

Répondre à une surdose d'opioïdes

Appelle le 911.

**Donne des respirations.
Administre la naloxone.
Reste auprès de la
personne et aide-la.**

**La Loi sur les bons samaritains
secourant les victimes de surdose du
Canada peut te protéger.**

toward
THE heart.com
BCCDC HARM REDUCTION SERVICES

CATIE La source canadienne
de renseignements sur
le VIH et l'hépatite C

Signes d'une surdose typique d'opioïdes

Les opioïdes sont des dépresseurs qui ralentissent le rythme du corps, en particulier la respiration. Ils incluent le fentanyl, le carfentanyl, l'héroïne, l'oxycodone, la codéine, la morphine, la méthadone, l'hydromorphone et d'autres substances.



Aucun mouvement et ne peut être réveillée



Respiration ralentie ou arrêtée



Étouffement, bruits de gargouillement ou ronflement



Pupilles très petites



Lèvres et ongles bleus ou gris



Peau froide ou moite

Les drogues du marché non réglementé sont imprévisibles et toujours en changement. Les surdoses d'opioïdes n'ont pas toutes la même allure (par exemple, certaines personnes peuvent présenter des symptômes typiques plus tardivement, une rigidité des muscles ou d'autres symptômes).

Si tu as des doutes, administre la naloxone. Cela ne fera pas de mal à la personne même en l'absence d'opioïdes.

Les étapes « SAUVE-MOI »



STIMULATION

Essaie de réveiller la personne en lui parlant fort, en frottant son sternum (torse) ou en pinçant sa peau. Pas de réaction? **Appelle le 911.**



AIR

Vérifie sa voie respiratoire. Fais basculer la tête de la personne et soulève son menton pour ouvrir la voie respiratoire.



VENTILATION

Donne 1 respiration toutes les 5 secondes (et continue ainsi).



ÉVALUATION

La personne respire-t-elle?



MÉDICATION

1 dose de naloxone (regarde quelle heure il est).



ÉVALUATION ET SOUTIEN

Attends de 3 à 5 minutes tout en continuant de donner la respiration artificielle (soit environ 40 souffles au total). Si rien ne change, administre une autre dose de naloxone.

Continue de donner la respiration artificielle.

L'absence de respiration peut causer des dommages au cerveau en quelques minutes.

La naloxone agit entre 2 à 5 minutes.

Si tu as reçu une formation en réanimation cardiorespiratoire (RCR) et que tu te rends compte que le cœur de la personne s'est arrêté, fais-lui également des compressions thoraciques.

Si tu dois laisser la personne seule, place-la en position latérale de récupération.

La naloxone renverse temporairement les effets de la surdose d'opioïdes, puis son effet disparaît graduellement entre 20 à 90 minutes. Lorsque l'effet de la naloxone est terminé, la surdose peut revenir. Reste auprès de la personne jusqu'à l'arrivée des secours d'urgence.

Appelle le 911. Reste auprès de la personne et aide-la.

La Loi sur les bons samaritains secourant les victimes de surdose du Canada peut te protéger.

Pour en savoir plus : canada.ca/opioides

Cette loi PROTÈGE contre des accusations de :

- Possession simple (pour consommation personnelle)
- Violation de conditions de liberté provisoire, d'ordonnance de probation, de libération conditionnelle ou d'ordonnance de sursis concernant la possession simple

Cette loi NE protège PAS contre des accusations de :

- Vente de drogues illégales (trafic)
- Crimes autres que la possession de drogues
- Non-respect d'autres mandats
- Violation de conditions de liberté provisoire, d'ordonnance de probation, de libération conditionnelle ou d'ordonnance de sursis pour des crimes autres que la possession simple de drogues

Conseils pour une consommation plus sécuritaire



Essaie de consommer en présence d'au moins une autre personne ou rends-toi dans un centre de prévention des surdoses (là où ce service est offert).



Commence à faible dose, vas-y lentement. Commence par une petite quantité. La drogue pourrait être plus forte que prévu, surtout si tu l'as achetée auprès d'un nouveau vendeur. Fais-la analyser si tu peux.



Essaie de ne pas mélanger des substances différentes. Évite de consommer de l'alcool en même temps que des drogues. Les médicaments d'ordonnance augmentent le risque de surdose (par exemple, les benzodiazépines).



Prends soin de toi. Consomme moins lorsque tu as des problèmes de santé ou que tu n'as pas consommé pendant un certain temps; par exemple, si tu viens d'être libéré de prison, de sortir de l'hôpital ou de rentrer d'un voyage.



Prépare un plan en cas de surdose. Aie la naloxone sur toi, sache comment t'en servir et informe les autres personnes que tu en as. Assure-toi que quelqu'un appelle le 911. Essaie de décaler les doses pour éviter que tout le monde consomme en même temps.



Répondre à une surconsommation ou à une surdose de stimulants



Il n'existe PAS D'ANTIDOTE à la surdose de stimulants.
Appelle le 911.
Reste auprès de la personne et aide-la.

La Loi sur les bons samaritains secourant les victimes de surdose du Canada peut te protéger.

toward
THE heart.com
BCCDC HARM REDUCTION SERVICES

CATIE La source canadienne de renseignements sur le VIH et l'hépatite C

SIGNES d'une CONSOMMATION de stimulants

Les stimulants (*uppers*) accélèrent le rythme du corps. Ils incluent les **amphétamines**, la **méthamphétamine en cristaux** (*crystal meth*), la **cocaïne**, le **MDMA** (*ecstasy* ou *molly*), le **Ritalin**, l'**Adderall** et la **caféine**.



Raideur des membres, contractions saccadées et involontaires



Pouls rapide ou irrégulier ou douleur à la poitrine



Sensation de chaleur sur la peau, sueurs, mal de tête sévère



Anxiété, paranoïa, confusion, agitation ou hallucinations

Que faire si une personne SURCONSOMME des stimulants?

La personne pourrait être en situation d'intoxication sévère (*overamping*) et avoir besoin de soutien et de repos. Installe-la confortablement et maintiens-la éveillée et hydratée.

- Éloigne d'elle tout objet avec lequel elle pourrait se blesser. Ne mets rien dans sa bouche et ne tente pas de l'immobiliser.
- Encourage-la à ne pas consommer plus de substances pour le moment.
- Fais en sorte que le lieu soit tranquille et reposant.
- Donne-lui de l'eau à boire et assure-toi qu'elle reste hydratée.
- Place des débarbouillettes imbibées d'eau froide sur son front, sa nuque et ses aisselles.
- Rassure-la en lui disant que les symptômes vont diminuer ou disparaître.

Signes d'une SURDOSE de stimulants

Si une personne présente l'un ou l'autre de ces signes, **appelle le 911. Reste auprès de la personne et aide-la.**

Si le cœur de la personne s'arrête de battre, fais appel à une personne formée pour effectuer la réanimation cardiorespiratoire (RCR).



Douleur sévère à la poitrine



Convulsions



Perte de conscience ou évanouissements courts et fréquents

Il n'existe pas d'antidote à la surdose de stimulants. Appelle le 911.

La naloxone ne renverse pas les effets d'une surdose de stimulants, mais elle pourrait être utile si la personne a consommé un mélange de drogues. En cas de doute, administre la naloxone; c'est sécuritaire.



Appelle le 911. Reste auprès de la personne et aide-la.

La Loi sur les bons samaritains secourant les victimes de surdose du Canada peut te protéger.

Pour en savoir plus : canada.ca/opioides

- | | |
|---|---|
| Cette loi PROTÈGE contre des accusations de : | Cette loi NE protège PAS contre des accusations de : |
| <ul style="list-style-type: none"> • Possession simple (pour consommation personnelle) • Violation de conditions de liberté provisoire, d'ordonnance de probation, de libération conditionnelle ou d'ordonnance de sursis concernant la possession simple | <ul style="list-style-type: none"> • Vente de drogues illégales (trafic) • Crimes autres que la possession de drogues • Non-respect d'autres mandats • Violation de conditions de liberté provisoire, d'ordonnance de probation, de libération conditionnelle ou d'ordonnance de sursis pour des crimes <i>autres que la possession simple de drogues</i> |

Conseils pour une consommation plus sécuritaire



Essaie de consommer en présence d'au moins une autre personne ou rends-toi dans un centre de prévention des surdoses (là où ce service est offert).



Commence à faible dose, vas-y lentement. Commence par une petite quantité. La drogue pourrait être plus forte que prévu, surtout si tu l'as achetée auprès d'un nouveau vendeur. Fais-la analyser si tu peux.



Essaie de ne pas mélanger des substances différentes. Évite de consommer de l'alcool.



Prends soin de toi. Essaie de manger quelque chose — tu n'auras pas envie de manger après avoir consommé. Garde de l'eau ou du jus sur toi (sans alcool) pour éviter de te déshydrater.



Prépare un plan en cas de surdose. Dis à une personne en qui tu as confiance que tu consommes et là où tu seras. Apprends à reconnaître les signes de surconsommation de stimulants.

La production de ce document a été rendue possible grâce à une contribution financière provenant de l'Agence de la santé publique du Canada. Les opinions exprimées ici ne reflètent pas nécessairement celles de l'Agence de la santé publique du Canada.
© 2020, BCCDC Harm Reduction Services. Tous droits réservés.
Numéro de catalogue du Centre de distribution de CATIE : ATI-70215 (also available in English, ATI-70214).