

Questionnements d'adolescents

Sonia Rihs,
directrice de
CIAO,
Lausanne

Diverses organisations oeuvrant dans le domaine de l'information et de la prévention pour la jeunesse ont créé en 1988 le projet CIAO. Les principes de base: fournir des informations rédigées par des professionnels, et donner la possibilité aux jeunes Romands de poser anonymement des questions dans divers domaines, notamment celui des drogues.

Depuis 1997, CIAO est présent sur internet (www.ciao.ch). Durant ces 6 ans, le chapitre Drogues a reçu plus de 3'000 questions, auxquelles des professionnels de l'ISPA ont répondu. Les questions portant sur le cannabis arrivent très largement en tête (28% de toutes les questions), suivies par les questions portant sur l'héroïne, l'ecstasy, le LSD, etc. (10%). Viennent ensuite les préoccupations touchant les effets sur la santé (8%), le tabac (7%), la législation (5%), les effets des drogues (4%), les relations avec l'entourage (4%), l'alcool (4%), comment aider (4%), comment arrêter (3%). Le solde des questions se partage entre des demandes d'informations générales, la répression, la dépendance...

Evolution des questions

Le contenu des questions s'est passablement modifié ces dernières années, après l'ouverture d'une nouvelle version du site en avril 2001: jusqu'au printemps 2001, beaucoup de questions portaient sur les produits, leurs effets, leurs conséquences sur la santé... Peu de jeunes se situaient clairement comme des consommateurs réguliers. Quelques exemples:

Je voudrais savoir la différence entre le cannabis, le shit, le haschich?

On voulait vous demander avec une copine si on est à côté de quelqu'un qui fume du cannabis, est-ce que ça peut avoir des effets sur nous? Parce que avec ma copine il y a des gens qui sont passés avec des pets et après on avait l'impression d'être un peu shoo-

tées. Ok, peut-être pas à ce point mais on se marrait pour rien et on avait un peu mal à la tête.

Pourquoi le tabac est-il légal alors qu'il entraîne toutes sortes de maladies et cause chaque année la mort de centaine de milliers de gens? De plus ce produit provoque une forte dépendance. Alors pourquoi est-ce que je peux aller acheter mon paquet en toute légalité et en toute tranquillité alors que je dois me planquer pour acheter un peu de cocaïne?

J'aimerais savoir si l'utilisation de joints régulière (environ 1 à 2 fois par mois) est vraiment nocive? Merci pour votre réponse et à+...

A partir de quel moment atteint-on une dépendance physique? Car je sais que je suis un peu dépendante psychologiquement mais je ne vois pas de

symptômes physiques... Cela m'inquiète un peu, car je compte essayer de stopper toutes ces bêtises et j'ai peur d'avoir des problèmes physiques relatifs au manque.

Est-ce qu'on peut être responsable de la toxicomanie de quelqu'un?

Je consomme occasionnellement du cannabis (une ou deux soirées cannabis pour deux mois environ). Est-ce que je suis sujet à des complications physiques à long terme? Je consomme également de l'alcool les week-end lors de soirées je rentre "joyeux" mais presque jamais ivre mort... est-ce dangereux à long terme?

J'aimerais que ma copine arrête de fumer, comment faire?

Hello tout le monde je voulais me renseigner sur l'ecstasy. Est-ce que les effets sont dangereux? Est-il vrai qu'on se mord la langue? Combien de temps l'effet dure-t-il?

J'ai des copines qui fument et leurs parents ne savent pas, pour ne pas qu'ils sentent elles prennent des chichettes en fumant. Il paraît que cela fait avoir le cancer du palais. Est-ce vrai?

Une évolution

Depuis l'ouverture d'une nouvelle version du site en avril 2001, les questions sont devenues assez différentes: pratiquement plus de questions informatives sur les produits eux-mêmes, mais des questions sur les risques pris lors d'une consommation. Ce changement peut s'expliquer par le fait que les informations du chapitre Drogues ont été complètement réécrites à partir des questions posées par les jeunes. Les produits et leurs effets étant décrits en détail et facilement accessibles sur le site, les jeunes ont commencé à poser d'autres types de questions et à confier plus régulièrement leurs propres consommations:

La première fois que j'ai touché à la

coke, moi et mon amie on s'était promis de ne jamais en reprendre... C'était pour essayer, point... Et voilà que 6 mois plus tard, nous nous disons encore que ce n'est que pour cette fois-ci, qu'après on saura arrêter. On n'ose même pas se dire en face ce qu'est rendu la poudre dans notre vie...

Alors voilà mon problème, moi dès le matin il me faut mon joint, je fume environ 6-7 bedos par jour et je n'arrive plus à m'arrêter. A l'école mes notes ont chuté (l'année passée j'avais 5.7 de moyenne générale et cette année je suis non promue!) je peux pas en parler à quelqu'un pour m'aider car à tous les coups ça arrivera aux oreilles de ma mère. Mes amis font ce qu'ils peuvent pour m'aider mais je les envoie balader quand je suis trop foncée-d. J'ai besoin d'aide, je m'en rends compte mais je n'ai pas envie de me faire aider. Je n'arrive même plus à réfléchir! Aidez- moi!

J'aimerais savoir exactement à quoi est lié le fait que lorsque l'on prend une drogue, nos pupilles se dilatent?? Est-ce que c'est lié directement au cerveau?? Aussi, j'aimerais savoir si lorsque l'on vit un flash-back à l'XTC ou au LSD, eh bien, nos pupilles, elles réagissent???

Alors voilà j'ai fumé un joint le 10 décembre avec des potes j'ai malheureusement fini mes cours en bad trip jusque-là c'était bon mais après le 31 décembre j'ai refumé un joint avec des potes et de nouveau je suis reparti en bad trip, ensuite jusqu'au 15 janvier ça allait bien et tout d'un coup j'ai de nouveau eu des hallucinations et depuis jusqu'à maintenant (et là en ce moment j'en ai toujours) ben ça continue avec les hallucinations de ne pas être sur terre et c'est trop désagréable alors ma question est pour quoi ça dure aussi longtemps???

Je sors tous les week-ends et je me saoule aussi tous les week-ends! je ne parle pas de petites bourrées où on

est juste joyeuse, je parle vraiment de l'ivresse ! Bon peut-être pas tous les week-end mais la plupart du temps c'est de grosses bourrées ! Ca fait plusieurs fois que je dis à mes amies que je boirai pas cette soirée-là mais je tiens jamais ma parole, d'ailleurs ça les énerve un peu, ce que je comprends tout à fait! (des fois elles sont pas mieux et en plus elles n'ont que 16 ans!). Ma question est: "Est-ce que ça veut dire que je suis alcoolique? Ou autrement y a-t-il un risque que je sois alcoolique plus tard?" J'ai quand même déjà passé des soirées sans boire mais on pourrait les compter sur les doigts de la main ! Ce week-end je sais que je vais boire à en être ivre et ça me fait même pas peur, je me réjouis même! Vous devez me trouver folle je pense mais répondez-moi svp... Cette question me travaille beaucoup quand même!!

Ces temps je ne me sens pas du tout bien dès que je fume je suis complètement dans un autre monde et avant ça me le faisait pas... j'en ai marre et j'ai décidé d'arrêter pour reprendre ma vie en main et ne plus avoir ce désintérêt quotidien.... Mais je voulais savoir, a-t-on des dépendances à la beuh? Et tous mes amis fument, est-ce que ça va faire quelque chose à notre amitié que j'arrête?

Merci pour ce que vous me dites, même si ça change pas mon avis à propos des substances. Je suis attirée et ça me passionne de savoir tout ce que ça fait et d'apprendre et de lire des choses sur ça. Maintenant, je veux les découvrir moi-même.

Depuis environ 2 mois, je sors tous les week-ends, je fume et bois pas mal. Le lendemain quand je repense à ce que j'ai fait je me sens mal et culpabilise. Je le fais car tous mes amis le font. Comment devrais-je me comporter?

Bon alors voilà la semaine passée j'ai consommé une ecstasy et ca m'a en quelque sorte procuré un "badtrip" je me sentais enfermée j'avais chaud

froid j'étais pas très bien quoi, et les jours d'après j'avais toujours un de ces mal de la mâchoire et j'étais fatiguée et toute faible (c'était si jamais la 4ème fois que j'en consommais et ça m'avait fait les 3 autres fois un effet génial) mais en fait ma question c'était que généralement si c'est des bons amis à nous qui nous les vendent et savent exactement le temps de la montée et tout et tout il ne peut rien y avoir de malsain dedans non? C'est plus contrôlé vous ne croyez pas?

Je fume au moins 1-2 paquets par jour à 15 ans, je n'arrive pas à moins fumer ça m'énerve, j'ai envie d'arrêter mais j'arrive pas... Que dois-je faire? Je fume car je sais pas quoi faire d'autre, il me faut faire quelque chose je peux pas rester en place et comme je suis tout le temps nerveuse et stress c'est pour ça que je fume... Aidez-moi, que puis-je faire??

J'aimerais connaître les effets du bong? Je vais bientôt essayer mais je voudrais savoir quelque chose... une copine, quand elle tire sur un bong eh bien à chaque fois elle tombe dans les vaps. Est-ce que ça peut m'arriver à moi aussi? Et à quoi cela est-il dû? Et si je tombe dans les vaps, que faut-il faire? Et je me réveille après combien de temps?

Une nouvelle forme de prévention

Ce glissement de la prévention primaire à la prévention secondaire s'est confirmé encore ces derniers mois, et sur CIAO nous recevons de plus en plus de questions et de témoignages de consommateurs, souvent de jeunes polytoxicomanes qui demandent comment consommer efficacement... c'est-à-dire avec un maximum d'effets pour un minimum de risques (santé, judiciaires).

Ok je vois ce que tu veux dire, que si

je me fais un shoot eh bien je risque d'être dans le coma, mais je vais me faire une toute petite dose. Ok, mon corps on peut pas dire comment il va réagir mais logiquement il devrait pas y avoir de problème ou bien si? Et puis le fait d'être sous antidépresseurs et ben ça pourrait amplifier l'effet de l'héro et me faire une overdose? Ou ça a rien à voir vu que c'est aussi une sorte d'antidépresseur? Et si je meurs, eh bien c'est que c'était mieux pour moi d'être libérée de tout ça.

Est-ce que quand on prend l'avion les flics arrivent à détecter si on a de la beuh sur nous ou pas? Et si oui comment ils font? Et si il n'y a pas de chiens (car c'est les chiens qui sentent l'odeur) il ne devrait pas y avoir de problèmes?

Je voulais vous demander quelque chose encore à propos d'héro: faut se piquer comment? On peut se piquer dans n'importe quelle veine ou bien? Aussi dans celles qui sont vers le poignet ou elles sont trop fines? Parce que l'autre

fois j'ai mis une sorte de garrot pour essayer de mieux voir mes veines et ben je voyais que dalle. Il faut faire comment?

Ces demandes de «modes d'emploi» sont bien sûr refusées par CIAO: nous ne sommes pas là pour ça. Nous continuons donc notre rôle de prévention et d'information, tout en refusant de donner des trucs pour «bien se piquer» ou pour «passer à travers les gouttes» (de la répression).

Le cannabis reste la principale préoccupation des jeunes

Quoi qu'il en soit, le cannabis reste encore et toujours la principale substance qui préoccupe les jeunes (un tiers des questions du chapitre Drogues, en moyenne), que ce soit pour essayer d'arrêter de consommer, pour s'in-

quiéter des effets sur la santé, pour aider un(e) ami(e) dépendant(e) à en sortir, pour tenter de cacher sa consommation – voire pour s'inquiéter des effets secondaires de la consommation d'engrais utilisés pour cultiver le cannabis!

L'influence possible de la consommation de cannabis sur la sexualité et la procréation est une demande récurrente, de même que les questions sur le dépistage, les tests sanguins ou d'urine. Les demandes concernant la «bonne» ou la «mauvaise» consommation (nombre de joints, fréquence...) arrivent également régulièrement sur CIAO.

Solidarité

Pour terminer sur une note plus positive, nous constatons aussi que la solidarité entre jeunes consommateurs, ou entre consommateurs et non-consommateurs, est bien réelle et se manifeste très souvent. Près de 4 % de toutes les questions concernent la manière dont on peut aider quelqu'un dans son entourage qui consomme abusivement un ou des produits.

Hello, voilà mon frère fume le joint assez souvent pour ne pas dire tout le temps. Il me fait vraiment peur, j'ai peur qu'il touche à autre chose comme par exemple l'ecstasy ou l'héroïne. Qu'est ce que je peux faire???

Une chose me tracasse... J'aimerais savoir comment sortir un ami de la drogue dure (thaï, speed, cocaïne... et j'en passe)... J'arrive pas à le faire décrocher et ça commence sérieusement à m'énerver... Il dit qu'il va arrêter, 1 semaine plus tard il recommence, il arrête 2 jours et après il recommence... Bref en un mot----> HELP!!!

Voilà, j'ai 22 ans, et je suis passé par pas mal de galères, principalement drogues et alcool, j'ai tout arrêté et je viens régulièrement voir les questions-réponses sur ciao.

J'ai mal très mal quand je lis: "j'ai envie d'essayer", j'aimerais savoir comment faire pour rentrer à vos services afin d'aider ces jeunes qui sont dans

la merde...

Mon problème c'est que je sors avec un garçon depuis un an et il fume quotidiennement du cannabis. Comme mes parents fument aussi et qu'ils le font volontiers ensemble, ça n'arrange rien. Et bien sûr beaucoup de nos amis fument également. Tous les soirs ils s'en roulent 3 en moyenne, entre amis, avec mes parents c'est encore plus. Moi je suis née et j'ai toujours vécu là-dedans, je devrais être habituée, mais j'aimerais vraiment qu'il arrête. Je ne l'ai pas menacé de le quitter car le chantage c'est pas trop mon truc. J'ai essayé de lui en parler et il me dit qu'il va arrêter mais quand je lui demande quand il me répond: "un jour". Je ne sais plus quoi faire.

Dans mon dernier message je vous parlais que j'avais un doute que mon ex se droguait! Il m'a dit qu'il prenait de la cocaïne!

Je sais que je ne peux rien faire pour lui car il ne veut pas s'en sortir!

Mais je sais que tout ça ne m'est pas

arrivé pour rien! Lui je le sauverai pas, mais j'ai envie d'aider d'autres personnes, alors je voulais savoir s'il y a des associations en Valais qui ont besoin de bénévoles pour aider les toxicomanes.

Des messages-témoignages

Hello, je voulais juste dire un truc à T. (une utilisatrice de CIAO, Ndlr), j'ai été comme toi, je voulais voir par moi-même, ce que c'était la came, est-ce vrai que ceci ou cela pète? Mais voilà je suis resté croché, j'ai failli mourir et j'ai tout perdu, là je suis dans un trou et je n'ai pas la force de remonter pour l'instant, alors moi, je te demande un truc, fais gaffe la vie mérite d'être vécue, et je suis sûr que tu essaies juste pour te prouver à toi-même quelque chose, mais t'as rien à te prouver, ou peut-être un truc, que t'es capable de réfléchir...

En fait c'est pas tellement pour poser une question mais plutôt pour dire quelque chose aux personnes qui se-

raient tentées d'essayer les drogues dures... Voilà, il y a à peu près 2 ans que je me pète, au début c'était 1 exta, puis 2 3 4 etc et après le speed les thai la coc et tout et franchement j'abusais trop jusqu'au jour où il est arrivé un accident (accident=problème avec les flics aussi!!) et ça a fait réfléchir beaucoup de monde maintenant on est beaucoup plus calmes, on se pète vraiment de temps en temps en soirée mais c'est tout, mais quand je pense à tout ce qu'on prenait avant ça me fait peur, c'est vraiment de la merde, il faut pas prendre ça juste pour faire bien devant quelqu'un ou un groupe ou je sais pas quoi et une fois qu'on commence on s'arrête plus, expérience faite alors voilà... faites gaffe!!!

L'espoir de s'en sortir, d'aider quelqu'un à s'en sortir, ou de pouvoir lutter d'une manière ou d'une autre contre les drogues, reste malgré tout chez CIAO bien supérieur au désespoir ressenti et affiché par d'autres jeunes.