

Le dico des drogues

Ketamine

La kétamine est à l'origine un médicament, dérivé de la phencyclidine, utilisé comme anesthésique général en médecine humaine et animale. Elle se présente sous forme de poudre cristalline blanche, de liquide (ampoules, flacons) ou de comprimé ou gélule (rare en France).

Appellations : spécial K, K, ket, kéta, Kit Kat, Vitamine K, Kétalar

Interdit

Statut légal

La kétamine est une drogue classée parmi les stupéfiants, à l'exception des préparations injectables réservées aux milieux hospitaliers et vétérinaires.

L'usage est interdit : l'article L3421-1 du Code de la Santé Publique prévoit des amendes (jusqu'à 3 750€) et des peines de prison (jusqu' à 1 an).

L'incitation à l'usage et au trafic et la présentation du produit sous un jour favorable sont interdites : l'article L3421-4 du Code de la Santé Publique prévoit des amendes (jusqu'à 75 000€) et des peines de prison (jusqu'à 5 ans).

Les actes de trafic sont interdits : les articles 222-34 à 222-43 du Code Pénal prévoient des amendes (jusqu'à 7 500 000 €) s'accompagnant de peines de prison (jusqu'à 30 ans de réclusion criminelle).

Pour en savoir plus, lire notre dossier sur ["La loi et les drogues"](#).

Dépistage

La kétamine est dépistée dans les urines jusqu'à un jour après la prise.

Mode de consommation

La kétamine est le plus souvent sniffée sous forme de poudre.

Elle peut également être ingérée, bue, ou injectée en intraveineuse ou en intramusculaire, mais ces pratiques restent marginales.

Effets recherchés

L'intensité des effets varie selon chaque personne, le contexte dans lequel elle consomme, la quantité et la qualité de produit consommé, le mode de consommation.

Les premiers effets ressentis sont généralement un apaisement, lié à l'effet anesthésique, et une euphorie.

La kétamine modifie et/ou intensifie les perceptions sensorielles : elle provoque des troubles de la vision et des sensations hallucinatoires qui peuvent varier considérablement d'une fois à l'autre et selon la dose absorbée.

A faible dose, les effets prennent la forme d'une sensation de flottement, d'impression que les mouvements se ralentissent dans un état de rêve éveillé coloré et cotonneux.

A forte dose, les effets peuvent prendre la forme d'impressions délirantes (visions déformées des personnes et des objets, sentiment que le temps s'arrête, perte de la sensation physique de son corps) ou d'hallucinations, notamment celle de sortir de son propre corps. Dans ce dernier cas, les effets décrits par les usagers s'apparentent aux expériences de mort imminente rapportées par certaines personnes atteintes de coma.

Durée des effets : L'apparition et la durée des effets dépendent du mode de consommation. En sniff, la kétamine agit en 5 à 10 minutes et ses effets durent entre 1 et 2 heures. Ingérée, elle met 20 à 30 minutes pour agir pour une durée d'environ 4 heures. Par injection intraveineuse, les effets surviennent au bout de quelques secondes et durent une dizaine de minutes. Par injection intramusculaire, ils mettent entre 2 à 4 minutes pour se faire sentir et durent environ 1 heure.

Effets secondaires

Les manifestations les plus fréquentes et les premières observées sont :

- des troubles de la vision et de l'élocution,
- une réduction du rythme respiratoire,
- des nausées et des vomissements.

D'autres troubles peuvent également apparaître :

- élévation de la fréquence cardiaque et de la tension artérielle,
- confusion et propos incohérents,
- perte de la coordination motrice et rigidité musculaire (sensations d'engourdissement et de crampes).

Risques et complications

Le principal risque auquel expose l'usage de kétamine est ce que les usagers décrivent sous le terme de "K-hole" et qui est à rapprocher de la notion de "bad trip". Le K-hole se caractérise par des troubles de l'humeur et du comportement, une perte d'identité et du contact à la réalité, des visions effrayantes, cauchemardesques qui peuvent conduire à un état de panique. Ces épisodes peuvent être suivis de phases

d'anxiété et/ou de dépression ; ils peuvent aussi occasionner des troubles psychiatriques graves nécessitant une prise en charge hospitalière et un traitement.

L'usager de kétamine est plus vulnérable aux accidents (chutes, brûlures accidentelles, etc.) du fait des caractéristiques anesthésiantes de cette drogue qui entraînent une insensibilité à la douleur, une baisse des perceptions sensorielles et une incapacité à se déplacer normalement.

Chez les usagers réguliers, la kétamine peut entraîner une inflammation sévère des voies urinaires. Les dommages peuvent être irréversibles.

Risques de surdosage : La surdose de kétamine est rare (mais c'est une urgence médicale mettant en cause le pronostic vital).

Il y a surdose lorsque la quantité injectée ou sniffée dépasse la limite tolérée par l'organisme ; cette limite varie considérablement d'un usager à l'autre selon les habitudes de consommation.

Elle peut entraîner une dépression respiratoire et des pertes de connaissance mais elle peut aussi provoquer un coma ou une défaillance cardiaque voire un accident vasculaire cérébral.

Dépendance

En général, l'usage de kétamine n'est ni régulier ni chronique, car il correspond à une recherche d'expérience ponctuelle.

Toutefois, l'usage chronique et prolongé de la kétamine est susceptible de devenir compulsif et ainsi de créer une dépendance.

De la même manière, l'usage chronique et prolongé de kétamine entraîne une tolérance, c'est-à-dire que l'usager a besoin d'augmenter les doses ou la fréquence d'usage pour obtenir l'effet désiré.

Grossesse

En l'absence de données sur les risques de l'usage de Kétamine durant la grossesse, il est fortement déconseillé d'en consommer durant la grossesse.

Si vous êtes enceinte et en difficulté avec votre consommation de drogue, n'hésitez pas à prendre contact avec une équipe spécialisée. Lire notre article [*Je suis enceinte et je ne parviens pas à arrêter de consommer.*](#)

Conseils de réduction des risques

Toute consommation expose à des risques. Il est toujours préférable de s'abstenir et en tout cas de reporter la consommation quand on se sent fatigué, stressé, mal ou qu'on éprouve de l'appréhension.

- La consommation d'un hallucinogène comme la kétamine ne doit jamais être envisagée quand on est seul, il est important d'être entouré de personnes de confiance, averties et n'ayant pas consommé.
- Afin de limiter les risques de blessures et d'accidents liés à l'effet anesthésiant et à l'incapacité de se déplacer normalement, il est important de consommer dans un endroit calme, confortable et ne nécessitant pas de se déplacer.
- La prise d'un repas est déconseillée à cause des risques de nausées.
- Ne pas mélanger plusieurs produits ensemble.
- Limiter la fréquence de la consommation.

- Eviter de conduire un véhicule ou d'entreprendre une activité « à risques ».

En cas de « bad trip », proposer à l'usager un lieu calme et propice à la détente, lui rappeler qu'il se trouve sous les effets de la drogue et qu'ils vont se dissiper.

L'injection est à éviter en raison des risques supplémentaires liés à ce mode d'usage (infections de la peau, du sang ou réaction allergique face à une substance étrangère introduite dans l'organisme), il est de ce point de vue moins dangereux de sniffer. En outre, l'usage en sniff et par petites doses peut permettre de mieux contrôler les effets et de s'arrêter une fois ceux-ci obtenus ; toutefois ce mode d'usage n'empêche pas l'apparition d'effets secondaires et notamment de "bad trip".

L'injection représente un risque de transmission du VIH et des hépatites B et C, le sniff expose à un risque de contamination à l'hépatite C : il est donc impératif d'avoir son propre matériel, de refuser de le partager et d'utiliser des seringues ou des pailles à usage unique.