



Drogues de rue et VIH

Les drogues récréatives : Veillez à ce qu'elles ne posent pas de problèmes ou ne deviennent un problème en soi

par le D^r Pierre Côté

La consommation de drogues est depuis longtemps associée au VIH, le virus étant acquis par transmission intraveineuse. Encore maintenant, un fort pourcentage des personnes séropositives sont infectées en faisant usage de drogues injectables. Les drogues récréatives, même non injectées, ont un impact important chez les personnes vivant avec le VIH (PVVIH), et de nombreux organismes communautaires ont lancé des programmes visant à réduire leurs effets négatifs dans cette population.

La majorité des drogues de rue ont une action psychotrope (distorsion du psychisme), qu'elle soit sédatrice (calmante), stimulante, **hallucinogène** (perceptions faussées) ou analgésique (antidouleur). Elles modifient l'état de conscience et altèrent généralement le jugement. Elles peuvent aussi être aphrodisiaques (stimuler la libido).

Les effets des drogues varient selon plusieurs facteurs : quantité absorbée, degré d'accoutumance de l'utilisateur, mode d'administration et circonstances qui s'y rattachent. Les effets ressentis dépendent également de l'état psychologique et affectif de l'utilisateur, de son état général (par ex. estomac vide ou non), de la consommation simultanée d'alcool ou d'autres substances ainsi que de la présence d'autres personnes.

L'alcool et le GHB

L'alcool amène un effet généralement euphorisant. Les conséquences de sa consommation pour les PVVIH (outre un éventuel relâchement des comportements sexuels sécuritaires) comprennent un effet toxique sur le foie qui rend les médicaments anti-VIH potentiellement dangereux, surtout chez les buveurs chroniques. Il peut être très risqué de mélanger l'alcool avec d'autres drogues, en particulier le GHB (gamma-hydroxybutyrate), car cette combinaison entraîne un effet de sédation pouvant provoquer une dépression respiratoire grave, voire mortelle. Le GHB a un effet euphorisant très puissant et les surdoses sont fréquentes. Évitez d'en consommer avec d'autres drogues.

Les stimulants : cocaïne, amphétamines (*speed*), méthamphétamines (*crystal*)

Ces substances activent le fonctionnement du cerveau et du corps. Ils donnent une sensation d'énergie, de toute-puissance et de confiance en soi tout en supprimant l'appétit et le sommeil. Les stimulants se présentent sous différentes formes et se consomment de manières variées : en comprimés qu'on avale, ou en poudre qu'on inhale ou qu'on prépare pour fumer ou s'injecter.

L'effet euphorisant (*high*) de la cocaïne est de courte durée (de 30 à 60 minutes). Prise en grande quantité, la cocaïne peut entraîner hallucinations, anxiété, symptômes paranoïdes et confusion pouvant aller jusqu'au délire.

L'euphorie due aux amphétamines (*speed*) peut durer plusieurs heures. Comme les autres stimulants, rapidement après la consommation, il survient une hausse du rythme cardiaque, de la pression sanguine et de la température corporelle susceptibles d'amener à des troubles cardiaques ou à un AVC. Une fois le *high* passé, la personne ressent un important *down*

qui peut s'étirer sur plusieurs jours et qui la rend très anxieuse et déprimée.

Le *crystal* est encore plus puissant que le *speed*, surtout lorsqu'il est fumé ou injecté. Son effet euphorisant peut durer jusqu'à 24 heures. Il provoque une forte baisse de l'appétit et maintient l'usager très éveillé. Ses répercussions physiques ressemblent à celles du *speed*, mais en plus intense. La consommation en grande quantité cause de sérieux effets psychologiques et le *down* qui suit peut durer plusieurs jours.

En supprimant les inhibitions, le *crystal* ouvre la porte à des comportements sexuels beaucoup plus risqués

Sur le plan sexuel, le *crystal* est un puissant excitant. Il supprime les inhibitions et ouvre ainsi la porte à des comportements beaucoup plus risqués; l'usager repousse souvent ses limites au maximum lors de rapports sexuels.

L'usage régulier ou à doses importantes de stimulants peut entraîner des troubles érectiles et de là inciter à des pratiques sexuelles anales réceptives plus fréquentes. Par ailleurs, ces substances peuvent assécher les muqueuses, augmentant ainsi le risque de rupture du condom et de lésions des muqueuses; le risque d'infection, notamment par le VIH, s'accroît du même coup.

Les hallucinogènes : *ecstasy*, *kétamine*, *cannabis*

Il s'agit de substances qui perturbent notablement les sensations, les émotions et la perception de la réalité. L'*ecstasy* provoque un état euphorique qui fait se sentir très sensuel. La difficulté à atteindre l'orgasme est cependant assez courante. Il est conseillé de boire de

Vous avez pris un risque avec une personne séronégative ?

Le traitement appelé « prophylaxie post-exposition » (PPE) permet de prévenir la transmission du VIH. On doit le commencer rapidement après le contact risqué (délai maximum de 72 heures). La PPE consiste à prendre des médicaments anti-VIH pendant quatre semaines. La personne séronégative doit se présenter le plus vite possible dans une salle d'urgence d'hôpital ou une clinique spécialisée. Le personnel médical évaluera le risque et la pertinence d'une PPE.

Stade léger, préoccupant ou de dépendance ?*

Consommation récréative

Vous consommez de l'alcool ou des drogues dans des occasions précises (party avec des amis, etc.). Vous aimez « triper » de temps en temps. Vous gardez le contrôle sur votre consommation, elle ne vous nuit pas et n'occupe pas la première place dans votre vie.

Consommation problématique

Dès qu'elle commence à avoir des conséquences négatives sur la vie, la consommation est problématique. Par exemple, vous avez besoin de « virer une brosse » chaque fin de semaine ou de fumer un joint tous les soirs. Autre indice à surveiller : la tendance à vous isoler quand vous consommez.

Dépendance

À l'extrême de la consommation problématique, on trouve la dépendance. Ce phénomène complexe comporte des aspects biologiques, psychologiques et sociaux. La dépendance peut être psychologique, physique, ou les deux. Si vous devenez dépendant à une substance, vous ne contrôlez plus votre consommation — c'est elle qui vous contrôle. Vous ne pouvez plus vous passer d'une ou de plusieurs substances.

* Adapté de « *Alcool, drogues et milieu gai* », Action Séro-Zéro

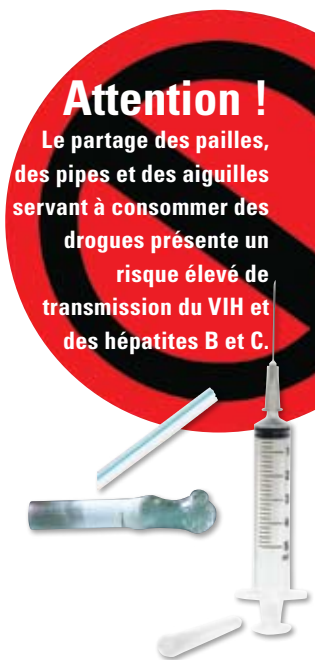
l'eau régulièrement puisque l'*ectasy* cause beaucoup de sudation, ce qui peut mener à la déshydratation. L'effet euphorisant — dissociatif — de la *kétamine* (« K ») est souvent décrit comme un flottement. On la prend par inhalation d'une poudre contenue dans une bouteille distributrice habituellement appelée *bumper*. Le cannabis est si largement consommé que les gens le considèrent souvent comme banal. Il influe peu sur la libido et la puissance sexuelle, mais il peut assécher les muqueuses et donc augmenter le risque de transmission des ITS.

Les médicaments contre la dysfonction érectile

L'utilisation de *Viagra*^{MC}, *Levitra*^{MD} et *Cialis*^{MD} est très répandue. On les prend pour traiter les troubles érectiles provoqués par l'usage d'autres substances, et donc souvent en association avec ces mêmes drogues. La combinaison de tels inhibiteurs de la PDE-5 et de nitrite d'amyle (*poppers*) peut être très dangereuse. Ensemble, ils peuvent abaisser la pression sanguine (facteur de crise cardiaque).

D'autre part, plusieurs médicaments anti-VIH, dont le ritonavir (*Norvir*^{MD}) et *Kaletra*^{MD}, peuvent augmenter de beaucoup la concentration sanguine de *Viagra*, *Lévitra* ou *Cialis*. Les personnes traitées par des agents anti-VIH devraient donc prendre ces médicaments en doses très faibles (par ex. : une demi-dose aux deux jours) pour éviter les effets secondaires graves et les toxicités.

suite à la page 12



Le **D^r Pierre Côté**, médecin de famille à la Clinique médicale du Quartier Latin, travaille également à l'Unité ambulatoire VIH-toxicomanie de l'UHRESS du CHUM et pour le Programme national de mentorat sur le VIH-sida.

Auto-évaluation de votre consommation d'alcool et de drogues*

suite de la page 9

Drogues récréatives et médication anti-VIH

L'alcool et les drogues affectent le traitement anti-VIH de façons diverses. Un usage régulier ou occasionnel peut accentuer le risque d'oubli de doses et ainsi faire augmenter la charge virale et la possibilité que le virus devienne résistant au traitement. Ces substances peuvent également provoquer une toxicité, en particulier au foie.

Les médicaments anti-VIH, surtout ceux à base de ritonavir, élèvent la concentration sanguine de la majorité des drogues, qui peuvent alors avoir des effets beaucoup plus puissants que prévu. Si votre régime thérapeutique comprend du Norvir^{MD} ou du Kaletra^{MD}, tenez-vous-en au quart ou à la demie de la dose habituelle de la drogue récréative.

Les PVVIH devraient d'ailleurs parler de leur consommation de drogues, même faible, à leur médecin ou pharmacien pour obtenir des conseils judicieux sur les précautions indispensables. Les gens ont leurs propres raisons de consommer de l'alcool ou des drogues, et pour la plupart, ils n'en subiront jamais de conséquences fâcheuses. Mais si vous croyez que votre consommation devient problématique, des ressources sont disponibles pour vous aider. Un autre bon sujet de conversation avec votre médecin ! **R**

OUI NON

- Il m'arrive de consommer pour fuir des tracas.
- Mes consommations m'aident à fonctionner.
- Mon entourage me reproche de trop consommer.
- Il m'arrive de me sentir coupable après avoir consommé.
- Il m'arrive d'avoir des pratiques sexuelles plus à risque lorsque je consomme.
- Il m'arrive d'oublier de prendre mes médicaments anti-VIH quand je consomme.
- Je consomme pour résoudre mes moindres problèmes.
- J'ai tendance à cacher ma consommation.
- La réduction de ma consommation me demande des efforts.
- J'ai besoin de consommer davantage qu'avant pour obtenir le même effet.

Ma consommation me crée des problèmes d'ordre :

- physique
- émotif
- social
- familial
- financier
- Je consomme à jeun, au réveil.
- Ma consommation m'amène à m'isoler.
- Il m'arrive d'être agressif après avoir consommé.
- J'ai de la difficulté à m'abstenir de consommer pendant plusieurs jours.

Si vous sentez que vous avez besoin d'aide après l'exercice ci-dessus, contactez votre médecin ou un organisme de services communautaires.

* Tiré de « Alcool, drogues et milieu gai », Action Séro-Zéro

Pour un party qui se termine bien*

Quoiqu'il soit déconseillé de combiner des drogues illicites avec des ARV, voici des suggestions pour minimiser les problèmes d'un tel mélange :

- Optez pour une plus petite dose si vous prenez des antirétroviraux, surtout si vous ne connaissez pas la substance consommée.
- Voyez comment votre corps réagit avant de consommer davantage.
- Faites des pauses, restez au frais, hydratez-vous et urinez fréquemment.
- Restez en compagnie d'amis.
- Dites-leur ce que vous avez pris (drogues et ARV).
- Évitez les excès (doses multiples au cours de la nuit).
- Reposez-vous et mangez bien avant et après la soirée.
- Ne conduisez pas.
- N'oubliez pas de pratiquer une sexualité sans danger.
- Si vous ne vous sentez pas bien, demandez de l'aide.

* Adapté de *Le point de VIH, printemps 2007*, par le Dr Benoît Trottier, et de « Prudemment svp », campagne de prévention de la Fondation BBCM

