Le dico des drogues

Héroïne

L’héroïne est un opiacé synthétisé à partir de la morphine extraite du pavot. Elle se présente généralement sous forme de poudre blanche, rose, brune ou beige. L’héroïne blanche est très fine et légère. L’héroïne brune, aussi appelée brown sugar, se présente sous forme d’une substance granuleuse brune ou grise. Une troisième sorte d’héroïne peut être collante comme du goudron liquide ou dure comme du charbon. Sa couleur peut varier du brun foncé au noir.

Appellations : héro, came, meca, rabla, poudre, blanche, smack, brown sugar, black tar

Interdit

Statut légal

L’héroïne 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

L’héroïne est dépistable :

- entre 12 et 24 heures dans la salive
- de 48 et 72 heures dans les urines
- jusqu'à 24 heures dans le sang

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

Modes de consommation

L'héroïne est en général injectée par voie intraveineuse, on parle alors de « fix » ou de « shoot ». Elle est placée dans une cuillère, mélangée avec de l'eau et avec un diluant acide dans le cas de l'héroïne brune. La préparation est aspirée dans une seringue après avoir placé un filtre (appelé coton) devant l'embout pour filtrer ce qui n'a pas été dilué.

L'héroïne est parfois injectée en association avec de la cocaïne. On parle alors de « speedball ».

Elle peut être inhalée, ce qu'on appelle « chasser le dragon ». Ce mode d'usage consiste à déposer de l'héroïne sur un papier aluminium et à la chauffer à la flamme d'un briquet. L'évaporation produite est inspirée à l'aide d'une paille afin d'absorber une grande quantité de produit en une seule inhalation.

Elle peut être aussi sniffée, on sépare alors la poudre en ligne pour l'aspirer dans chaque narine, là encore le plus souvent à l'aide d'une paille.

Enfin, l'héroïne peut être fumée mélangée à du tabac dans une pipe à eau, une pipe classique, voire sous forme de cigarette.

Effets recherchés

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

L'injection intraveineuse et l'inhalation de la fumée procurent une sensation immédiate (appelée « rush »). Lorsque l'héroïne est fumée ou sniffée, les effets sont moins intenses et moins rapides.

L'héroïne est un puissant antidouleur qui provoque une sensation de détente, de mieux-être et d'apaisement combinée à une impression de chaleur.

En général, la durée des effets est de l'ordre de 4 à 6 heures, voire de 5 à 8 heures.

Effets secondaires

Dès la première consommation :

- nausées, vomissements,
- constipation,
- démangeaisons,
- assèchement des muqueuses, notamment de la bouche et du nez,
- ralentissement du rythme cardiaque,
- diminution de la sensation de faim.
- à forte dose, elle entraîne un état de somnolence, l'usager « pique du nez ».

Dès l'établissement d'une consommation régulière :

- perturbation du cycle menstruel (absence de règles ou règles pénibles et douloureuses),
- perturbation du cycle du sommeil.
- problèmes buccodentaires (augmentation du risque de caries, déchaussement des dents),
- risque de fragilisation des os (ostéoporose) à long terme,
- malnutrition, carences.

Risques et complications

Risques liés à l'injection

L'injection peut entraîner des complications infectieuses qui peuvent engager le pronostic vital et nécessitent toujours de consulter un médecin ou de faire appel aux services d'urgence :

- infection de la peau et des tissus, cause d'abcès ou d'œdèmes des mains et des pieds ;
- réaction allergique face à une substance étrangère introduite dans l'organisme (ce que les usagers appellent « faire une poussière ») qui entraîne une fièvre de plus de 40°, des tremblements convulsifs, une tétanie et des angoisses aiguës ;
- infection du sang liée à la présence de bactéries (septicémie) pouvant conduire à l'endocardite (inflammation de l'enveloppe interne du cœur),
- infections pulmonaires.

Par ailleurs, l'injection représente un risque de transmission du VIH et des hépatites B et C.

Surdosage (voir aussi le chapitre conseils de réduction des risques)

Le risque de surdose à l'héroïne est important. Il s'agit d'une urgence médicale mettant en cause le pronostic vital.

Les principaux signes d'overdose sont

- resserrement de la pupille
- engourdissement du corps et de l'esprit qui s'accompagne d'indifférence vis-à-vis du monde extérieur.
- respiration anormalement lente et moins profonde
- pâleur de la peau,
- bleuissement des lèvres, des mains et des pieds
- sommeil sans réaction aux stimulations extérieures

La surdose se produit 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 survient le plus souvent :

- avec de l'héroïne fortement dosée,
- suite à une consommation après une période de sevrage prolongé (cure de sevrage ou séjour en prison),
- en association avec de l'alcool ou des benzodiazépines
- lors de la première prise.

Attention : sniffer l'héroïne peut atténuer l'effet de certains produits de coupe toxiques mais ne protège pas des overdoses.

Marginalisation

La dépendance, la tolérance et le coût élevé de l'héroïne entraînent des risques importants de marginalisation sociale. L'ensemble des risques est aggravé pour les usagers en grande précarité.

Dépendance

La tolérance est rapide : après quelques jours, voire quelques semaines, l'usager ressent la nécessité d'augmenter les doses, d'abord en quantité, puis en fréquence pour retrouver les mêmes effets.

L'héroïne engendre une forte dépendance qui se manifeste par un syndrome de manque à l'arrêt.

Les symptômes du manque varient selon l'intensité et la durée des périodes de consommation. On retrouve le plus fréquemment :

- larmoiements, écoulement nasal, bâillements ;
- nausées et éventuellement vomissements, diarrhées ;
- crampes musculaires, douleurs profondes des membres, douleurs lombaires et abdominales ;
- sueurs, frissons, sensations de chaud et de froid ;
- pupilles très dilatées,
- sentiment de malaise et d'angoisse ;
- insomnie.

Le syndrome de manque à l'héroïne peut être très intense et douloureux, durer plus d'une semaine mais il ne constitue pas un risque mortel. Il peut représenter un véritable obstacle vers l'arrêt. Dans ce cas, une aide extérieure peut être nécessaire pour y parvenir. Consulter la rubrique Adresses utiles

GROSSESSE

Il est fortement déconseillé de consommer de l'héroïne durant la grossesse.

La consommation d'opiacés durant la grossesse n'est pas à l'origine de malformations.

En revanche l'alternance des prises et du manque entraîne une souffrance du fœtus et augmente le risque de mort in utero ou de fausse couche. Les bébés exposés à l'héroïne naissent plus souvent prématurés et avec un retard de croissance (petite taille et petit poids). Privés du produit à la naissance, ils manifestent le plus souvent des signes de manque (que les équipes soignantes savent aujourd'hui bien prendre en charge). Enfin, le risque de mort subite du nourrisson est accru chez ces bébés.

Si vous êtes enceinte et en difficulté avec l'héroïne, 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, 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.

- Faire attention aux doses (surtout les premières fois ou après une interruption prolongée de la consommation).
- Ne pas mélanger plusieurs produits ensemble.
- Limiter la fréquence de la consommation.
- Eviter de conduire un véhicule ou d'entreprendre une activité « à risques ».

- L’injection est à éviter en raison des risques supplémentaires liés à ce mode d’usage, il est de ce point de vue moins dangereux de fumer ou de sniffer.
- Ne partagez jamais les seringues.
- Utilisez un kit de réduction des risques "Kit Exper" qui contient : 2 seringues, 4 lingettes antiseptiques, 2 cuillères, 2 flacons d’eau stérile, 2 filtres universels, 2 tampons secs, 2 filtres coton.
- En cas de surdose, appeler immédiatement les secours (15 ou 112) puis utiliser un médicament à base de Naloxone :
  > **Prenoxad® en injection**
  > **Nyxoïd® ou Ventizolve® en spray nasal**

- Prenoxad® et Ventizolve® sont disponibles en pharmacie avec ou sans ordonnance. Nyxoïd® est soumis à prescription médicale obligatoire.
  Ils peuvent être administrés par un proche. L’utilisation de ces produits suppose d’avoir bénéficié d’une formation (se renseigner auprès de la structure qui l’a dispensé).

  Si vous n’avez pas de médicament à base de Naloxone, appeler immédiatement les secours (15 ou 112), puis faire un massage cardiaque et du bouche-à-bouche en attendant les secours.