

Médicaments et polyconsommation

Informations pour les professionnel·le·s du
milieu des addictions

—

Fiche d'information

En collaboration avec nos partenaires



ADDICTION | SUISSE

Addiction Suisse est le centre de compétence national pour la prévention, la recherche et la diffusion des savoirs dans le domaine des addictions.



Zürcher Fachstelle zur Prävention des Suchtmittelmissbrauchs (Centre zurichois de prévention de l'abus de drogues)

Mentions légales

Éditeur

Infodrog

Centrale nationale de coordination des addictions

CH-3007 Berne

+41 (0)31 376 04 01

office@infodrog.ch

www.infodrog.ch

Auteurs

Marc Marthaler, Infodrog

Alwin Bachmann, Infodrog

Relecture

Sandra Bärtschi, Infodrog

Domenic Schnoz, ZFPS

Annet Niklaus, UZH

Sabine Dobler et Marie-Noëlle McGarrity, Addiction Suisse

Dominique Schori, Saferparty Streetwork

© Infodrog 2020

Médicaments et alcool : un mélange dangereux

Ces derniers temps, les médias font de plus en plus souvent état des dangereux cocktails de médicaments que prennent les jeunes, le plus souvent mélangés à de l'alcool. Certains jeunes font en effet des expériences avec des médicaments qu'ils consomment à des fins récréatives, ce qui peut avoir des conséquences fatales. Certains spécialistes soupçonnent qu'il y a un lien avec la popularité de certains styles de musique tels que le hip-hop ou la trap sound, où il est ouvertement question de la consommation de substances, parfois sous la forme de louanges. Les jeunes sont également influencés par les médias sociaux tels qu'Instagram. On ne sait que peu de choses sur les motivations des jeunes à faire des expériences avec des médicaments.

Les faits

Entre 2006 et 2018, le nombre de garçons de 15 ans ayant déjà consommé des médicaments à des fins récréatives a presque triplé, passant de 1,6 % à 4,5 %. Aucune tendance nette n'est observée chez les jeunes filles de 15 ans. Alors qu'en 1998, les filles consommaient plus du double de médicaments que les garçons (4,8 % par rapport à 1,9 %), une tendance à la baisse a été observée les années suivantes, jusqu'en 2014. Aujourd'hui, il n'y a presque plus de différences entre les sexes. Selon l'étude HBCS, à l'âge de 15 ans, un ou une élève sur vingt en moyenne a pris des médicaments à des fins récréatives, c'est-à-dire environ un ou une élève par classe.¹ Bien que ces chiffres doivent être interprétés avec prudence pour des raisons méthodologiques, les feedbacks des professionnel·le·s indiquent également que la consommation de médicaments chez les jeunes augmente.

Les substances

Les médicaments consommés à des fins récréatives sont principalement les somnifères et les tranquillisants (benzodiazépines), les analgésiques puissants (opioïdes) et les médicaments pour le traitement du TDAH. Ils ne peuvent être obtenus légalement que sur prescription médicale. Les sirops contre la toux contenant de la codéine ou du dextrométhorphan sont également consommés à des fins récréatives. La remise de sirops contre la toux contenant de la codéine a été plus strictement réglementée avec la révision de la loi sur les produits thérapeutiques (2019). La nouvelle réglementation prévoit une consultation obligatoire avec le/la pharmacien·ne et la documentation de la remise du médicament. Toutefois, certains titulaires d'autorisation de commercialisation de sirops contre la toux ont déposé des plaintes contre ce changement, c'est pourquoi, jusqu'à la fin de la procédure, ces médicaments peuvent encore être délivrés en pharmacie sans ces conditions.

- **Benzodiazépines**
Xanax® (alprazolam), Rivotril®/Tranxilium® (clonazépam), Dormicum® (Midazolam), Valium® (diazépam), Temesta® (Lorazépam), Lexotaniil® (bromazépam), Seresta® (oxazépam), etc.
- **Opioïdes**
Oxycodone, tramadol, Makatussin® (codéine), Valoron® (tilidine), etc.
- **Médicaments pour le traitement du TDAH**
Ritalin®, Concerta® (tous deux des méthylphénidates), etc.
- **Autres**
Bexin® (contient de la dextrométhorphan DXM), diphénhydramine (DHM), Ciprallex® (escitalopram), Lyrica® (prégabaline), etc.

Les opioïdes et les benzodiazépines peuvent être pris seuls, mélangés avec d'autres médicaments, de l'alcool, du cannabis ou d'autres substances illégales. La codéine et le dextrométhorphan, qui sont

contenus dans les sirops contre la toux délivrés sur ordonnance tels que Makatussin® et Bexin®, sont pris sous forme de purple drank ou de lean (des mélanges de sirop contre la toux, de limonade et parfois d'autres ingrédients).

Les sources d'approvisionnement sont multiples : il est possible de se procurer des médicaments dans la pharmacie familiale, en ligne sur le Darknet, auprès des ami·e·s ou sur le marché noir. Alors que la Ritaline est consommée comme stimulant, les benzodiazépines auraient plutôt un effet sédatif (relaxant) et les opioïdes un effet euphorisant. Il est probable que certains jeunes consomment ces substances pour compenser un mal-être psychique. Toutefois, à l'heure actuelle, nous ne disposons pas de connaissances sur les motifs exacts des usager·ère·s et ne savons pas comment ils évaluent les risques. Aucune étude ou base de réflexion sur lesquelles s'appuyer ne sont disponibles pour avancer des hypothèses sur les motivations et la réalité de la consommation.

Les risques

Si des médicaments, de l'alcool et parfois d'autres drogues ou médicaments sont consommés en même temps, ces substances peuvent se renforcer mutuellement, ce qui peut rapidement conduire à une overdose. Les interactions sont imprévisibles, et ce d'autant plus si les substances consommées sont nombreuses. La consommation de benzodiazépines et d'opioïdes, parfois mélangés à de l'alcool, peut augmenter la propension aux risques ainsi que la prédisposition à consommer ou à mélanger d'autres substances psychoactives. La consommation de benzodiazépines (et leur combinaison avec l'alcool) peut également provoquer une amnésie, ce qui explique que certain·e·s usager·ère·s ne se souviennent parfois pas des doses qu'ils ont prises.

- **Benzodiazépines ou opioïdes avec de l'alcool**
Benzodiazépines avec opioïdes

Danger de mort !

Les effets se renforcent mutuellement, entraînant souvent des nausées avec le risque de s'étouffer avec son propre vomi. L'interaction des effets peut entraîner une perte de connaissance et un ralentissement de la respiration allant jusqu'à une paralysie respiratoire et la mort.

- **Benzodiazépines et/ou opioïdes avec cocaïne/speed**
Cette combinaison met le système cardio-vasculaire à rude épreuve. L'interaction des effets peut conduire à ce qu'ils soient ressentis subjectivement de manière plus faible. Lorsque l'effet d'une substance s'atténue, celui d'une autre substance peut alors augmenter considérablement. Cela peut entraîner une overdose retardée dans le temps par rapport à la prise.

Le risque de **dépendance** psychique et physique aux benzodiazépines et aux opioïdes est déjà présent après quelques semaines, entraînant de **graves symptômes de sevrage** en cas d'arrêt de la consommation. Le caractère légal d'un médicament ne garantit en rien qu'il ne rende pas dépendant. Les risques à long terme comprennent entre autres ennui (désintérêt), difficultés de concentration, troubles de la mémoire, fatigue et des problèmes avec la famille, les ami·e·s, au travail ou à l'école.

En achetant des médicaments sur le **marché noir**, le risque qu'ils contiennent d'autres substances que prévu est élevé, ce qui comporte des risques pour la santé. C'est par exemple le cas si des médicaments sont achetés auprès de certaines pharmacies en ligne, même si celles-ci paraissent sérieuses à première vue. Les jeunes qui se procurent des médicaments auprès de leur cercle d'ami·e·s ne savent parfois pas

d'où ils proviennent. Même si l'emballage et les comprimés ont l'air « vrais », leur contenu ne correspond pas forcément à ce qui est déclaré.

Prévention, intervention précoce et réduction des risques

Ce qui s'applique à la prévention d'autres problèmes d'addiction peut être appliqué à la prévention et à l'intervention précoce de l'abus de médicaments. Les adultes de référence (parents, animateur-trice-s jeunesse, enseignant-e-s, etc.) ont un rôle important à jouer. Dans le domaine de la prévention, il est particulièrement important d'adopter une attitude claire, de montrer l'exemple en termes d'usage des médicaments ainsi que de connaître et de s'intéresser aux activités des jeunes. Le renforcement des compétences de vie (p. ex. la gestion du stress et des émotions) contribuerait également à la prévention des problèmes liés à la consommation de médicaments, comme c'est le cas pour d'autres problèmes d'addiction.

On suppose également que le caractère légal ou la classification en tant que médicament a une influence sur la perception du risque. Il est donc nécessaire d'informer et de sensibiliser les jeunes dans ce sens. Il est également important qu'à la maison les jeunes n'aient pas accès aux médicaments psychoactifs prescrits à leurs parents ou stockés dans la pharmacie familiale.

En cas de changement préoccupant dans le comportement d'un-e jeune (p. ex. résultats scolaires, humeur générale), il est important de prendre au plus vite des mesures d'intervention précoce. Il s'agit en particulier de discuter avec les jeunes, d'aborder le sujet des médicaments ou de faire appel à des offres d'aide (consultations dans les addictions, pour les jeunes ou encore pour les parents).

Les messages de prévention au niveau comportemental peuvent être différents selon le groupe cible.

Pour les jeunes qui n'ont probablement pas expérimenté les médicaments à des fins récréatives :

- Ne jamais consommer de médicaments à des fins récréatives. L'effet est difficile à contrôler et les risques sont élevés.
- En cas de mal-être psychique, ne pas prendre de médicaments sans contrôle médical et discuter des formes alternatives de traitements avec un médecin.
- S'adresser à des adultes de confiance ou à des offres d'aide (anonymes) (voir ci-dessous). Une situation type peut être que des médicaments sont consommés à des fins récréatives dans le cercle d'ami-e-s et que l'on ne sait pas comment résister ou soutenir ses ami-e-s pour lesquels on se fait du souci.

Pour les jeunes qui consomment déjà ou qui consommeront probablement :

Si possible, l'objectif devrait être de renoncer (à nouveau) à la consommation. Des professionnel-le-s offrent un accompagnement aux jeunes qui prennent des risques et à leurs parents. Pour éviter une prise de risque encore plus grande, les messages de réduction des risques suivants sont importants :

- Ne pas prendre de médicaments dont on ne connaît pas la provenance. Si toutefois des substances dont l'origine n'est pas claire sont consommées, faire analyser les substances avant la consommation : il y a des drug checkings à Bâle, Berne, Bienne, Genève, Olten, Lucerne et Zurich : www.safezone.ch/alertes-actuelles.html
- De manière générale, s'abstenir de mélanger des substances (alcool, autres médicaments, substances illégales). Si des substances sont tout de même mélangées, se renseigner sur leurs interactions : www.combi-checker.ch

- **Toujours commencer par tester une petite quantité et attendre que la substance fasse pleinement son effet.** Tout le monde ne réagit pas de la même façon à un médicament. Ce qui est supportable pour une personne ne l'est pas nécessairement pour d'autres. Chez les jeunes filles et les femmes dont le poids est généralement plus faible que celui des hommes, à dose égale, l'effet produit est plus fort. Elles devraient donc prendre des doses plus faibles que les hommes.
- Ne jamais consommer seul-e et informer les ami-e-s des substances consommées afin qu'en cas d'urgence le médecin puisse réagir rapidement et de manière appropriée.

Offres d'aide et d'information

- Consultations anonymes en ligne dans les addictions : www.safezone.ch
- Informations pour les jeunes : www.ciao.ch
- Consultation par téléphone et en ligne pour les jeunes : www.147.ch
- Matériel d'information d'Addiction Suisse : <https://shop.addictionsuisse.ch/fr/24-medicaments>

¹ Source: Health Behaviour in School-aged Children (HBSC), Monitorage suisse des addictions

Monitorage suisse des addictions » Somnifères et tranquillisants » Prévalence (suchtmonitoring.ch) (accès le 13.10.2020)