

# La consommation et l'abus d'opioïdes augmentent

Voici ce que vous devez savoir et comment aider.



## Toxicomanie : des statistiques alarmantes

Les marchés de stupéfiants, en particulier de cocaïne et d'opioïdes synthétiques, sont en expansion dans le monde. Les dealers utilisent les réseaux sociaux pour viser les acheteurs potentiels, y compris très jeunes. Dans le même temps, les troubles de toxicomanie (mortels ou non) augmentent aussi.

- On estime qu'une personne sur 17 entre 15 et 64 ans a consommé de la drogue au cours des 12 derniers mois.
- Le nombre de personnes qui consomment de la drogue a augmenté de 23 % (de 240 millions à 296 millions) entre 2011 et 2021 — un taux qui dépasse la croissance démographique du monde.
- Environ 20 % (60 millions) d'entre eux consomment des opioïdes.
- La plupart des décès de toxicomanes (environ 80 %) sont causés par les opioïdes, lesquels ont aussi le plus fort taux d'overdose.



## Quel est l'effet des opioïdes ?

Les opioïdes agissent en se liant à des parties spécifiques des cellules nerveuses dans le cerveau et dans le corps, que l'on appelle les récepteurs mu-opioïdes. Ce faisant, ils permettent réduire la douleur, voire d'arrêter la toux s'ils sont utilisés correctement. Mais les opioïdes peuvent aussi créer une euphorie et un sentiment de plaisir, ce qui en fait des substances potentiellement addictives. L'addiction et la dépendance peuvent s'installer, que l'opioïde consommé soit de l'héroïne ou un médicament sous ordonnance.

De nombreux décès par overdose ont lieu lorsque des utilisateurs achètent du fentanyl à leur insu, pensant acheter de l'héroïne ou des médicaments sous ordonnance. Le fentanyl est souvent mélangé à l'héroïne, à la cocaïne, aux métamphétamines et à d'autres drogues vendues dans la rue. Il est jusqu'à 100 fois plus puissant que l'héroïne ou les opioïdes sous ordonnance.

Et puisque l'accès aux opioïdes est de plus en plus facile partout dans le monde (sous forme de médicaments prescrits comme de sources illégales), les experts internationaux prévoient que l'utilisation abusive de ces substances, les troubles de toxicomanie et des overdoses continueront d'augmenter.



## Prévention et traitement

Pour aider à inverser cette tendance angoissante, les organismes de soins de santé, les décideurs politiques et les instances judiciaires du monde entier s'efforcent de sensibiliser aux risques associés à l'usage et à l'abus d'opioïdes. Ils mettent également en place des stratégies pour combattre cet abus et travaillent à augmenter la disponibilité des médicaments dont l'effet clinique est prouvé pour traiter les troubles de toxicomanie et pour prévenir les overdoses mortelles.

Les troubles de toxicomanie, y compris l'addiction aux opioïdes, sont traitables. L'approche thérapeutique combine l'abstinence, une thérapie cognitivo-comportementale (par la parole) et le travail personnel, accompagnés de médicaments en cas d'addiction aux opioïdes. En accédant au bon niveau de soins et de soutien, les personnes dépendantes peuvent se stabiliser, construire une résistance aux rechutes et atteindre le rétablissement.

En outre, la Naloxone peut inverser les effets mortels d'une overdose aux opioïdes. Elle est relativement facile à administrer et elle est approuvée dans de nombreux pays sous ordonnance ou non.

### Reconnaître les signes de l'overdose

- Somnolence profonde
- Absence de réaction lorsqu'on appelle la personne d'une voix forte ni que l'on masse son torse vigoureusement.
- Lèvres et bouts de doigts bleus.
- Ralentissement de la respiration (moins d'une inspiration toutes les cinq secondes)
- Corps très lourd et visage très pâle
- Bruits d'étouffement, gargouillements ou ronflements.

### Comment utiliser la Naloxone en situation d'urgence

En cas d'overdose, restez calme et faites ce qui suit pour administrer sans délai la Naloxone en spray nasal.

1. Couchez la personne sur le dos pour lui administrer une dose de Narcan en spray nasal.
2. Sortez le spray de Narcan de sa boîte. Pelez l'opercule marqué d'un cercle pour ouvrir le spray de Narcan.
3. Tenez le spray de Narcan avec votre pouce en bas du piston rouge et placez votre index et votre majeur de chaque côté au milieu de la buse.
4. Inclinez la tête de la personne vers l'arrière en soutenant sa nuque avec votre main. Insérez délicatement le bout de la buse dans la narine, jusqu'à ce que votre index et votre majeur soient en contact avec le nez de la personne.
5. Appuyez fermement sur le piston rouge pour administrer la dose de Narcan par le nez.
6. Retirez le spray de la narine une fois la dose administrée.

**Important :** Si vous n'observez aucune réaction au bout de trois minutes, administrez une seconde dose. Une fois que vous avez administré la Naloxone, appelez les secours au 911 immédiatement. L'effet de la Naloxone s'estompe au bout de 30 à 90 minutes.

### Sources

Nations-Unies. [Rapport mondial sur les drogues 2023](#). Juin 2023.

Organisation Mondiale de la Santé. [Overdose aux opioïdes](#). 29 août 2023.

Gouvernement du Canada. [À propos des opioïdes](#).

Optum. [Foire aux questions : Medications for opioid use disorder \(MOUD\) and medications for alcohol use disorder \(MAUD\)](#). Jan. 2023.

Optum. [What you should know about Naloxone](#). June 6, 2022.

U.S. Department of Justice. [Opioid Facts](#). Nov. 28, 2022.

Pennington Institute. [Global Overdose Snapshot](#).



### Un soutien essentiel lorsque vous en avez besoin

Consultez le site [optumwellbeing.com/criticalsupportcenter](https://optumwellbeing.com/criticalsupportcenter) pour obtenir des ressources et des informations de soutien essentiels supplémentaires.

# Optum

**Ce programme ne doit pas être utilisé en cas d'urgence ou de besoin de soins urgents. En cas d'urgence, composez le 911 ou rendez-vous au service des urgences le plus proche de chez vous.** Ce programme ne remplace pas les soins d'un médecin ou d'un professionnel de la santé. Consultez votre clinicien pour connaître vos besoins particuliers en matière de soins de santé, de traitement ou de médicaments. Compte tenu du risque de conflit d'intérêts, aucun conseil juridique ne sera fourni sur des questions susceptibles de donner lieu à une action en justice contre Optum ou ses sociétés affiliées, ou contre toute entité par l'intermédiaire de laquelle l'appelant reçoit les services concernés, directement ou indirectement (par exemple, l'employeur ou le régime d'assurance-maladie). Ce programme et ses composantes peuvent ne pas être disponibles dans tous les États ou pour toutes les tailles de groupes et peuvent faire l'objet de modifications. Des exclusions et des limitations de couverture peuvent s'appliquer.