

# Shoot, sniff : réduisez les risques

L'injection par voie intraveineuse est le mode de consommation le plus risqué. Les virus du sida et des hépatites peuvent être au rendez-vous, les poussières et les abcès également. Attention au partage des pailles : elles aussi peuvent être contaminées et transmettre les virus.

## SHOOT PROPRE

Les virus se transmettent par le passage du sang contaminé qui se trouve dans l'aiguille ou dans tout autre élément nécessaire à l'injection. Coton, eau, cuillère sont autant de vecteurs de contamination, même si les traces de sang ne sont pas toujours visibles.

**NE LES PARTAGEZ PAS !**

### PRÉCAUTIONS D'USAGE

#### Citron

Entamé, le citron devient un nid à bactéries. Utilisez de préférence l'acide citrique ou ascorbique (quelques grains suffisent, dissolvez bien toutes les particules).



#### Eau

Utilisez de l'eau stérile ou de l'eau minérale (l'eau du robinet doit être bouillie).



Ne la pompez pas dans le même récipient que vos voisins : une seringue qui a déjà servi peut contaminer l'ensemble du contenu par simple contact de l'aiguille.

#### Cuillère

Désinfectez régulièrement à l'eau de javel les récipients servant à préparer et à chauffer le mélange.



#### Coton

Ne partagez pas les filtres. Utilisez un filtre neuf à chaque injection. Si vous le confectionnez vous-même, lavez-vous les mains auparavant, car le fait de rouler les fibres de coton entre les doigts suffit à les charger de bactéries ou de virus.



### Tampon

Désinfectez vos doigts et le point d'injection avec un tampon alcoolisé.



Utilisez des tampons et non vos doigts pour presser le point d'injection : si le doigt est sale, ce contact avec le sang ouvre un passage aux virus et bactéries. À l'inverse, la goutte de sang peut contenir des virus qui vont rester sur le bout du doigt et contaminer le prochain objet touché.

### Seringue

Utilisez une seringue neuve pour chaque injection.

Si vous n'en avez pas à disposition, remplissez la seringue usagée d'eau de javel non diluée, jusqu'au bord. Laissez agir au moins 30 secondes avant de la vider. Renouvelez l'opération au moins deux fois en vous servant d'eau de javel fraîche à chaque fois. Ensuite, rincez deux fois la seringue avec de l'eau propre. **Attention, cette solution est un pis-aller. Elle réduit les risques de contamination par les virus du sida et des hépatites, mais ne les élimine pas.**



### POUSSIÈRE

#### Comment l'éviter ?

Contrairement à ce que l'on pourrait croire, une poussière n'a rien à voir avec le grain qui porte le même nom. Il s'agit d'une bactérie introduite dans l'organisme à la suite d'une injection, ou d'une allergie à un composant du produit injecté. La bactérie provoque une infection du sang (septicémie). Elle peut également affaiblir l'organisme au point de déclencher d'autres maladies (mycoses, endocardites, complications pulmonaires). Citrons entamés, cotons réutilisés, cuillères non désinfectées, doigts sales, tous sont porteurs de

## SI VOUS FUMEZ LA FREE BASE OU LE CRACK

Ne partagez pas doseurs et pipes, surtout s'ils sont ébréchés. Ils peuvent transmettre infections, candidoses, hépatites, et même, en cas de blessure aux lèvres, le sida.

millions de bactéries susceptibles de provoquer des poussières.

**Pour limiter les risques, shootez propre.**

### Que faire en cas de poussière ?

Dès les premiers symptômes, prenez de l'aspirine ou du paracétamol, et en cas de douleurs aiguës, un suppositoire de Viscéralgine.

Restez couché au chaud et au calme. En principe, la phase aiguë (maux de tête, frissons, fièvre, vomissements) ne dure pas plus de quelques heures. Si les symptômes persistent au-delà de 4 à 6 heures, appelez sans plus tarder un médecin qui prescrira des antibiotiques, ou bien rendez-vous aux urgences de l'hôpital le plus proche sans taire les circonstances qui ont précédé l'apparition de la fièvre.

## ABCÈS

### Comment les éviter ?

Les abcès ne sont pas forcément une fatalité ! Un shoot propre permet d'éviter les abcès dus aux bactéries ou aux corps étrangers (fibres de coton ou du filtre à cigarettes...).

En cas d'injection de comprimés, la mixture doit être filtrée très soigneusement. Mais attention, il restera toujours des particules, invisibles à l'œil nu, pouvant détruire les veines et provoquer des abcès s'infectant presque à tous coups.

Les abcès ne doivent pas être négligés. Ils peuvent s'aggraver et causer une gangrène, ou une septicémie qui peut dans certains cas être mortelle.

**N'injectez jamais dans les mains (quel que soit le produit), les veines sont trop petites et les produits provoquent des réactions inflammatoires importantes dont les conséquences peuvent être graves.**

### Que faire en cas d'abcès ?

En cas de shoot ayant provoqué un œdème ou une inflammation sans plaie apparente, appliquez sur le point d'injection une compresse imbibée d'Hexoméline ou d'alcool que vous changerez régulièrement jusqu'à résorption de l'enflure.

Pour un abcès déjà formé (48 heures ou



### QUE FAIRE EN CAS D'OVERDOSE ?

- Ne pas paniquer !
- Isolez la personne pour lui assurer un environnement calme et apaisant dans la mesure du possible.
- Stimulez-la pour l'empêcher de tomber dans le coma : il faut lui parler, la secouer, la faire marcher...
- Si la personne est déjà inconsciente, placez son corps dans la position indiquée et appelez immédiatement le SAMU (tél :15), ou les pompiers (tél :18). L'appel est gratuit, et la police ne sera pas informée.
- Si la personne ne respire plus, pratiquez la respiration artificielle en attendant les secours.

plus), ou avec une plaie apparente, une seule solution : le médecin. Selon l'état de l'abcès, il vous prescrira un traitement à base d'antibiotiques, ou bien incisera et drainera l'abcès.

N'appuyez pas sur un abcès, ou n'essayez pas de le masser, vous ne feriez que l'irriter et diffuser le pus. Surtout, ne l'incisez pas vous-même, cela aggraverait les choses. Enfin, ne prenez jamais d'antibiotique sans l'avis d'un médecin, car le traitement utilisé risque d'être inefficace vis-à-vis de votre infection qui, bien que masquée, continuera durant ce temps à s'aggraver.

## SNIFF PROPRE

• **Ne partagez pas une paille avec votre voisin**, elle peut être contaminée par les virus des hépatites. L'intérieur du nez est tapissé d'un tissu extrêmement fragile, et les lésions des muqueuses, fréquentes chez les sniffeurs, sont autant de voies de passage aux **virus des hépatites**.

Bien que le virus du VIH ne semble pas suffisamment résistant à l'air libre pour pouvoir être transmis par la paille, en cas de saignement important, ce risque ne peut être écarté.

• **Pour confectionner vos pailles**, bannissez le billet de banque ou le bout de papier, tous deux porteurs d'une multitude de bactéries.

• **Rincez votre nez une dizaine de minutes après le sniff** avec de l'eau stérile pour débarrasser la paroi des résidus qui peuvent être très irritants. Faites couler

l'eau du nez vers l'arrière-gorge.

• **Entretenez vos narines et vos muqueuses** avec un pulvérisateur nasal, type *Soufrane*. Vous pouvez aussi appliquer à l'aide d'un mouchoir en papier ou d'un coton tige un peu d'huile à base de vitamine E. Si des brûlures au niveau des sinus persistent, c'est un signe d'abus, il faut arrêter le sniff. Si des saignements ou des croûtes dans le nez apparaissent, stoppez ce mode de consommation et consultez un médecin.

## MISE EN GARDE :

**Sniffer ne met pas à l'abri d'une overdose.**



Strawbag : un nouvel outil de prévention disponible dans les associations