

Information concernant des façons de fumer à moindres risques : méthamphétamine en cristaux

Ce feuillet d'information fournit aux prestataires de services des moyens de renseigner et de guider leurs client·e·s afin qu'ils et elles adoptent des façons à moindres risques de fumer de la méthamphétamine en cristaux. La méthamphétamine en cristaux est un stimulant. Cela signifie qu'elle excite l'organisme, ce qui peut faire augmenter la fréquence cardiaque, le niveau d'énergie et la vigilance.

Fumer des drogues peut entraîner toute une série de problèmes de santé, notamment des coupures, des brûlures, des cloques et des plaies sur la bouche, les lèvres et les gencives, des infections transmises par le sang telles que les hépatites B et C, et d'autres infections telles que la pneumonie. Fumer des drogues implique également un risque de surdose ou méfait lié aux drogues contaminées.

Les personnes qui fument des drogues peuvent réduire considérablement le risque de problèmes de santé en utilisant leur propre matériel, en ne partageant pas ces articles et en adoptant d'autres façons plus sécuritaires de fumer. L'accès aux articles destinés à la réduction des méfaits et à l'information favorise un usage aussi sécuritaire que possible des drogues. C'est également un moyen d'établir des relations et d'orienter les personnes vers d'autres services sociaux et de santé, notamment des services de traitement.

FEUILLET
D'INFORMATION

Mise à jour
2025

www.catie.ca

 /CATIEinfo

Matériel pour fumer à moindres risques

L'utilisation de matériel permettant de fumer de façon plus sécuritaire et le fait de ne pas partager ces articles sont des moyens de prévenir la transmission d'infections telles que l'hépatite B et C, et de réduire les risques de coupures et de brûlures aux lèvres et à la bouche. Tous les articles sont destinés à un usage personnel et ne doivent être partagés avec personne. Du sang, même en quantité invisible, peut persister sur les produits utilisés et servir de véhicule à la transmission d'infections si ceux-ci sont partagés.

Il est recommandé d'utiliser le matériel suivant pour prévenir de tels problèmes et promouvoir des façons plus sécuritaires de fumer :

- Tampons imbibés d'alcool : pour se nettoyer les doigts et les surfaces de préparation
- Pipe à récipient : pour inhaler des drogues qui produisent de la vapeur lorsqu'elles sont chauffées (également appelée pipe à bulles).
- Embout buccal : placé sur l'embouchure d'une pipe pour plus de sécurité.

Fumer de la méthamphétamine en cristaux de façon plus sécuritaire

Les prestataires de services qui interviennent auprès des personnes qui fument des drogues doivent leur expliquer comment fumer de la méthamphétamine en cristaux de manière plus sécuritaire. Voici quelques conseils généraux sur les façons plus sécuritaires de fumer, visant à réduire le risque de lésions, d'infections et d'autres préjudices pour la santé :

- Les mains et les surfaces de préparation doivent être nettoyées avec de l'eau et du savon ou des tampons imbibés d'alcool afin de réduire le risque d'introduire dans l'organisme des germes susceptibles de provoquer des infections.

- L'utilisation d'une pipe à récipient fournie par un programme de réduction des méfaits permet de prévenir certains effets nuisibles. Les pipes de fortune fabriquées à partir d'autres objets peuvent dégager des fumées nocives ou provoquer des coupures et des brûlures. Modifier une pipe à récipient peut avoir pour effet d'endommager le verre et de le rendre plus susceptible de se casser ou d'exploser.
- Un embout buccal doit être fixé à l'extrémité de la pipe à récipient. Cela permet de réduire les risques de brûlures et de lésions à la bouche et de coupures aux lèvres. Il faut éviter de partager les embouts buccaux afin de prévenir la transmission de virus et de bactéries susceptibles de provoquer des infections.
- La pipe doit être tenue à mi-hauteur du tuyau pour éviter de se brûler les doigts, car elle devient très chaude.
- La vapeur doit être expirée immédiatement pour éviter de se brûler les poumons.
- Tous les articles utilisés pour fumer doivent être remplacés s'ils ont été utilisés par une autre personne. Une pipe à récipient, ébréchée, fissurée ou brûlée doit être remplacée. Il faut la placer dans un contenant pour objets coupants ou dans une bouteille en plastique dur et la déposer dans un centre de réduction des méfaits pour qu'elle soit jetée convenablement.

Conseils importants concernant les façons plus sécuritaires de fumer de la méthamphétamine en cristaux

Mélange de différentes substances

Le mélange de drogues comporte des risques. Le mélange de différentes drogues peut avoir des effets plus puissants ou d'une autre nature que l'une ou l'autre drogue prise seule. Mélanger des stimulants comme la méthamphétamine en cristaux avec des opioïdes comme le fentanyl ou l'héroïne fait augmenter le risque de crise cardiaque, d'accident vasculaire cérébral (AVC) et de surdose. Par ailleurs, les drogues ne restent pas toutes dans l'organisme pendant la même durée. Il est important de toujours commencer par une faible quantité et de redoubler de prudence en cas d'utilisation de doses multiples ou de mélange de drogues.

Pratiques sexuelles plus sécuritaires

La méthamphétamine en cristaux est parfois utilisée pour intensifier les activités sexuelles. Son usage est associé à des activités sexuelles qui présentent un risque accru de transmission du VIH et d'autres infections transmissibles sexuellement et par le sang (ITSS). Il faut donc proposer du matériel de protection sexuelle, comme des condoms, des gants, des membranes et du lubrifiant, afin de prévenir la transmission de ces infections. On peut orienter les personnes vers un prestataire de soins de santé qui pourra leur prescrire une prophylaxie pré-exposition (PrEP), un médicament qui sert à prévenir l'infection par le VIH. La PrEP ne protège pas contre d'autres infections.

Surexcitation liée à l'usage de stimulants (« overamping »)

Voici les signes possibles d'un état de surexcitation lié à l'usage de stimulants : accélération de la fréquence cardiaque, douleurs thoraciques, rigidité ou secousses des membres, sensation de peau chaude ou moite, anxiété, agitation et hallucinations. Si une personne est en état de surexcitation, elle aura sans doute besoin d'aide pour se calmer, se rafraîchir et se reposer. Des soins

médicaux d'urgence sont nécessaires en cas de douleur thoracique intense ou de convulsions, si la personne perd connaissance ou si elle ne respire plus. La naloxone n'agit que sur les opioïdes et ne neutralise pas l'état de surexcitation lié à l'usage de stimulants, mais son utilisation est sans danger et peut être utile si on soupçonne une surdose d'opioïdes.

Surdose (drogues contaminées)

Lorsqu'une personne fait usage de drogues provenant du marché illégal, le risque de surdose ou de contamination est plus élevé. On peut essayer de prévenir les surdoses ou de s'y préparer par les moyens suivants :

- utiliser les drogues en compagnie d'autres personnes ou dans un site de consommation supervisé;
- commencer par une faible quantité et augmenter doucement la dose;
- faire analyser ses drogues, si c'est possible;
- avoir de la naloxone en sa possession et savoir comment l'utiliser.

La naloxone permet de neutraliser temporairement une surdose d'opioïdes. Une personne peut être en proie à une surdose d'opioïdes si elle ne réagit pas ou perd connaissance, si elle respire lentement ou pas du tout, si elle ronfle ou émet des bruits d'étouffement ou de gargouillement, si sa peau est froide ou moite ou si ses lèvres et ses ongles sont bleus ou gris.

Ressources

Répondre à une surdose d'opioïdes, Répondre à une surconsommation ou à une surdose de stimulants – CATIE, Toward the Heart BCCDC Harm Reduction Services

Les bases de la réduction des méfaits : trousse pour prestataires de services – CATIE

Parlons-en! Le matériel de réduction des méfaits comme outil d'interaction – Programme ontarien de distribution des ressources pour la réduction des méfaits

Recommandations de pratiques exemplaires
pour les programmes canadiens de réduction
des méfaits – Groupe de travail sur les pratiques
exemplaires pour les programmes de réduction des
méfaits au Canada

Remerciements

Cette ressource est adaptée du guide intitulé
*Parlons-en! Le matériel de réduction des méfaits
comme outil d'interaction*, du Programme ontarien
de distribution des ressources pour la réduction des
méfaits (PODRRM). CATIE remercie également les
réviseur-e-s qui ont contribué par leur expertise à
l'élaboration de ce document.

Déni de responsabilité

CATIE renforce la réponse pancanadienne face au VIH et à l'hépatite C en faisant le pont entre la recherche et la pratique. Nous mettons les travaux scientifiques les plus récents à la disposition des prestataires de soins de santé et de services communautaires et promouvons les pratiques exemplaires des programmes de prévention, de traitement et de réduction des méfaits.

CATIE s'efforce d'offrir l'information la plus à jour et la plus précise au moment de mettre sous presse, mais cette information ne doit toutefois pas être considérée comme des conseils médicaux. Toute décision concernant un traitement médical particulier devrait toujours se prendre en consultation avec un-e professionnel-le de la santé qualifié-e. À des fins de promotion de la santé publique, les ressources offertes par CATIE peuvent contenir des descriptions ou des représentations de nature sexuelle ou concernant l'usage de drogues. Les opinions exprimées dans les présentes peuvent ne pas refléter les politiques ou les opinions de CATIE ou de ses partenaires ou bailleurs de fonds.

Le présent document a été produit grâce à une contribution financière de l'Agence de la santé publique du Canada.

Reproduction de ce document

Ce document est protégé par le droit d'auteur. Il peut être réimprimé et distribué dans son intégralité à des fins non commerciales sans permission, mais toute modification de son contenu doit être autorisée. Le message suivant doit apparaître sur toute réimpression de ce document : *Ces renseignements ont été fournis par le Réseau canadien d'info-traitements sida (CATIE). Pour plus d'information, veuillez communiquer avec CATIE à info@catie.ca.*

Les feuillets d'information de CATIE sont disponibles gratuitement à l'adresse www.catie.ca

www.catie.ca

 /CATIEinfo



La source canadienne
de renseignements sur
le VIH et l'hépatite C