



# Cocaïne et crack

## De quoi s'agit-il?

La cocaïne et le crack sont des stimulants fabriqués à partir de feuilles de coca. Ils sont connus sous de nombreux autres noms, comme : C, rock, neige, coke, poudre, flake et freebase.

**Avertissement aux consommateurs de drogues illicites!** La cocaïne et le crack sont des drogues illicites. Partez toujours du principe que les drogues illicites vendues dans la rue (y compris aux TNO) contiennent généralement un mélange très dangereux d'opioïdes synthétiques (fabriqués en laboratoire) potentiellement mortels, comme le fentanyl, et d'autres additifs.

## À quoi est-ce que cela peut ressembler?

Sous sa forme originale, la cocaïne ressemble à une poudre blanche, bien que désormais une grande partie de la cocaïne vendue soit coupée avec de nombreuses substances différentes, ce qui peut modifier son apparence. Le crack est une forme de cocaïne qui a été transformée en un cristal plus facile à fumer. Le crack est une forme très forte de cocaïne.

## Comment cela fonctionne-t-il?

La cocaïne et le crack sont des stimulants à action rapide qui accélèrent le rythme cardiaque et d'autres systèmes de l'organisme. Leurs effets se manifestent dans les secondes ou les minutes qui suivent leur consommation. La cocaïne modifie l'équilibre des substances chimiques dans le cerveau, créant ainsi une sensation d'euphorie. Elle augmente aussi la vigilance et l'excitation, l'agitation, l'irritabilité, l'anxiété et la paranoïa. L'euphorie est suivie d'un effondrement qui peut se traduire par un épuisement mental et physique, le besoin de dormir, un état dépressif et l'envie de consommer à nouveau. Le « high » ne dure que peu de temps et la tolérance se développe rapidement. Les personnes en consomment donc souvent beaucoup, rapidement.

## Pourquoi est-ce dangereux?

La cocaïne et le crack peuvent affecter de nombreux aspects de la vie d'une personne, notamment sur le plan physique, mental et social.

Comme les autres stimulants, la cocaïne et le crack exercent une forte pression sur le corps et ses organes. Même une prise occasionnelle peut provoquer :

- Stress cardiaque, problèmes cardiaques ou crise cardiaque
- Crises d'épilepsie ou accidents vasculaires cérébraux
- Hallucinations
- Hypertension artérielle
- Pouls irrégulier
- Infection



- Atteinte des organes
- Décès

Sniffer des drogues comme la cocaïne peut également entraîner des saignements de nez, des infections chroniques des sinus, des croûtes nasales, la formation de trous dans la cloison nasale et la formation de tissus cicatriciels dans les voies nasales.

Fumer des drogues comme le crack à l'aide d'une pipe en verre peut également propager des maladies (VIH, hépatite, etc.), provoquer des plaies buccales, des brûlures aux lèvres et à la bouche, des lésions dans la bouche, dans la gorge ou dans les poumons (notamment pneumonie, emphysème et cancer du poumon) et de l'hypoxie (manque d'oxygène).

## À quoi ressemble une intoxication aux stimulants?

Voici certains des symptômes d'une intoxication aux stimulants : une rigidité et des mouvements brusques des membres (bras et jambes), une perte de conscience, des convulsions, une température élevée ou des sueurs, un pouls rapide et des douleurs thoraciques. **L'intoxication aux stimulants constitue une urgence médicale! Appelez le 911.**

- En attendant l'arrivée de l'ambulance, restez auprès de la victime pour la soutenir et demeurez calme. La Loi sur les bons samaritains secourant les victimes de surdose vous protège de l'interdiction de posséder des drogues si vous venez en aide à une personne victime d'une surdose.
- **En cas de doute,** administrez de la naloxone. Elle n'inverse pas les effets de la toxicité des stimulants, mais elle peut inverser les effets des opioïdes qui peuvent être présents dans toutes les drogues illicites. La naloxone n'empirera pas l'état de la victime.
- Si son cœur s'arrête, pratiquez la réanimation cardio-pulmonaire (RCP).
- Si elle a des convulsions, assurez-vous qu'il n'y a rien autour d'elle qui puisse la blesser. Ne mettez rien dans sa bouche et n'essayez pas de l'immobiliser.
- Si la personne est consciente, suivez les étapes ci-dessous qui précisent l'approche à adopter en cas de surdose de stimulants.

### Surdose de stimulants

On parle de surstimulation lorsqu'une personne prend trop de stimulants. Cet état est propre aux surdoses de stimulants comme la cocaïne. Si la personne est consciente et souffre de surstimulation ou de détresse mentale en raison de la prise de stimulants ou du manque de sommeil dû à la prise de stimulants :

- Restez calme, restez avec elle, essayez de la convaincre de ne pas prendre davantage de drogue et éloignez-la de l'animation et du bruit.



- Si elle a soif, donnez-lui de l'eau ou une autre boisson non sucrée, non caféinée et non alcoolisée pour l'aider à remplacer les électrolytes perdus.
- Placez un linge frais et humide sur son front, sa nuque et sous ses aisselles.
- Surveillez toute modification de son état.

## Conseils pour une consommation plus sécuritaire

Il n'y a pas de manière sécuritaire de prendre de la cocaïne ou du crack. Si vous prenez de la cocaïne ou du crack, voici quelques conseils pour réduire les risques auxquels vous vous exposez :

- **Consommez avec modération.** Commencez par une « dose d'essai » et attendez avant d'en prendre davantage. Sachez que l'interruption ou la réduction de la consommation, même pendant quelques jours, peut réduire considérablement votre tolérance à la drogue. Commencer par une faible dose et aller doucement peut diminuer le risque d'une surdose mortelle.
- **Ne consommez pas seul.** Si vous prenez de la drogue seul(e), appelez la ligne d'assistance du National Overdose Response Service (NORS), au 1-888-688-NORS (6677) afin d'être en mesure d'obtenir de l'aide si vous en avez besoin.
- **Ne prenez aucune autre substance en même temps**, y compris de l'alcool et des médicaments sur ordonnance ou en vente libre.
- **Ne partagez pas votre matériel!** Le partage du matériel utilisé pour vous droguer, comme les aiguilles, les pipes ou les cuillères, augmente le risque d'infection. Le matériel contaminé peut propager plusieurs maladies graves, comme le VIH, l'hépatite B ou l'hépatite C.
- Si vous fumez dans une pipe, n'utilisez pas de laine d'acier ou de Brillo comme filtre. Utilisez plutôt des filtres en laiton.
- **Restez hydraté.** Buvez de l'eau et utilisez un baume à lèvres.
- **Prenez une photo de la drogue** que vous comptez consommer. Si elle vous rend malade, il est ainsi plus facile de vous aider et cela peut aussi contribuer à protéger d'autres personnes.
- **Connaissez les signes d'une surdose d'opioïdes et intervenez!** Gardez votre téléphone cellulaire à portée de main ou assurez-vous d'avoir accès à un téléphone satellite au cas où vous devriez appeler le 911. **Ayez toujours de la naloxone** sur vous si vous, ou des personnes que vous connaissez, prenez des drogues illicites, car elles peuvent être coupées



avec des opioïdes synthétiques (fabriqués en laboratoire) potentiellement mortels comme le fentanyl. Des trousse de naloxone sont disponibles gratuitement dans des points de distribution aux TNO. **Assurez-vous que votre trousse ne gèle pas!**

## Besoin d'aide?

Il est toujours possible d'obtenir de l'aide. Contactez votre centre de santé local, conseiller communautaire ou professionnel de la santé mentale, ou composez le 811.