

## LE DICO DES DROGUES

# COCAÏNE



La cocaïne est extraite des feuilles du cocaïer, arbuste cultivé en Amérique du Sud. Après plusieurs manipulations chimiques, elle est d'abord transformée en pâte base (aussi appelée basuco), puis en cocaïne en poudre de couleur blanche à jaunâtre (chlorhydrate de cocaïne).

Appellations : coke, poudre, blanche, C, CC, coco, Caroline, Neige

INTERDIT

## STATUT LÉGAL

La cocaïne est une drogue classée parmi les stupéfiants.

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 "La loi et les drogues".

## DÉPISTAGE

La cocaïne est dépiستable :

- jusqu'à 24 heures dans la salive
- de 2 à 4 jours dans les urines en cas d'usage occasionnel
- 10 à 14 jours dans les urines en cas d'usage intensif sur plusieurs mois
- jusqu'à 24 heures dans le sang

Pour en savoir plus sur le dépistage, lire notre dossier "Le dépistage des drogues".

## MODES DE CONSOMMATION

- Sniffée : c'est le mode de consommation le plus courant
- Injectée : par voie intraveineuse, seule ou associée à d'autres drogues, en particulier à l'héroïne (on parle alors de « speedball »).
- Ingérée : généralement sous forme de parachute (dans une boulette de papier à cigarette) ou diluée dans une boisson.
- Fumée, inhalée : la cocaïne ne peut pas être fumée. (Mais mélangée avec du bicarbonate de soude ou de l'ammoniaque, elle se transforme en crack/free base qui peut alors être fumé ou inhalé).

## EFFETS RECHERCHÉS

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

La cocaïne est un stimulant qui produit un effet énergisant et diminue les sensations de fatigue. Ses effets varient selon le mode de prise, la quantité et la qualité du produit, mais aussi selon la personne qui la consomme et le contexte de consommation.

Elle procure :

- une exaltation de l'humeur
- un sentiment de toute puissance intellectuelle (confiance en soi et impression de lucidité accrue) et physique (grande énergie)
- une indifférence à la fatigue et à la douleur
- une aisance pour communiquer avec les autres
- une stimulation du désir sexuel

Durée des effets :

- Sniffée : La cocaïne passe dans le sang en 2 à 3 minutes. Les effets durent entre 30 et 60 minutes.
- Injectée : Le passage dans le sang est immédiat quand la cocaïne est injectée. L'effet maximal est atteint en 10 minutes et dure 30 minutes.
- Ingérée : Par voie orale, il faut 30 minutes à la cocaïne pour passer dans le sang, et 50 à 90 minutes pour que l'utilisateur ressente les effets. Ils disparaissent après 1 à 2 heures.

## EFFETS SECONDAIRES

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

**Lors d'un usage occasionnel ou à faible dose, les effets secondaires les plus fréquents sont :**

- diminution de l'appétit et de la soif
- fatigue, insomnie (liée à la perte du besoin de sommeil)
- augmentation de la température corporelle, dilatation des pupilles, bouche sèche
- agitation, langage précipité, mauvaise coordination des mouvements, hyperactivité
- sautes d'humeur, anxiété, irritabilité
- accélération du rythme cardiaque
- douleur thoracique

**Lors d'un usage répété ou à forte dose, les effets secondaires suivants s'ajoutent à ceux précédemment cités :**

- tremblements
- fièvre
- confusion mentale, délire
- crise d'angoisse intense,
- idées paranoïaques (sentiment de persécution, mégalomanie),
- mégalomanie
- illusions sensorielles multiples, voire hallucinations olfactives et tactiles
- troubles de l'érection

La cocaïne stimule l'organisme pour qu'il libère plus d'énergie. En cas de consommation répétée ou d'utilisation de fortes doses, l'organisme est sur-stimulé et risque de s'épuiser.

**Descente :**

Les effets recherchés disparaissent rapidement et laissent place à une phase de descente (ou « crash ») prononcée et désagréable. Elle se traduit par une sensation de fatigue, d'abattement, et une « inversion de l'humeur »: l'état dépressif succède à la stimulation, l'anxiété et l'irritabilité succèdent à la confiance en soi et à l'euphorie.

Cet état peut durer 1 à 2 jours lors d'un usage occasionnel ou à faible dose, et de 1 à 5 jours lors d'un usage répété ou à forte dose.

## RISQUES ET COMPLICATIONS

Les risques de la consommation de cocaïne peuvent être différents suivant l'état psychique et physique du consommateur au moment de la prise et en fonction de la quantité et de la durée de la consommation.

La cocaïne provoque un rétrécissement des vaisseaux sanguins qui entraîne une mauvaise irrigation des tissus. Les organes les plus affectés sont le cœur et le cerveau.

**Risques cardiovasculaires (ils peuvent se produire à chaque prise, quelle que soit la fréquence de consommation) :**

- Élévation de la pression artérielle
- Troubles du rythme cardiaque : battements irréguliers ou très rapides
- Infarctus du myocarde (crise cardiaque)
- Les usages réguliers peuvent provoquer une atteinte durable du muscle cardiaque (cardiomyopathie) et le rétrécissement des vaisseaux sanguins (vasoconstriction) oblige le muscle à pomper davantage et peut entraîner une fatigue cardiaque.

**Risques neurologiques (à chaque prise, quelle que soit la fréquence de consommation) :**

- Accident vasculaire cérébral (AVC), hémorragie cérébrale, en particulier chez les jeunes.
- Convulsions (raideur du corps et contractions saccadées et involontaires des muscles)

**Troubles cognitifs (importants chez les usagers chroniques) :**

- Troubles de l'attention
- Troubles de la mémoire de travail (capacité à enregistrer et traiter simultanément des informations)
- Troubles de la mémoire visuelle
- Difficultés dans la prise de décision et dans le traitement des informations entraînant des réactions inadaptées (altérations des fonctions exécutives, perte de contrôle, inhibition de la réponse)

Ils sont réversibles 6 mois à un an après l'arrêt définitif. Mais en cas d'usage précoce, les troubles de la mémoire de travail peuvent être irréversibles.

**L'usage régulier de cocaïne peut également entraîner :**

- une perforation de la cloison nasale
- des troubles cognitifs (troubles de l'attention ou de la mémoire...)
- des troubles psychiatriques (hallucinations, délires, attaques de panique...)
- des dysfonctionnements hormonaux (règles douloureuses ou absence de règles)
- des troubles de l'érection
- une insuffisance rénale

## Risques de surdosage

La surdose 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.

Les principaux signes du surdosage sont : une accélération de la respiration, des sueurs abondantes, une forte crispation des muscles, des douleurs abdominales, des nausées et vomissements. Les risques de décès par arrêt cardiaque, par arrêt respiratoire ou par hémorragie cérébrale existent dans les minutes qui suivent la consommation.

## Interactions

- Alcool

Le mélange cocaïne-alcool est à éviter car il entraîne la formation de cocaéthylène qui est particulièrement toxique pour le foie. Il augmente également les risques d'overdose, d'infarctus (crise cardiaque) et de mort subite.

- Héroïne et opiacés

Le mélange cocaïne-opiacés entraîne un risque important de surdose.

- Antidépresseurs de la classe des IMAO

La prise simultanée de cocaïne et de Moclamine® ou Marsilid®, entraîne un risque d'hypertension artérielle ou de syndrome sérotoninergique (excès de sérotonine dans le système nerveux central qui se caractérise notamment par une hyperactivité, des contractions musculaires, des sueurs et tremblements, une désorientation...). Le syndrome sérotoninergique peut être grave, voire mortel.

## DÉPENDANCE

La dépendance se traduit par une impulsion irrésistible de consommer à nouveau. Cet état est favorisé par la faible durée des effets de la cocaïne et l'état dépressif qui suit les prises.

A l'arrêt, l'usager ressent une grande fatigue voire un épuisement, il est anxieux et ne parvient pas à trouver le sommeil. Il se sent fortement déprimé.

Ces effets apparaissent généralement 2 à 4 jours après l'arrêt de la consommation et peuvent durer de 1 à 10 semaines. Cet état peut constituer un obstacle à l'arrêt. Dans ce cas une aide extérieure est nécessaire.

Consulter la rubrique Adresses utiles

## GROSSESSE

L'effet vasoconstricteur (rétrécissement des vaisseaux sanguins) de la cocaïne nuit aux échanges entre la mère et le fœtus et peut entraîner de sérieuses complications à l'origine de souffrance fœtale, de retard de croissance, de fausse couche ou d'accouchement prématuré.

Si vous êtes enceinte et en difficulté avec la cocaïne, 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.

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, en tout cas de reporter la consommation, quand on se sent fatigué, stressé, mal ou qu'on éprouve de l'appréhension. Il est également préférable de consommer avec des gens de confiance, dans un contexte rassurant.

- Attention aux doses : les premières fois, attendre de connaître les effets sur soi avant de chercher à consommer plus ou plus souvent.
- Éviter de prendre de la cocaïne en cas d'antécédents d'épilepsie, d'hypertension, de troubles psychiatriques, de troubles cardiaques ou d'asthme
- Boire de l'eau régulièrement pour éviter la déshydratation.
- Ne pas conduire de véhicule ou entreprendre une activité qui nécessite de la vigilance.
- Éviter de consommer plusieurs produits en même temps. Ne pas consommer avec de l'alcool (toxicité au niveau du foie, risques d'infarctus et de mort subite...).
  
- En cas de consommation en sniff, ne pas partager sa "paille" pour éviter la transmission de l'hépatite C.
- En cas d'injection, utiliser sa propre seringue pour éviter la transmission de l'hépatite C et du SIDA.
- Si vous vous sentez mal (Sensation de "tomber dans les pommes") : Appelez les secours, allongez-vous jambes relevées, mangez quelque chose de sucré, buvez de l'eau, reposez-vous.
- Si vous êtes témoin d'une situation où une personne perd conscience : Appelez les secours. Si la personne respire, allongez-la sur le côté, et enlevez tout ce qui peut gêner la respiration (col, ceinture...)

## Conseils spécifiques au sniff :

- Utiliser une paille à usage unique de préférence dans un matériau qui ne soit pas agressif pour les cloisons nasales. Ne pas partager sa paille afin de réduire les risques de contamination par l'hépatite B ou C. En cas d'irritation nasale, ne pas renouveler les prises.
  
- Utiliser un kit Strawbag® disponible auprès des associations de réduction des risques ou de lutte contre le sida (CAARUD). Ils peuvent également être commandés à distance auprès de Safe ou de certains CAARUD et être envoyés par la poste à votre domicile (se renseigner sur le site <http://www.rdr-a-distance.info/>). Le kit contient : deux pailles à usage unique, une coupelle miroir, deux mouchoirs en papier, deux cotons-tiges imprégnés d'huiles naturelles adoucissantes, un préservatif masculin et une dose de lubrifiant, deux doses de sérum physiologique.

- Un quart d'heure après avoir sniffé, il est recommandé de se rincer le nez avec de l'eau stérile afin de débarrasser la paroi nasale des résidus et de la coupe restante souvent irritante. Ne jamais partager sa paille, car un seul échange de paille expose à un risque de contamination à l'hépatite C.
- Enduire les narines d'huile d'amande douce pour éviter les irritations.
- Se brosser les dents une heure après la consommation en insistant sur les molaires du fond car elles subissent l'action corrosive de la poudre.