

LA REDUCTION DES RISQUES

Ce guide a pour objectif de vous donner quelques bases pour mener un entretien de **Réduction des Risques**.

La Réduction des Risques est un ensemble **d'attitudes d'accueil et d'accompagnement**.

Elle fondée sur une **approche pragmatique** qui a pour but de permettre aux usagers de substances psycho actives de **limiter les risques** liés à leur usage.

La **personne** est le centre de l'accompagnement. Elle est accompagnée dans sa réalité, et notamment sa **réalité d'usage**, pour travailler **avec** et non contre elle.

Seule la personne a les **capacités** d'identifier ses problèmes et de trouver ses solutions. Nous sommes des outils qui pouvons **l'aider a trouver** ces capacités.

L'empathie, la reconnaissance et la compréhension des sentiments, des émotions et des croyances de l'autre, est essentielle.

Il est essentiel d'appliquer le principe de **non jugement**, et d'avoir une grande capacité à se **remettre en question**, et d'être authentique, **congruant**.

LES PRODUITS



DEPRESSEUR :

ralentit l'activité du système nerveux central et a un effet anxiolytique, hypnotique ou sédatif.

Certains antidépresseurs

Opiacées : morphine, héroïne

Alcool Hypnotiques

Protoxyde d'azote

Kétamine Cannabis

Benzodiazépines

EFFETS

Sensation d'étourdissement

Sensation de calme et de bien-être

Effet antalgique Somnolence

Ralentissement des mouvements et des réflexes

Nausées Relâchement musculaire

Perte de la coordination motrice

En cas de surdose, ces substances peuvent entraîner la mort par dépression respiratoire.



STIMULANT :

augmente l'activité du système nerveux

sympathique facilitant ou améliorant certaines fonctions de l'organisme.

Cocaïne, Crack, galettes, base

Certains antidépresseurs

Poppers Nicotine, Caféine

MéthAmphétamine, Mét, Crystal

Amphétamines, MDMA, Speed

Ritaline, Quazym

EFFET

Sentiment d'euphorie ou/et un sentiment d'éveil ;

Accélération du rythme cardiaque et de la pression artérielle ;

Augmentation de la fréquence respiratoire

En cas de surdose, certaines de ces substances peuvent entraîner des troubles cardiaques.



HALLUCINOGENE

induit des hallucinations, des altérations des perceptions, de la cohérence de la pensée et de la régularité de l'humeur.

Cannabis (O.M.S)	Datura
Belladone	Kétamine
Artane	LSD
Champignons	Mescaline

Dissociatifs

EFFETS : sensations de décorporation

RISQUES : dépresseur du SNC, entraînant la mort par dépression respiratoire

Psychédéliques

EFFETS : Modification de l'humeur, de la pensée et de la perception,

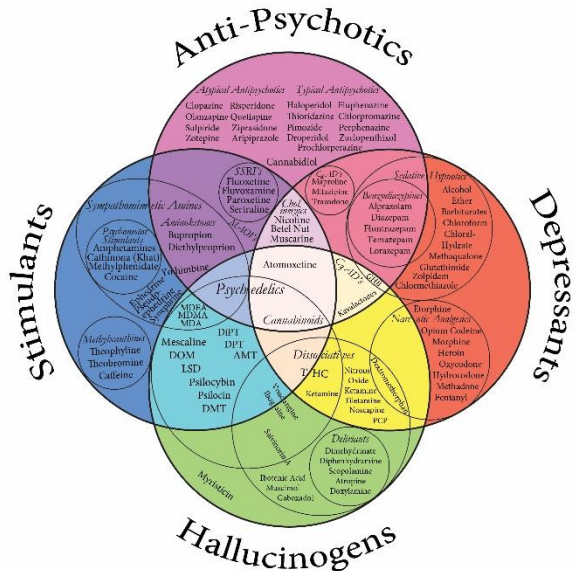
RISQUES : déshydratation, conduites à risque

Délirants

EFFET : hallucinations vraies et non seulement des illusions

RISQUES : toxiques à forte dose, entraînent la mort en cas de surdosage

Trop de produits sont difficiles à classer dans cette classification, puisque de nombreux produits ont des effets associés, des effets paradoxaux à forte dose ou en cas d'utilisation prolongée.



MODES DE CONSOMMATION



INGESTION

Conseils

Avaler tout rond « gober » ou dans du papier à cigarette « parachute »

S'alimenter et s'hydrater

Espacer les prises

Risques

Corrosives pour les muqueuses buccales, les gencives et les dents (LSD, amphétamines...)

Provoque une forte acidité dans l'estomac, des vomissements

Montée longue, surdosage par prise répétée

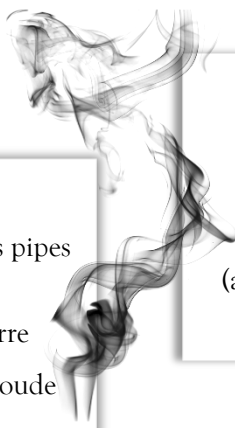
INHALATION

Conseils

Utiliser des embouts et des pipes personnelles

Utiliser une pipe en verre

Baser au bicarbonate de soude



Risques

Coupures des lèvres avec la pipe

Transmission VHC

Inhalation de vapeurs toxiques (ammoniaque, plastique de la pipe goudrons)



SNIFF

Risques

Lésions de la muqueuse et de la cloison nasale

Transmission VHC

Conseils

Laver son nez au sérum physiologique

Ecraser la poudre très finement

Ne pas partager la paille

UNE PAILLE, UN SNIFF



INJECTION

Risques

Infection bactérienne locale (abcès, œdème) ou générale (poussière, septicémie)

Transmission VHC, VIH, VHB

Overdose

Conseils

Utiliser du matériel neuf à usage unique

Utiliser un filtre Stérifilt® ou Toupie®

Tester le produit avant injection

Injecter dans les veines des bras uniquement

Ramener son matériel usager en CAARUD ou en pharmacie



A lire : [Le manuel du Shoot à Moindre risque](#)

A voir : [17'10 L'injection à moindre risque](#)

PLUG : une alternative à l'injection

Risques

Irritation et altération des muqueuses

Conseils

Préparer son produit comme pour une injection

S'installer dans un endroit calme

Prévoir de rester allongé quelques minutes sur le côté après l'application

LES INFECTIONS ET LES MALADIES



HEPATITE C

Transmission par voie sanguine uniquement

Vaccin : AUCUN

Traitement : pangénotypique EPCLUSA ou MAVIRET

Prévention : Matériel de consommation à **usage unique**

Matériel à usage unique pour tatouage et piercing

Dépistage



HEPATITE B

Transmission sanguine, sexuelle et maternofoetale

Vaccin : OUI – 3 injections

Traitement : pas de traitement curatif

Prévention : Matériel de consommation à **usage unique**

Matériel à usage unique pour tatouage et piercing

Préservatif et lubrifiant

Suivi grossesse et allaitement

Dépistage



VIH - SIDA

Transmission sanguine, sexuelle et maternofoetale

Vaccin : AUCUN

Traitement : pas de traitement curatif

Prévention : Matériel de consommation à **usage unique**

Matériel à usage unique pour tatouage et piercing

Préservatif et lubrifiant – PreP – TASP

Suivi grossesse et allaitement

Dépistage

LES PARTENAIRES

SE FAIRE DEPISTER

CeGIDD - 04 67 33 69 50

AIDES - 04 67 34 03 76

MATERIEL DE CONSOMMATION

CAARUD AXESS - 04 67 58 62 23

CAARUD Réduire les Risques - 04 67 58 01 01

AIDES - 04 67 34 03 76

ACCES A UN SUIVI MEDICAL SPECIALISE

CSAPA Arc en Ciel - 04 67 92 19 00

CSAPA UTDD - 04 67 33 69 13

CSAPA ANPAA 34 - 04 99 77 10 77

Maladies Infectieuses et Tropicales - Gui de Chauliac - 04 67 33 77 05

Hépatogastroentérologie - St Eloi - 04 67 33 73 90

SOUTIEN POUR L'ACCES AU DROIT

CSAPA Arc en Ciel - 04 67 92 19 00

CSAPA UTDD - 04 67 33 69 13

CAARUD Réduire les Risques - 04 67 58 01 01

CAARUD AXESS - 04 67 58 62 23

TROUVER DES REPONSES - Anonyme et gratuit

SOS HEPATITES - 0 800 004 372

SIDA INFO SERVICE - 0 800 840 800

HEPATITES INFO SERVICE - 0 800 845 800

DROGUES INFO SERVICE - 0 800 23 13 13

NUMERO D'URGENCE SOCIALE – 115

Nous espérons que ce livret vous aidera dans votre pratique quotidienne pour aborder la Réduction des Risques avec les Usagers de Drogue que vous croiserez

L'équipe ICONÉ