

# SOYEZ AU FAIT

DROGUES : OBTENEZ LES FAITS. CONNAISSEZ LES RISQUES.

Expérience d'apprentissage autogéré Soyez au fait des opioïdes | Première partie

# Soyez au fait

Bienvenue à l'expérience d'apprentissage autogéré **Soyez au fait des Opiïdes**, présentée par Santé Canada.

**Soyez au Fait des Opiïdes** est un outil éducatif qui vous permet d'en apprendre plus sur les opiïdes, sur la prévention des risques et les méfaits de la stigmatisation de la consommation de drogue.

L'expérience suivante comporte deux parties couvrant des sujets tels que : la crise des surdoses au Canada, les opiïdes, le fentanyl, la connaissance des signes d'une surdose et l'impact de la stigmatisation de la consommation de drogue.



# Le saviez-vous?

Depuis 2016, il y a eu **plus de 40 642** décès liés aux opioïdes au Canada.

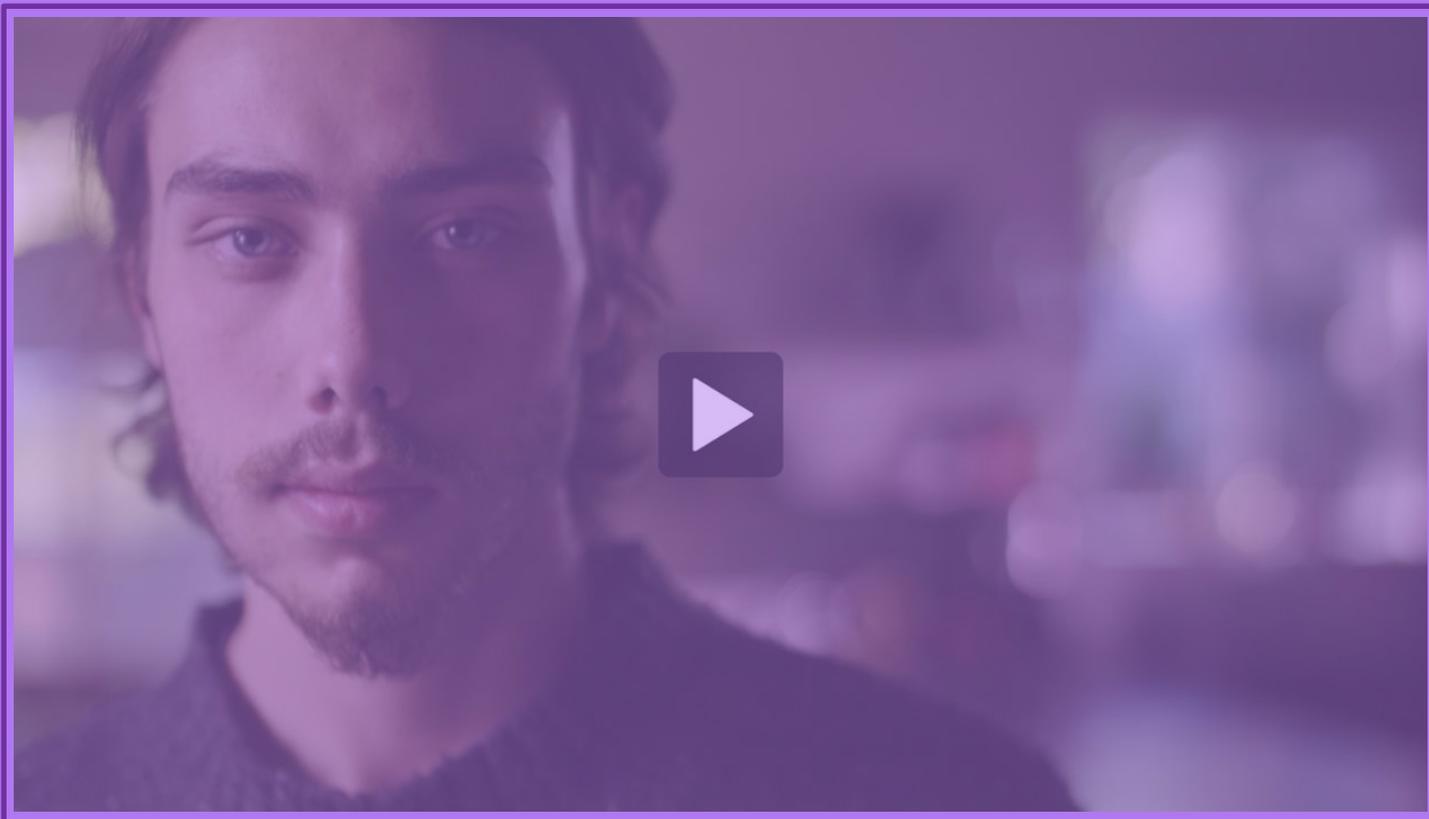
En moyenne, **22 personnes meurent et 17 sont hospitalisées chaque jour** en raison de la consommation d'opioïdes.

En moyenne, au Canada **5 fois plus de personnes** meurent chaque jour d'une surdose d'opioïdes que d'un accident de voiture.

Voici une histoire vraie qui montre l'importance de connaître les risques et les faits liés aux opioïdes.

Nous vous présentons l'histoire d'Étienne.

Veillez noter que la vidéo suivante présente du contenu sensible .



# L'histoire d'Étienne



# Que sont les opioïdes?

- Les opioïdes sont des médicaments utilisés pour traiter la douleur.
- Les opioïdes peuvent également provoquer l'euphorie (se sentir « high »), les rendant potentiellement sujet à une consommation inappropriée .
- Les opioïdes peuvent être des médicaments prescrits :
  - codéine
  - fentanyl
  - morphine
  - oxycodone
  - hydromorphone
  - héroïne médical
- Les opioïdes peuvent également être produits ou obtenus illégalement.



### **Si l'on vous a prescrit un médicament opioïde :**

- Vous devez le prendre seulement tel que prescrit
- Il ne doit jamais être utilisé par une personne pour laquelle il n'a pas été prescrit
- Il ne doit jamais être pris avec de l'alcool ou d'autres médicaments (à moins d'indication contraire)

### **Conservez votre médicament en lieu sûr afin de prévenir la consommation problématique par d'autres en :**

- Ne partageant jamais votre médicament avec quiconque car cela est illégal et peut causer de graves problèmes à l'autre personne ou même entraîner sa mort
- Tenant compte régulier du nombre de comprimés restant dans le contenant
- Rangeant les opioïdes dans un endroit sécuritaire

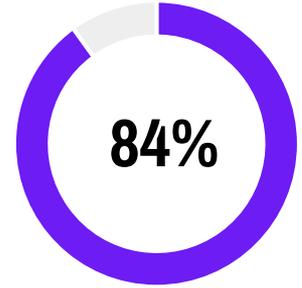
# La crise des surdoses

Le Canada connaît actuellement une crise des surdoses. La principale cause des décès liés aux opioïdes à l'heure actuelle est que les opioïdes illégaux sont beaucoup plus puissants qu'auparavant et que d'autres drogues sont mélangées à des opioïdes puissants, parfois sans que les gens soient au courant.



**40,642+**

On estime que plus de 40 642 personnes sont décédées d'une surdose liée aux opioïdes au Canada entre janvier 2016 et juin 2023.



En 2023 (janvier-juin), le fentanyl était impliqué dans 84% des décès accidentels apparents liés à la toxicité des opioïdes.

# Qu'est-ce le fentanyl?

- Créé en laboratoire, le fentanyl est un opioïde antidouleur extrêmement puissant.
- Généralement utilisé dans les hôpitaux, le fentanyl peut aussi être prescrit par un médecin pour contrôler la douleur sévère .
- Il est disponible par l'entremise d'une prescription légale , mais peut aussi être produit et vendu illégalement, ce qui est très dangereux en raison de sa forte puissance.



# Pourquoi le fentanyl est-il si dangereux?

## Le fentanyl est une drogue dangereuse pour les raisons suivantes :

- Il est **20 à 40 fois** plus puissant que l'héroïne et **100 fois** plus puissant que la morphine. Le risque de surdose accidentel est donc très élevé.
- Le fentanyl est **invisible**, il n'a pas **de goût ni d'odeur**, ce qui le rend **difficile à détecter**.
- Il peut être **mélangé à d'autres drogues** telles que l'héroïne et la cocaïne. On en trouve aussi dans des comprimés de contrefaçon fabriqués de manière à les faire passer pour des opioïdes vendus sur ordonnance.



# Le fentanyl illégal

Le fentanyl est une drogue illégale de plus en plus courante non seulement parce qu'il est facile à produire, mais aussi parce qu'il est extrêmement puissant même à petite dose.

Certaines drogues de rue comme la cocaïne et les méthamphétamines peuvent être **contaminées** par le fentanyl, ce qui **augmente le risque** de mort par surdose. La contamination peut être accidentelle lorsque différents types de drogues sont produits ou stockés dans un même lieu.

Les personnes qui produisent des drogues illégales **ne contrôlent pas** nécessairement la quantité de fentanyl présente, ce qui rend les drogues de rue de plus en plus dangereuses.

# Approvisionnement en drogues toxiques

Lorsqu'on prend des drogues illégales, il est impossible de savoir exactement ce que l'on prend. Les drogues illégales courantes sont de plus en plus contaminées par des opioïdes puissants comme le fentanyl. Le fentanyl est invisible, inodore et n'a pas de goût, et quelques grains peuvent suffire à tuer une personne normale. Les surdoses surviennent chez des personnes qui n'ont pas réalisé qu'elles avaient pris un opioïde.

**Ne prenez** jamais une substance si vous ne savez pas ce qu'elle contient.

Une petite quantité de fentanyl peut suffire à vous tuer.

**Connaître les risques** et savoir comment les réduire peut **sauver votre vie ou celle d'une autre personne.**



# SOYEZ AU FAIT

DROGUES : OBTENEZ LES FAITS. CONNAISSEZ LES RISQUES.



**Merci d'avoir terminé la première partie de l'expérience  
d'apprentissage autodirigé Soyez au Fait des Opiïdes!**

Nous vous conseillons de passer à la deuxième partie!

# SOYEZ AU FAIT

**DROGUES : OBTENEZ LES FAITS. CONNAISSEZ LES RISQUES.**

**Expérience d'apprentissage autodirigé Soyez au Fait des Opioides | Deuxième partie**

# Surdose d'opioïdes

- Une surdose peut se produire lorsque vous consommez une trop grande quantité d'un opioïde. Les opioïdes affectent la partie du cerveau qui contrôle la respiration. Lorsque vous consommez une plus grande quantité d'opioïdes que ce que peut accepter votre corps, votre respiration ralentit. Cela peut entraîner une perte de conscience et même la mort.
- Toute personne qui consomme des opioïdes prescrits ou illégaux peut être victime de surdose, mais certains facteurs augmentent les risques, dont:
  - Prendre des opioïdes prescrits plus souvent ou à des doses plus élevées que celles recommandées
  - Mélanger des opioïdes avec de l'alcool ou d'autres drogues
  - Prendre une dose plus élevée d'un opioïde auquel votre corps n'est pas habitué
  - Prendre des drogues illégales, car vous ne savez pas ce qu'elles contiennent

# Signes d'une surdose d'opioïdes

**Vous pourriez aider à sauver une vie.**

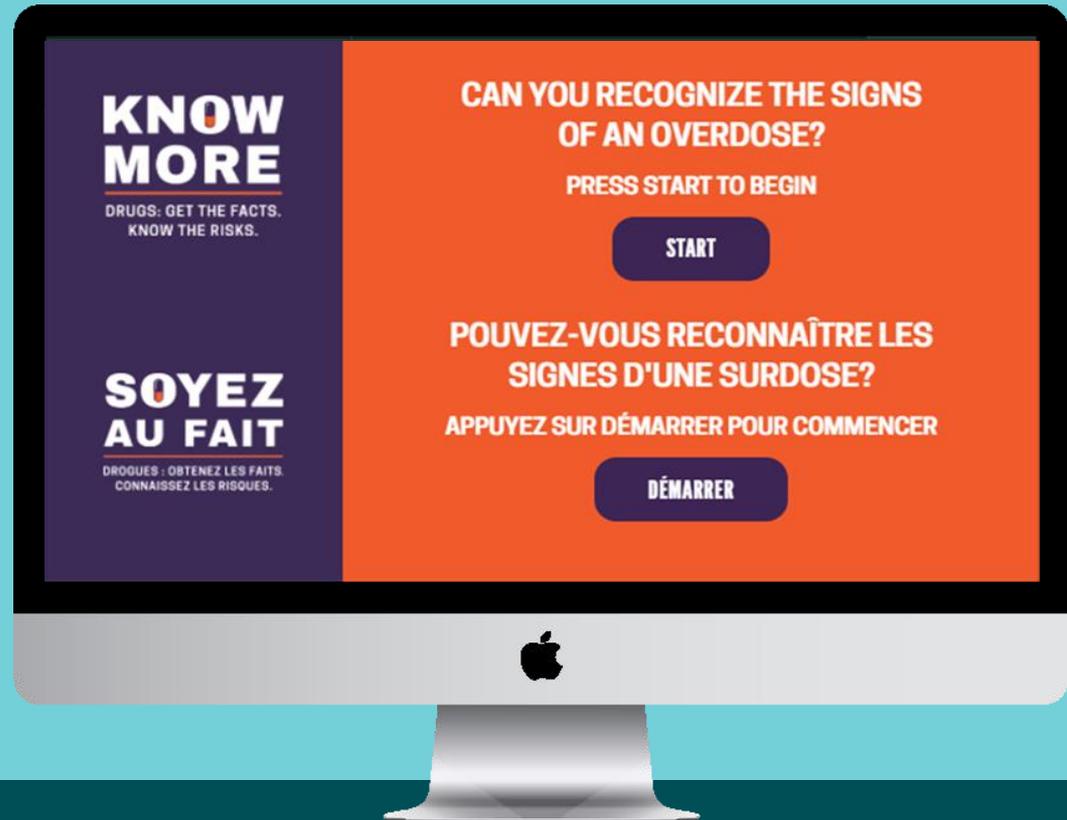
Il est important de reconnaître les signes et les symptômes d'une surdose, notamment :

- Les difficultés à marcher, à parler, à rester éveillé
- Les lèvres ou ongles bleus ou gris
- Les pupilles très petites
- La peau froide et moite
- Les étourdissements et de la confusion
- La somnolence extrême
- Les bruits d'étouffement, de gargouillement ou de ronflement
- La respiration lente, faible ou inexistante
- L'incapacité à se réveiller, même lorsqu'on secoue une personne ou qu'on lui crie dessus



# ACTIVITÉ : Signes d'une surdose

Connaître les signes  
d'une surdose d'opioïdes  
et savoir réagir.



# La naloxone, c'est quoi?

La naloxone est un médicament à action rapide utilisé pour inverser temporairement les effets des surdoses d'opioïdes.

La naloxone peut rétablir la respiration en 2 à 5 minutes. Quand une personne prend un opioïde, il interagit avec certains récepteurs dans son cerveau. La naloxone fonctionne en bloquant les récepteurs du cerveau utilisés par les opioïdes. Cela permet d'inverser ou de bloquer temporairement les effets des opioïdes sur votre corps .

La naloxone ne fonctionne que si la personne a consommé des opioïdes :

- fentanyl
- héroïne
- morphine
- codéine



# La naloxone, c'est quoi?

La naloxone n'agit que temporairement.

La naloxone n'est active dans le corps que pendant 20 à 90 minutes, mais les effets de la plupart des opioïdes durent plus longtemps. C'est-à-dire que les effets de la naloxone deviennent moins forts avant que les opioïdes ne soient éliminés du corps, d'où le risque que la personne cesse de respirer de nouveau. Il est donc important que la personne ait un suivi médical.

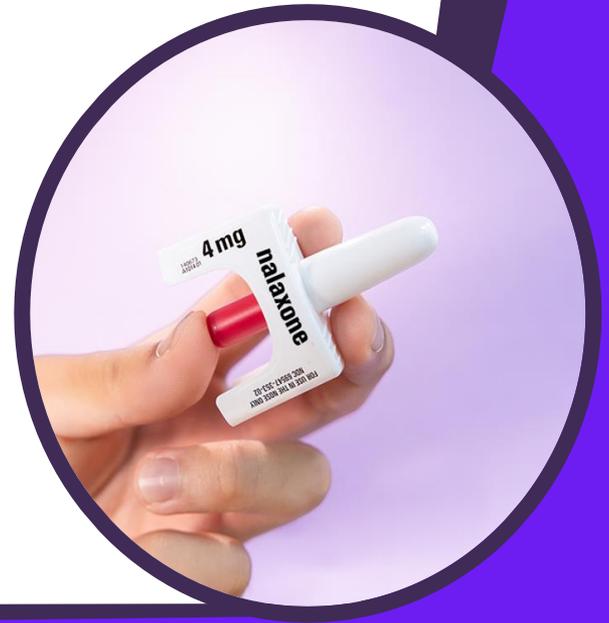
La naloxone peut parfois nécessiter une nouvelle utilisation, selon la quantité ou du type d'opioïde consommé, ou de la manière dont les opioïdes ont été pris (par exemple : par voie orale, par injection).

# La naloxone, c'est quoi?

La naloxone est sûre pour tous les âges.

Elle fait effet seulement si des opioïdes sont présents dans votre corps. Il est impossible de faire un mauvais usage de la naloxone. Vous ne pouvez pas développer une dépendance à la naloxone. La naloxone ne procure pas de sensation d'euphorie et n'est utilisée que pour inverser une surdose d'opioïdes.

En cas de doute, il faut toujours administrer la naloxone. Elle n'a pas d'effets secondaires et peut être administrée en toute sécurité, même si la personne n'a pas consommé d'opioïdes.



Au Canada, deux types de trousse sont disponibles :

**1**

**La naloxone en vaporisateur est vaporisée directement dans le nez, où elle est absorbée.**

Elle commence à faire effet au bout de 2 à 3 minutes.



**Les trousse de naloxone ont permis d'inverser avec succès des milliers de surdoses à travers le Canada.**

# 2

La naloxone injectable est injectée dans n'importe quel muscle du corps, comme le bras ou la cuisse.

Elle commence à faire effet au bout de 2 à 3 minutes.



Les trousse de naloxone ont permis d'inverser avec succès des milliers de surdoses à travers le Canada.

# Où se procurer de la naloxone?

Où se procurer de la naloxone?

La naloxone est disponible dans la plupart des pharmacies sans prescription ou ordonnance. Certaines provinces offrent gratuitement des trousse de naloxone à emporter.

Consultez les sites de santé de votre province ou [Canada.ca](http://Canada.ca) pour savoir où trouver ces trousse.



# La Loi sur les bons samaritains secourant les victimes de surdose

- Lors d'une surdose, la priorité absolue est de sauver la vie de la personne qui est victime en appelant le **911** ou les services d'urgence de votre localité et attendre que les secours arrivent.
- Donner de la Naloxone si vous en avez.
- **Restez sur place** pour aider la victime.
- Lorsque vous appelez les secours d'urgence, la *Loi sur les bons samaritains secourant les victimes de surdose* vous protège. Vous **n'aurez pas de problème** si vous êtes gelé ou en possession de drogue lorsque vous appelez les services d'urgence pour aider à sauver la vie d'une personne.
- La Loi sur les bons samaritains vous protège contre :
  - Des accusations de possession simple de drogue.
  - Des conditions relatives à la possession simple dans les situations suivantes : liberté provisoire, ordonnance de probation, libération conditionnelle et ordonnance de sursis.

## Sachez reconnaître les signes d'une surdose d'opioïdes



Lèvres ou ongles bleus ou gris



Étourdissements et confusion



Incapacité à se réveiller



Bruits de suffocation, gargouillements ou ronflements



Respiration lente, faible ou inexistante



Somnolence ou difficulté à rester éveillé

## Vous soupçonnez une surdose?

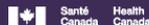
APPELEZ  
LE **911** ou  
votre numéro  
d'urgence local

Administrez  
de la **naloxone**  
si vous en avez

**Restez** avec  
la personne  
jusqu'à l'arrivée  
des secours

Vous avez le pouvoir  
de sauver une vie.

Renseignez-vous sur [Canada.ca/Opioids](https://Canada.ca/Opioids)  
Ensemble, nous pouvons mettre  
#FinAuxSurdoses



Canada

## Sauver une vie est la grande priorité lors d'une surdose

Même si vous avez pris de la drogue ou en avez sur vous, La *Loi sur les bons samaritains secourant les victimes de surdose* vous protège contre:

- les accusations de possession simple
- les accusations de manquement à une condition relative à la possession simple dans les situations suivantes:

liberté provisoire

libération conditionnelle

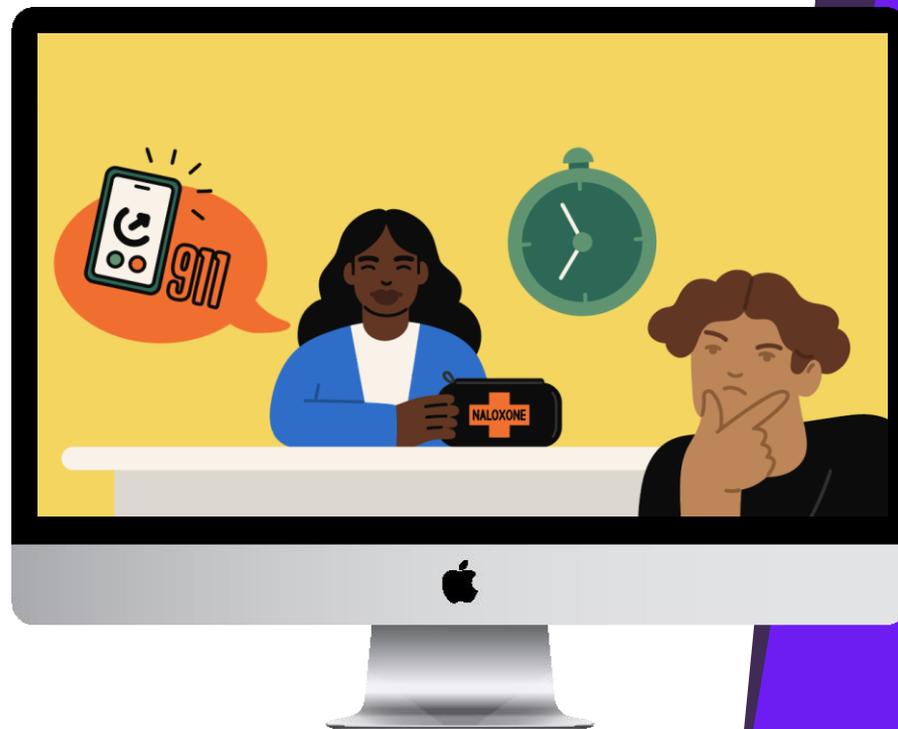
ordonnance de probation

ordonnance de sursis

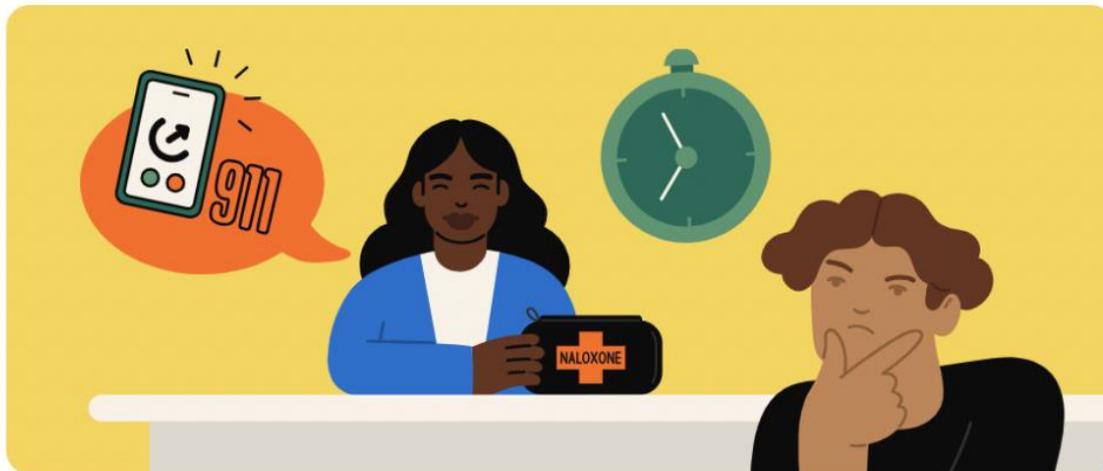
**La loi s'applique à la personne en situation de surdose, à la personne qui demande de l'aide et à quiconque se trouve sur les lieux lors de l'arrivée des secours.**

# Activité: Naloxone

Testez vos connaissances sur la Naloxone et la *Loi du bon samaritain secourant les victimes de surdose*. Cliquez sur continuer.



# Intro de l'activité



Dans cette activité, tu vas jouer contre la montre tout en t'informant sur la naloxone et la *Loi sur les bons samaritains secourant les victimes de surdose*. En cas d'urgence, comme une surdose d'opioïdes, le temps presse. Ta préparation t'aidera à réagir rapidement et peut te permettre de sauver une vie!

**Deviens un bon samaritain** Joue aux 4 jeux pour gagner des insignes et savoir comment aider une victime de surdose d'opioïdes. À la fin de ces 4 jeux, tu sauras ce qu'est la naloxone et son fonctionnement, tu comprendras la *Loi sur les bons samaritains secourant les victimes de surdose* et tu sauras où te procurer de la naloxone...

COMMENCER

# Dépendance

- Lorsqu'une personne est aux prises avec une dépendance, elle a une forte envie de drogues et continue d'en consommer malgré les dangers qu'elles représentent. La drogue devient le centre des émotions, des pensées et des activités de cette personne.
- La dépendance provoque une modification dans le cerveau ce qui rend difficile d'arrêter de consommer des drogues même si on le désire; c'est dû au fait que le corps s'habitue à sa dose régulière de drogue, mais la bonne nouvelle est qu'il est possible d'obtenir de l'aide et de se rétablir.



# Dépendance

- Une personne qui a développé une dépendance aux drogues et cesse d'en consommer ou réduit la dose rapidement ressentira des symptômes de sevrage. (frissons/sueurs/diarrhée/nausée/douleur d'estomac/douleur corporelle/douleur généralisée ou accrue).
- La sévérité des symptômes de sevrage dépend de :
  - La quantité de drogue consommée
  - Le type de drogue consommée et
  - La durée de la consommation



# Dépendance

Les personnes souffrant de dépendance peuvent obtenir un soutien.

La dépendance n'est pas  
un choix et il est **possible**  
d'aller mieux.



# Points clés à retenir

- Les **opioïdes** sont des médicaments qui ont des propriétés antidouleur et sont principalement utilisés pour **traiter la douleur**.
- Si on vous prescrit un opioïde, suivez **toujours** les indications de votre médecin .
- Le fentanyl est l'un des **opioïdes les plus puissants**.
- Le fentanyl **peut être prescrit**, mais il peut aussi être fabriqué et **vendu illégalement** et mélangé à d'autres drogues de rue. Une petite quantité peut vous tuer.
- Environ  $\frac{3}{4}$  des décès liés aux opioïdes sont dus **au fentanyl**.
- **Apprenez à reconnaître les signes** d'une surdose d'opioïdes.
- La naloxone permet **d'inverser temporairement** une surdose d'opioïdes et vous pouvez **en obtenir gratuitement dans la plupart des pharmacies** au Canada.
- Si vous êtes témoin d'une overdose, **appelez le 911**, restez sur place et donnez de la naloxone si vous en avez.
- Même si vous avez consommé des drogues ou si vous en avez sur vous, la **Loi sur les bons samaritains secourant les victimes de surdose** vous offre une certaine protection juridique si vous restez sur place et appelez le 911.



# Ressources

[www.experiencesantecanada.ca](http://www.experiencesantecanada.ca)

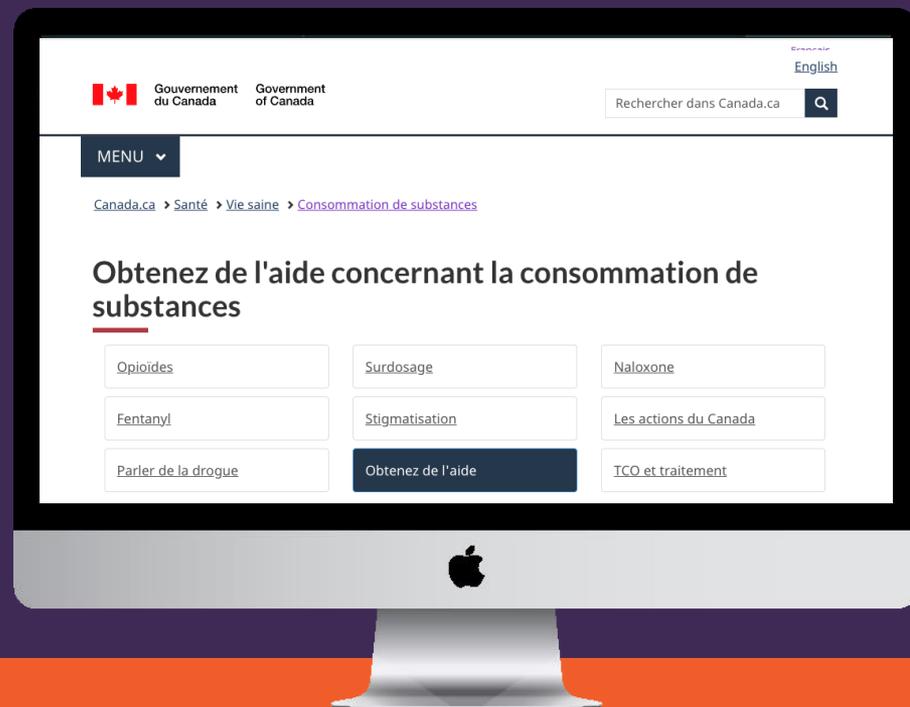
Sur le site, vous trouverez :

- Informations sur l'*expérience* Soyez au fait des opioïdes et sur d'autres expériences
- Activités numériques
- Ressources additionnelles

Il est difficile de cesser de consommer des substances, même si on en a le désir. Vous pouvez obtenir de l'aide. Visitez le site

<https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/dependance-aux-drogues/obtenez-aide-concernant-consommation-substances.html>

Si vous ou une personne de votre entourage pensez au suicide, appelez le 9-8-8 ou envoyez un message texte à ce numéro.



# Ressources additionnelles

**Vous cherchez quelqu'un à qui parler?**

Veillez consulter la page de : Jeunesse, J'écoute

**Besoin  
d'en parler?  
On est ouvert.**



Texte à 686868

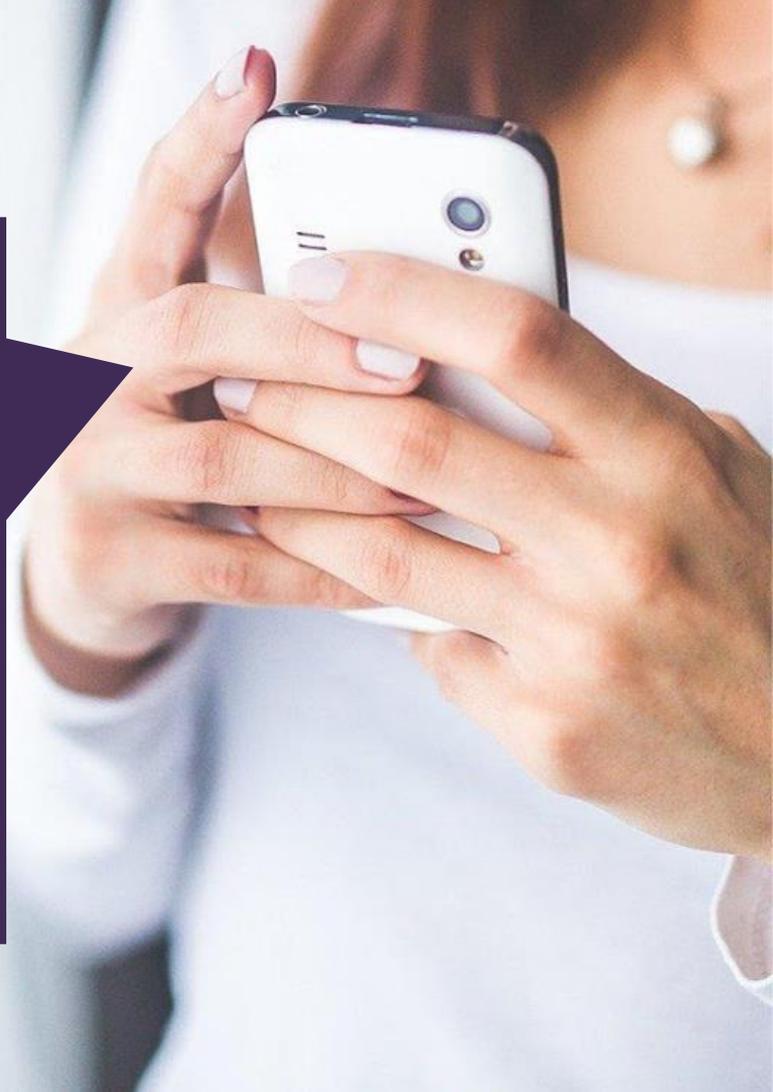


[JeunesseJecoute.ca](http://JeunesseJecoute.ca)



Appelle au 1-800-668-6868

Jeunesse, J'écoute



# SOYEZ AU FAIT

DROGUES : OBTENEZ LES FAITS. CONNAISSEZ LES RISQUES.



Merci d'avoir terminé la deuxième partie de l'expérience d'apprentissage autodirigé Soyez au fait des Opioides!