Prise de GBL/GHB en soirée : savoir limiter les risques

La consommation de GBL, un solvant qui se transforme en GHB dans le corps, se développe en soirée et est responsable depuis fin 2017 de plusieurs comas dont l'un a abouti à la mort d'un jeune homme. La diffusion de cette drogue dans l'espace festif touche un nouveau public jeune qui consomme ce produit sans en connaitre les risques et les moyens pour les réduire. Petit rappel des précautions à prendre quand on fait usage de ces substances.

Limiter les risques

Les personnes qui consomment du GBL recherchent une sensation d'euphorie et de désinhibition. **Il y a cependant très peu de différence entre la dose euphorisante, la dose provoquant une perte de conscience et la dose mortelle.** La consommation de GBL ne doit donc absolument pas être banalisée car les effets négatifs et potentiellement mortels peuvent apparaître brutalement.

Si vous consommez du GBL ou du GHB, le premier conseil de réduction des risques est de consommer la plus petite quantité possible et de limiter la fréquence de consommation en soirée afin d'éviter les intoxications. Le dosage doit se faire au millilitre près et dépend du poids de l'usager.

Des mélanges à éviter impérativement

La consommation d'alcool ou de toute autre substance « dépresseur » associée à la consommation de GBL est à proscrire. L'alcool accentue les effets du GHB et du GBL et augmente les risques d'overdose. Ainsi, même de très faibles doses de GHB/GBL peuvent avoir des conséquences graves s'il y a une prise concomitante d'alcool, d'un opiacé ou encore de certains médicaments.

Les personnes **sous traitement VIH antirétroviral inhibiteur de protéase** sont également exposées à un risque de surdosage avec ces drogues car ce traitement augmente la concentration sanguine de GHB dans le sang.

Réagir en cas de malaise d'un proche

Un proche qui a pris du GHB ou du GBL peut faire un malaise très brutalement. S'il reste conscient il faut le surveiller et rester près de lui. S'il a perdu conscience, il faut impérativement appeler les secours (SAMU 15 ou Pompiers 18 ou 112) et, s'il ne respire pas ou très peu, lui faire un massage cardiaque en attendant que les secours prennent le relais.

Articles en lien :

Fiche GHB du Dico des drogues

Je consomme à moindre risque