

# Médicaments & alcool ou autres drogues : un mélange dangereux

La consommation de médicaments comme le Xanax®, le Valium®, le Makatussin®, le tramadol ou l'oxycodone peut être risquée si ces médicaments sont pris à des fins récréatives, d'autant plus s'ils sont mélangés à de l'alcool ou à d'autres



© Image : Saferparty, Zurich

La consommation mixte de médicaments et d'alcool peut avoir des conséquences fatales. Plusieurs jeunes en Suisse en sont morts. Avec cette fiche d'information, nous souhaitons t'informer des risques que tu prends. Il s'agit avant tout des somnifères et des calmants (benzodiazépines), des analgésiques puissants (opioïdes) et des médicaments pour le traitement de l'hyperactivité. Les sirops contre la toux contenant de la codéine ou du dextrométhorphan sont également concernés. Parmi les médicaments utilisés à des fins récréatives, on trouve notamment le Xanax®, le Rivotril®, le Valium®, l'oxycodone, le fentanyl, le tramadol, la tilidine, le Makatussin®, le Bexine®, la Ritaline®, la kétamine et beaucoup d'autres. La plupart d'entre eux nécessite une ordonnance médicale. Leur achat (aussi sur Internet) ou leur commerce t'expose à des poursuites pénales.

**Si ces médicaments sont pris avec de l'alcool ou en particulier d'autres drogues sédatives comme le GHB/GBL, cela peut mener à la mort !**

## Les risques

Lorsque des médicaments, de l'alcool et parfois d'autres drogues sont consommés lors d'une même occasion, ils peuvent se renforcer mutuellement et rapidement conduire à une

overdose. Ces interactions sont impossibles à prévoir.

## Mélanges dangereux : danger de mort

Benzodiazépines ou opioïdes	+	Alcool
Benzodiazépines	+	Opioïdes
Benzodiazépines ou opioïdes	+	GHB/GBL ou kétamine

Les effets se renforcent mutuellement, entraînant souvent des nausées. Le risque est que tu t'étouffes avec ton propre vomi. Le mélange peut causer une perte de connaissance et un ralentissement de la respiration allant jusqu'à une dépression respiratoire et la mort. Même si on les prend seules, ces substances peuvent déjà provoquer des troubles de la motricité et de la mémoire et une perte de connaissance. Le risque est particulièrement élevé lors de consommation mixte.

Benzodiazépines ou opioïdes	+	Cocaïne / speed
-----------------------------	---	-----------------

Ce mélange est extrêmement éprouvant pour le système cardiovasculaire. Les effets peuvent s'atténuer ou se neutraliser mutuellement. Lorsque l'effet d'une substance diminue, celui de l'autre substance peut augmenter considérablement et entraîner une overdose.

### Risques en cas de consommation régulière

La prise régulière de médicaments à des fins récréatives peut avoir des effets négatifs dans la vie quotidienne. Les conséquences fréquentes sont des difficultés de concentration, des troubles de la mémoire, de la fatigue, de l'indifférence et des problèmes avec la famille, les ami-e-s, à l'école ou au travail. Le développement d'une **dépendance** psychique et physique aux benzodiazépines et aux opioïdes est rapide, provoquant de graves symptômes de sevrage en cas d'arrêt de la consommation.

### Marché noir

Les médicaments achetés sur le **marché noir** peuvent contenir autre chose que prévu. Des additifs ou des produits de coupe peuvent y être ajoutés, ce qui implique un danger pour la santé. Cela peut aussi être le cas lors d'achats auprès de pharmacies en ligne qui semblent a priori sérieuses et fiables. Bien que l'emballage et les comprimés semblent « vrais », ils ne contiennent pas nécessairement ce qui est déclaré.

## Réduire les risques

**Si possible, ne consomme jamais de médicaments à des fins récréatives. Les risques sont trop importants. Si tu décides tout de même de le faire, adopte les règles suivantes :**

- De manière générale, évite de mélanger les substances, surtout avec de l'alcool.
- Si tu décides tout de même de mélanger des substances, renseigne-toi sur leurs interactions.
- Commence toujours par tester une petite quantité et attends que la substance fasse pleinement son effet. Avec les benzodiazépines : pour t'aider à t'en souvenir, prends des notes sur la substance consommée et la quantité (« journal de bord des trips »).
- Les effets peuvent être retardés. N'en reprends pas si l'effet ne s'est pas encore manifesté, il y a un risque d'overdose ! Les benzodiazépines, en particulier, peuvent empêcher l'organisme d'envoyer des signaux d'alerte.
- En raison de différences biologiques, à poids égal, les femmes devraient toujours consommer une quantité inférieure de substances que les hommes, car l'effet sur elles pourrait être plus fort et un risque d'overdose existe.
- Si la substance vient probablement du marché noir, il vaut mieux la faire analyser avant la consommation. En Suisse, on trouve des drug checkings à Bâle, à Berne, à Genève, à Lausanne, à Lucerne et à Zurich : <https://www.safezone.ch/fr/alertes-actuelles>.
- Ne consomme jamais seul-e et informe tes ami-e-s des substances que tu consommes ou que tu mélanges afin que, en cas d'urgence, le/la médecin puisse réagir rapidement et de manière appropriée. En cas d'urgence (p. ex. perte de connaissance), appelle l'ambulance. Le temps peut sauver des vies.

Urgences médicales (ambulance) : **144**

Urgences toxicologiques : **145**

**Tu as des questions ou besoin d'aide ? Parle-en à une personne de confiance. Tu peux aussi te renseigner sur les sites Internet suivants :**

Consultation en ligne anonyme et gratuite : [www.safezone.ch](http://www.safezone.ch)

Informations pour les jeunes : [www.ciao.ch](http://www.ciao.ch) et [www.ontecoute.ch](http://www.ontecoute.ch)  
[www.knowyourchoice.ch](http://www.knowyourchoice.ch)

Consultation téléphonique et en ligne pour les jeunes : [www.147.ch](http://www.147.ch)

Matériel d'information : <https://shop.addictionsuisse.ch/fr/24-medicaments>