

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 illégale 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 opioïdes « synthétiques » comme le Demerol (mépéridine) 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. Elle est absorbée par le cerveau rapidement et produit un effet immédiat. L'héroïne est convertie 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 antitussif (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. Au Royaume-Uni, 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 Royaume-Uni, aux Pays-Bas, en Suisse, en Allemagne, en Espagne et au Danemark, un petit nombre de personnes ayant une dépendance 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 rue se vend sous forme de poudre blanche, de substance brunâtre 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.

Certains choisissent l'injection, car c'est la méthode qui procure l'effet le plus fort et le plus rapide, avec la plus petite quantité 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. 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. Selon un sondage mené auprès des élèves de l'Ontario de la 7^e à la 12^e année, le pourcentage d'élèves qui prennent de l'héroïne est passé de 6,8 pour cent en 1999 à 1,8 pour cent en 2009.

L'héroïne

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

Une injection intraveineuse d'héroïne produit une montée d'euphorie (le « rush »). Cet effet se ressent sept ou 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 ne se manifeste.

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.

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 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.

Les personnes qui prennent de l'héroïne tous les jours 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'anxiété 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 est un danger immédiat. 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 déprimeurs de l'héroïne.

Les facteurs suivants accroissent le risque de surdose :

- Comme on ne connaît pas le degré de pureté de la drogue, il est difficile de déterminer la dose adéquate. 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.

Outre la surdose, les risques suivants sont associés à l'usage de l'héroïne :

- L'injection : L'injection de drogue entraîne un risque élevé d'infection bactérienne, d'empoisonnement du sang, d'abcès, d'endocardite (inflammation de la paroi interne du cœur) et de veines aplaties. Le partage des seringues multiplie les risques d'hépatite B ou C et de VIH.
- L'incertitude quant au contenu de la drogue : 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 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 enceintes. 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. Voici des signes d'une dépendance : forte envie de ressentir les effets de la drogue, prendre davantage de drogue que la quantité qu'on voulait consommer et continuer de prendre la drogue malgré les problèmes qu'elle cause. La dépendance peut s'accompagner ou non de symptômes physiques.

Les personnes qui essaient l'héroïne n'en deviennent pas toutes dépendantes. 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 accoutumance 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 de prendre la drogue. 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 l'envie 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 juridique qui surviennent souvent peuvent avoir des effets dévastateurs sur la vie des personnes qui prennent cette drogue.

La recherche utilisant la scintigraphie cérébrale révèle que l'usage régulier d'héroïne modifie le 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, voire des années, avant que le cerveau ne 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
Les amphétamines	La kétamine
Les benzodiazépines	Le LSD
La caféine	La méthadone
Le cannabis	La méthamphétamine
La cocaïne	Les opioïdes sur ordonnance
La conduite avec facultés affaiblies	Les stéroïdes anabolisants
L'ecstasy	Les substances inhalées
Le GHB	
Les hallucinogènes	Le tabac

Pour de plus amples renseignements sur des questions de toxicomanie et de santé mentale ou pour télécharger un exemplaire de ce dépliant, veuillez consulter notre site Web : www.camh.net

Il se peut que cette publication soit disponible dans des supports de substitution. Pour tout renseignement sur les supports de substitution, pour commander des exemplaires en quantité de ce dépliant ou pour commander d'autres publications de CAMH, veuillez vous adresser aux Ventes et distribution :

SANS FRAIS : 1 800 661-1111

À TORONTO : 416 595-6059

COURRIEL : publications@camh.net

CYBERBOUTIQUE : <http://store.camh.net>

Pour faire un don, veuillez vous adresser à la Fondation de CAMH :

TÉL. : 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 CAMH, adressez-vous au Service des relations avec les clients :

TÉL. : 416 535-8501, poste 2028 ou 2078

Copyright © 2003, 2010 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 part entière à l'Université de Toronto

Available in English

4200u / 06-2010 / P322