USAGES D'OPIACÉS EN PÉRIODE DE CONFINEMENT : QUELLES PRÉCAUTIONS ?

L’usage d’opiacés(*) expose à un risque d’overdose mais aussi de contamination par le virus COVID-19. Quelles précautions faut-il prendre en cette période de confinement ?

1) Éviter de consommer seul

En consommant un opiacé vous pouvez faire une overdose. C’est l’action des personnes présentes qui peut vous sauver la vie. Dans la mesure du possible, ne consommez pas seul ! Si vous n’avez pas d’autres solutions, soyez particulièrement vigilant aux quantités et à ce que vous ressentez (cf point 3)

2) Précautions pour ne pas être contaminé par le coronavirus

Compte tenu de la forte contagiosité du coronavirus COVID-19 il est plus que jamais indispensable de suivre quelques règles d’hygiène pour réduire les risques de contagion au moment de la consommation.

3) Précautions pour limiter le risque d’overdose

Si vous reprenez votre consommation après une période d’abstinence consommez d’abord des quantités réduites.

Evitez les mélanges avec d’autres substances, notamment celles qui peuvent accentuer une dépression respiratoire : benzodiazépines, alcool…

Evitez de consommer par injection. Bien qu’aucun mode de consommation ne protège de l’overdose, il y a moins de risques d’en faire une si l’on consomme par inhalation, ingestion ou sniff.

4) Se munir de kits anti-overdose à base de naloxone

Un kit anti-overdose à base de naloxone (Prenoxad®, Nalscue®) est sans danger pour la santé et permet de bloquer en urgence les effets des opiacés. Que vous soyez un usager ou un proche vous pouvez obtenir des kits à base de naloxone dans certaines pharmacies, les CAARUD(*) ou les CSAPA(*).

Pendant l’épidémie de COVID-19 les CAARUD et CSAPA restent ouverts avec des horaires et des conditions d’accueil adaptées. Renseignez-vous avant de vous déplacer.

5) Apprendre à reconnaître une overdose et à réagir

La formation en ligne gratuite de l’association SAFE permet en une heure d’apprendre les bons gestes : reconnaître l’overdose, comment réagir, comment utiliser un kit anti-overdose, les gestes de premier secours…

(*) Opiacés : héroïne, opium, morphine, fentanyl, oxycodone, opiacés synthétiques, méthadone, buprénorphine…

(*) CAARUD : Centre d’Accueil et d’Accompagnement à la Réduction des risques liés à l’Usage de Drogues

(*) CSAPA : Centre de Soins, d’Accompagnement et de Prévention en Addictologie

Articles en lien :

Épidémie de COVID-19 : plus que jamais la réduction des risques

Vidéo : que faire si quelqu'un fait une overdose d'opiacé ?

Overdoses d'opiacés : de la naloxone disponible en pharmacie