attendant les secours. La prévention de l'overdose passe par une bonne connaissance de ses limites, une attention portée au moindre signe d'alarme et une grande réactivité de la part du consommateur ou de son entourage en cas de « piquage du nez » important.

Quels risques sont liés au mode de consommation ?

Certains risques sont liés au mode de consommation :

- Si vous sniffez : risque d'endommagement des cloisons nasales et de contaminations infectieuses, notamment par les virus des hépatites B ou C, lors de l'échange des pailles.
- Si vous injectez : infections de type abcès ou septicémie, liées à des bactéries ou des champignons, et transmission de virus : VIH ou ceux des hépatites.

Est-ce que je peux faire une mauvaise expérience ?

La phase durant laquelle l'effet du produit diminue, la « descente », est parfois très difficile à vivre. Vous pourrez ressentir des spasmes, une profonde angoisse, un état dépressif avec des idées suicidaires, ou être violent. Les jours suivant votre consommation, vous serez peut-être fatigué, nerveux, irritable ou agressif, souffrirez d'insomnies et aurez perdu l'appétit.

Puis-je devenir dépendant ?

La dépendance psychique peut s'installer très rapidement, après quelques semaines de consommation, voire dès la première semaine. Vous serez alors obsédé par l'idée de recommencer et consommerez de manière compulsive (on parle de « craving »). Très vite, la diminution de l'effet de la drogue, phénomène nommé tolérance ou accoutumance, vous poussera à consommer davantage pour obtenir le même résultat. Si vous arrêtez, vous ressentirez éventuellement un état de manque (insomnies, agitation, dépression...).

Quels sont les risques si je consomme régulièrement ?

La consommation régulière d'amphétamines peut altérer votre santé du fait des insomnies répétées et de l'effet coupe-faim qui entraîne des carences alimentaires. Ceci peut vous mener à un état d'épuisement, causer des troubles bucco-dentaires, une décalcification des os, une perte de résistance face aux maladies et des troubles psychologiques : anxiété, angoisse, dépression, comportements violents. Des lésions

cutanées (boutons, acné), des difficultés sexuelles d'érection ou des troubles du cycle menstruel sont souvent observés chez les consommateurs réguliers. Des symptômes psychiques graves tels que paranoïa, délires obsessionnels, hallucinations peuvent aussi survenir et perdurer plusieurs années après l'arrêt de la consommation.

Comment réduire mes risques ?

Il est préférable de vous abstenir car toute consommation vous expose à des risques. Si vous consommez, vous pouvez néanmoins tenter de réduire ces risques.

- Ne consommez jamais seul.
- Ne consommez pas si vous êtes fatigué, angoissé, anxieux, dépressif.
- Fractionnez les doses (surtout les premières fois) et attendez de mesurer l'effet du produit sur vous.
- Evitez les mélanges, notamment avec de l'alcool, des médicaments ou d'autres drogues illicites.
- Buvez régulièrement de l'eau, mais en quantité raisonnable. Portez des vêtements amples. Reposez-vous et aérez-vous régulièrement.
- Si vous sniffez, ne partagez jamais votre paille et rincez-vous les fosses nasales après le sniff avec du sérum physiologique, acheté en pharmacie, ou de l'eau tiède.
- Si vous vous injectez le produit, ne partagez jamais votre matériel d'injection.
- Procurez-vous du matériel stérile dans les centres spécialisés, les unités mobiles, les pharmacies ou les automates.

[Cliquez ici pour connaître les dispositifs de réduction des risques mis à votre disposition](#)

- Protégez-vous des maladies sexuellement transmissibles.
- Après avoir consommé, ne pratiquez pas d'activité à responsabilité ou à risque, notamment ne conduisez pas.
- Lors de la descente, prévoyez de vous reposer et de manger des produits vitaminés et sucrés.
- Ne consommez pas si vous êtes enceinte.
- Si vous souffrez d'une maladie chronique, physique ou psychique, si vous suivez un traitement, si vous êtes ou prévoyez d'être enceinte, parlez de votre consommation à votre médecin.

J'ai envie de me faire aider

De nombreuses aides sont à votre disposition :

- Des sites internet qui vous informent et répertorient les structures d'accueil par départements.
- Des structures d'accueil où vous pourrez rencontrer des professionnels spécialisés dans la réduction des risques et la prise en charge des dépendances.
- Des numéros de téléphone gratuits qui vous offrent une écoute 7 jours sur 7.

[Cliquez ici pour connaître les aides mises à votre disposition](#)

Vous pouvez aussi en parler à votre médecin généraliste qui saura vous orienter vers une structure adaptée.

Les amphétamines sont parfois banalisées et consommées lors de sorties, de périodes d'examens ou lors d'entraînements ou de compétitions sportives. Pourtant leur consommation entraîne rapidement une dépendance et peut être fatale. Elles sont sur la liste des substances dopantes et sont la cause de décès dans le monde du sport.