

La grande majorité des accidents sanitaires liés à la consommation «récréative» de drogues est due aux associations de produits, en particulier avec l'alcool.



MAIRIE DE PARIS

Ce document est tiré des dépliants «Drug Mix» édité par l'association TECHNO PLUS et «Les mélanges à éviter» édité par l'association PREVTECH. Le texte de ce document, édité le par le Forum Français pour la Sécurité Urbaine, est protégé par la licence Creative Commons by-nc-sa. Il peut être réutilisé et modifié pour toute action non commerciale à condition de citer l'auteur et de ne pas changer les termes de la présente licence: <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/2.0/fr/deed.fr>

# additionner les drogues c'est multiplier les risques



[www.fetez-clairs.org](http://www.fetez-clairs.org)

## Tenté de mélanger... pourquoi?

Lorsque l'on consomme des drogues, on peut être tenté de faire des mélanges pour :

- ↳ Consommer ce qui me passe sous le nez parce que c'est une occasion à ne pas manquer
- ↳ Ne pas dire non à un ami qui me propose de partager sa consommation.
- ↳ Augmenter les effets recherchés de l'une ou de l'autre substance.
- ↳ Equilibrer les effets, afin d'adapter les effets aux situations (stimuler et relaxer par exemple).
- ↳ Diminuer les effets négatifs d'un produit par le recours à un autre, particulièrement à la descente.
- ↳ Substituer une substance qui a perdu de l'effet.
- ↳ Perdre le contrôle de soi.

On peut aussi mélanger des drogues plus ou moins consciemment: à la consommation d'un produit que l'on prend de manière banalisée (alcool, cannabis, ou antidépresseur, anxiolytique dans le cas d'un traitement) est associée une drogue recherchée pour faire la fête, comme l'ecstasy ou les amphétamines.

## Les risques

Il est bien sûr impossible d'expliquer tous les risques de toutes les combinaisons possibles. Une chose est sûre: **mélanger des drogues est plus risqué que d'en prendre une seule.**

Les 4 principaux problèmes liés aux mélanges observés sont :

- 1 Mélanger des drogues dont **les effets recherchés sont antagonistes** et donc s'annulent, alors que les effets néfastes, au mieux s'accumulent, au pire se multiplient. Du coup, on sent peu les effets et on peut donc consommer une grande quantité de produit sans s'en rendre compte, ce qui peut amener à une forme d'overdose. C'est le cas des mélanges entre «upper» drogues (drogues stimulantes: ecstasy, speed...) et «downer» drogues (drogues relaxantes: alcool, héroïne, kétamine, ...). C'est aussi le cas du mélange cocaïne ou alcool + ecstasy, car l'alcool et la cocaïne masquent les effets de l'ecstasy. Donc on peut reprendre un ecstasy en croyant que le précédent était faiblement dosé. De plus la prise d'alcool augmente les risques de déshydratation et d'hyperthermie dus à la prise d'ecstasy.

- 2 A l'inverse, **si l'on additionne deux dépresseurs respiratoires ou ralentisseurs cardiaques** (exemple: **kétamine + alcool - accidents régulièrement observés**): risque important de perte de connaissance et de dépression respiratoire car le même risque est cumulé. **Attention au mélange GHB + alcool: très gros risque de coma.**

- 3 La prise d'un ecstasy associée au cannabidiol ou protoxyde d'azote (gaz hilarant) peut amplifier la montée ou faire remonter les effets de l'ecstasy en descente, mais trop souvent aussi provoquer une montée extrêmement puissante pouvant aboutir à un malaise ou «**bad trip**».

- 4 Le mélange **speed ou cocaïne avec de la kétamine** (parfois dans la même ligne) pour flotter et rester dynamique. La kétamine fait perdre le contrôle des mouvements et masque la douleur et le speed: en favorisant la mobilité elle accroît les risques d'accidents.

Mais la liste exhaustive est bien plus longue !

## Conclusion

**Prenez soin de vous (buvez de l'eau, mangez, faites des pauses, utilisez les préservatifs...) et posez-vous la question de savoir quel plaisir vous recherchez. Ce n'est pas forcément en prenant un produit ou en en prenant plusieurs que vous pourrez l'obtenir.**