



## Nom officiel

L'héroïne

## Nom(s) de rue

Poudre, brune, blanche, rose, grise, héro, cheval, snouffe, came, junk, brown sugar

## Qu'est-ce que L'héroïne?

La famille des opioïdes comprend les opioïdes naturels, synthétiques et hémisynthétiques. Les opiacés, comme la morphine et la codéine, sont des opioïdes naturels que l'on trouve dans le pavot à opium. Les opioïdes synthétiques, comme la [méthadone](#), sont fabriqués chimiquement. L'héroïne, un opioïde hémisynthétique, est fabriquée à partir de morphine traitée chimiquement. Elle est absorbée par le cerveau rapidement et produit un effet immédiat.

L'héroïne se prend de plusieurs façons, le plus communément :

- injectée — on se « pique » soit dans une veine (injection intraveineuse ou « shoot »), soit dans un muscle (injection intramusculaire) ou sous la peau (injection sous-cutanée);
- aspirée par le nez ou « sniffée »;
- inhalée ou fumée (chasse au dragon) — 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.

## Quelle est la provenance de L'héroïne?

L'héroïne est produite principalement en Asie et en Amérique latine, là où l'on cultive le pavot à opium. La morphine est extraite de la pâte d'opium dans des laboratoires situés à proximité des champs de pavots, puis 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 est fabriquée et les additifs qui y sont incorporés. L'héroïne de rue se vend sous forme de poudre blanche, de substance brunâtre parfois granuleuse, ou de gomme poisseuse, brun foncé, et sa pureté varie d'un lot à un autre.

Certains additifs, comme le sucre, l'amidon ou le lait en poudre, sont utilisés pour augmenter le poids pour la vente au détail. D'autres drogues peuvent y être ajoutées pour en augmenter les effets. Par exemple, le [fentanyl](#), un opioïde sur ordonnance 100 fois plus puissant que la morphine, est parfois ajouté à l'héroïne ou à d'autres drogues illicites. Il peut aussi être transformé en comprimés qui ressemblent à des médicaments d'ordonnance. Les surdoses surviennent souvent parce que les gens ne savent pas que l'héroïne est contaminée par le fentanyl.

Les personnes qui consomment des opioïdes feraient bien d'avoir une trousse de naloxone gratuite, la [naloxone](#) étant un médicament qui peut temporairement contrecarrer les effets d'une surdose aux opioïdes et donner la chance aux ambulanciers d'intervenir.

## Qui consomme ce produit?

Les usagers de l'héroïne appartiennent à divers groupes culturels et socio-économiques et groupes d'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.

## Quels sont les effets de L'héroïne?

Une injection intraveineuse d'héroïne produit une montée d'euphorie (le « rush »). Cette sensation n'est pas aussi intense lorsque l'héroïne est fumée ou prise. L'euphorie est suivie d'une période de sédation et de tranquillité (ce qu'on appelle « cogner des clous »).

Les nouveaux utilisateurs ont souvent des nausées et des vomissements. Les effets souhaités comprennent le détachement de la douleur physique et émotionnelle et un sentiment de bien-être. Parmi les autres effets, mentionnons le ralentissement de la respiration, les micropupilles, les démangeaisons et la transpiration. La consommation fréquente entraîne la constipation, la perte de libido et d'intérêt dans les relations sexuelles, ainsi que des règles irrégulières ou manquées chez les femmes.

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 de consommation;
- le mode d'administration;
- le milieu ambiant;
- tout trouble médical ou psychiatrique dont la personne peut être atteinte;

la consommation concomitante d'alcool, de drogues illicites, de médicaments ou de remèdes à base de plantes.

## Combien de temps dure la sensation?

Lorsque l'héroïne est injectée dans une veine, elle produit dans sept ou huit secondes une montée d'euphorie qui dure de 45 secondes à quelques minutes. Lorsqu'elle est prise par injection sous-cutanée ou intramusculaire, l'effet se produit plus lentement, soit entre cinq et huit minutes. La descente qui suit l'euphorie dure jusqu'à une heure. Quelle que soit la façon dont elle est consommée, l'héroïne produit généralement des effets pendant trois à cinq heures, selon la dose. Les personnes qui en consomment quotidiennement doivent en prendre toutes les six à 12 heures pour éviter les symptômes de sevrage.

## Cette substance crée-t-elle une dépendance?

La prise fréquente d'héroïne peut mener à une dépendance en deux à trois semaines. Au nombre des signes d'une dépendance, citons :

- consommer pendant une longue période ou consommer une quantité plus importante que prévu;
- vouloir cesser ou réduire la consommation, ou essayer en vain d'abandonner la consommation;
- consacrer beaucoup de temps et d'efforts à obtenir des opioïdes, à en consommer et à s'en rétablir;
- éprouver des envies;
- ne pas s'acquitter de ses responsabilités au travail, à l'école ou à la maison en raison de la consommation d'opioïdes;
- continuer à consommer des opioïdes malgré les conséquences sociales négatives en découlant;
- abandonner les activités qui étaient autrefois agréables;
- consommer des opioïdes dans des situations dangereuses;
- avoir besoin de consommer davantage de la drogue pour obtenir le même effet (**accoutumance**, signe de dépendance physique);
- se sentir malade lorsque la consommation d'opioïdes cesse soudainement (**sevrage**, signe d'une dépendance physique);

manifester des signes d'intoxication aux opioïdes (p. ex., somnolence, micropupilles).

Les personnes qui essaient l'héroïne n'en deviennent pas toutes dépendantes. Certaines n'en prennent qu'à l'occasion, comme en fin de semaine, sans en augmenter la dose. Cependant, la consommation fréquente d'héroïne entraîne une accoutumance et il faut en prendre de plus en plus pour obtenir l'effet désiré, ce qui se traduit par une dépendance physique.

Une fois que la dépendance à l'héroïne est induite, il peut être extrêmement difficile de s'en désaccoutumer. Les personnes qui en prennent pendant longtemps mentionnent souvent que la drogue ne leur procure plus aucun plaisir. Elles continuent néanmoins à en prendre pour éviter les symptômes de sevrage et satisfaire l'envie intense d'en reprendre.

## **Est-ce qu'il y a des dangers liés à l'utilisation?**

L'héroïne est dangereuse pour plusieurs raisons, mais surtout à cause du danger immédiat d'une surdose. En cas de surdose, la respiration ralentit et peut même s'arrêter complètement. Une personne qui fait une surdose perd conscience. Elle ne peut pas être éveillée et sa peau devient froide, moite et bleutée.

**Si quelqu'un fait une surdose, appeler immédiatement le service 911.** En attendant l'arrivée des ambulanciers, [utiliser la trousse de naloxone](#) pour contrecarrer temporairement les effets de la surdose.

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'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 de l'héroïne avec d'autres drogues sédatives, comme [l'alcool](#), les benzodiazépines et la [méthadone](#).

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

- L'injection : L'injection de drogues entraîne un risque élevé d'infection bactérienne, de septicémie, d'infections cutanées et de veines collabées. Le partage des seringues multiplie les risques d'hépatite B ou C et de VIH.
- 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'emploi et la détérioration de la santé.
- La grossesse : Les femmes qui prennent de l'héroïne souvent n'ont souvent pas de règles; d'autres croient être stériles et tombent enceintes. L'usage continu de l'héroïne pendant la grossesse présente d'énormes risques pour le bébé.

## **Quels sont les effets à long terme de l'utilisation de cette substance?**

La recherche utilisant la scintigraphie cérébrale révèle que l'usage constant 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.

*Sources :*

*Vous connaissez... L'héroïne* © Centre de toxicomanie et de santé mentale, 2010.

*Fundamentals of Addiction: A Practical Guide for Counsellors* © Centre de toxicomanie et de santé mentale, 2014.



*Straight Talk: Fentanyl* © Centre de toxicomanie et de santé mentale, 2017.

*À propos des opioïdes* © Gouvernement du Canada, 2017.

*Ce qu'il faut savoir sur la crise des opioïdes au Canada* © Gouvernement du Canada, 2018.

*Qu'est-ce que le fentanyl?* © Gendarmerie royale du Canada, 2017.

## Où puis-je trouver de l'aide, des traitements et du soutien pour la consommation de cette substance?

- Traitements offerts à CAMH: [Accès CAMH](#)
- [Aide pour les familles](#)
- [ConnexOntario](#) 
- [Jeunesse, J'écoute](#)  : Ligne d'aide 1-800-668-6868

## Où obtenir des informations supplémentaires de CAMH sur cette substance?

- Vous trouverez un tutoriel gratuit sur la toxicomanie dans la page [Santé mentale 101](#).
- [La toxicomanie : Guide d'information](#) (PDF)
- [Faire son choix, réussir son parcours: Traitement de la dépendance aux opioïdes](#) <sup>PDF</sup> (PDF)
- [Traitement par agonistes opioïdes: Renseignements pour les clients](#) <sup>PDF</sup> (PDF)