

DÉCONFINEMENT ET REPRISE D'OPIACÉS : LES PRÉCAUTIONS À PRENDRE



Vous êtes consommateur ou consommatrice d'opiacés (héroïne, morphine, tramadol, fentanyl, méthadone, ...) et vous avez peut-être réduit ou stoppé votre consommation durant le confinement. Alors que s'amorce le déconfinement, soyez très vigilant si vous reprenez des opiacés. Le risque d'overdose est particulièrement élevé à la reprise de la consommation. Drogues info service fait le point pour vous aider à prendre soin de vous (ou d'un proche concerné).

Éviter l'overdose

Si vous envisagez de reprendre votre consommation d'opiacés, attention à la surdose ! Après une période d'abstinence ou de diminution de votre consommation votre organisme est plus sensible aux effets recherchés et supporte moins bien les effets secondaires. En cas de reprise il est conseillé de commencer par consommer de petites quantités de produit. Ne démarrer pas aux doses auxquelles vous étiez habitué avant le confinement.

Nous vous conseillons :

- De ne pas consommer seul pour permettre aux personnes présentes de réagir en cas de problème
- D'avoir à portée de main des kits anti-overdose à base de naloxone (Nalscue®, Prenoxad®)
- D'appeler les secours (15) immédiatement si vous ne vous sentez pas bien

L'épidémie de COVID-19 est toujours présente

Le déconfinement n'est pas la fin de l'épidémie, le virus du COVID-19 est toujours en circulation. Pour prendre soin de soi et des autres il reste donc important :

- De se laver les mains le plus souvent possible
- De garder une distance d'au moins 1 mètre avec les autres
- De porter un masque dans les lieux publics

Contre les infections, des précautions plus que jamais indispensables

Dans le cadre d'un usage de drogue, les gestes de précaution sont plus que jamais essentiels :

- S'approvisionner en matériel de consommation adapté et permettant la réduction des risques (kits d'injection, kits de sniff...) (*)
- Ne pas partager son matériel de préparation et de consommation (pipe, paille, seringue, coupelle, filtre ... et sa drogue)
- Respecter une hygiène stricte : bien se laver les mains avant et après la préparation de la consommation, ouvrir et manipuler au dernier moment le matériel stérile (seringue, paille, cuillère, filtre, diluant...) nettoyer les surfaces de préparation de la consommation.

Après le confinement continuons à prendre soin de nous et des autres !

(*) Vous pouvez vous procurer du matériel de réduction des risques liés à l'usage de drogues auprès de certaines pharmacies, d'associations et de lieux de réduction des risques (notamment les CAARUD) ou encore en commander auprès de l'association SAFE (<https://rdr-a-distance.info/index.php>).

Pour en savoir plus :

EN PRATIQUE : RÉDUIRE LES RISQUES DE SURDOSE AUX OPIOÏDES PENDANT LA CRISE

Articles en lien :

Usage d'opiacés en période de confinement : quelles précautions ?

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

Que faire si quelqu'un fait une overdose d'opiacés ?