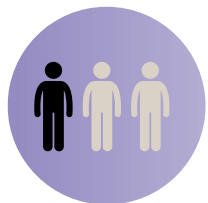


Coup d'œil sur les substances : les opioïdes

Environ une personne sur 10 qui consomme des opioïdes déclare être aux prises avec une consommation problématique ou une dépendance.¹



Que sont les opioïdes? Les opioïdes sont une classe de médicaments utilisés à des fins médicales pour soulager la douleur. Toutefois, ils peuvent aussi provoquer une sensation d'euphorie (un high) susceptible d'inciter les gens à en faire un usage inapproprié. Les opioïdes sont aussi disponibles sur le marché noir (vente illégale) et peuvent être consommés sous forme de comprimés, injectés ou par voie intraveineuse, broyés et inhalés ou absorbés par la peau à l'aide de timbres transdermiques. Lorsque les opioïdes sont utilisés de façon inappropriée, ils posent un risque de dépendance et d'autres effets nocifs.



La consommation d'opioïdes chez les jeunes : Au Canada, 7,4% des jeunes du secondaire déclarent avoir consommé des produits pharmaceutiques incluant des opioïdes pour se geler au cours des 12 derniers mois, alors que 1,8% déclarent mélanger des opioïdes avec d'autres médicaments ou substances.² 35,6% des étudiants d'âge post-secondaire déclarent avoir consommé des produits pharmaceutiques du type opioïde pour l'effet euphorique, et 5,7% des étudiants au post-secondaire déclarent mélanger des opioïdes d'ordonnance (morphine, codéine) et des opioïdes illicites (héroïne et fentanyl) avec du cannabis.³



Pourquoi les gens consomment des opioïdes? En 2018, une personne sur 8 âgée de 15 ans et plus s'était fait prescrire des opioïdes à des fins médicales.¹ Les raisons autres que médicales pour lesquelles les jeunes gens disent consommer des opioïdes varient mais principalement pour ressentir l'effet euphorique (se geler) ainsi que de s'auto-médicamenter pour échapper à des émotions et des sentiments douloureux ou à des problèmes auxquels ils sont confrontés.



Quels sont les effets de la consommation d'opioïdes? Lorsqu'ils sont prescrits à des fins médicales, les opioïdes peuvent soulager à court terme la douleur et procurer une sensation de bien-être, de relaxation, de plaisir et d'excitation. La consommation d'opioïdes peut aussi causer de la somnolence, de la constipation, de la nausée et des vomissements, des maux de tête, des étourdissements et de la confusion. Les effets des opioïdes étant puissants, utiliser des opioïdes d'ordonnances de façon inappropriée ou consommer des opioïdes illicites peut causer de la difficulté respiratoire et entraîner un arrêt respiratoire fatal.



Les opioïdes et la loi Les opioïdes sont légalement disponibles avec une ordonnance médicale pour soulager la douleur après des chirurgies ou la douleur chronique. Consommer des opioïdes à des fins non médicales est considéré comme une consommation problématique. Les opioïdes illicites comme l'héroïne et le fentanyl non réglementé sont considérés comme des substances inscrites à l'annexe 1 de la loi réglementant certaines drogues et autres substances.⁴ Au Canada, produire, posséder, vendre ou donner ces substances à d'autres peut résulter en des accusations criminelles, des amendes et un emprisonnement.



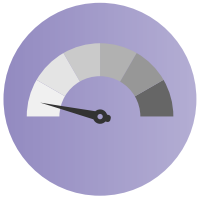
Pour plus d'information sur les opioïdes,
consultez notre site web.

Coup d'œil sur les substances : les opioïdes

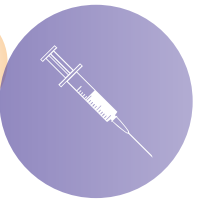
La crise des opioïdes au Canada a coûté la vie à plus de 30 000 personnes entre 2016-2022, représentant 21 décès par jour. La majorité des surdoses mortelles (96%) étaient accidentelles.⁵



Quels sont les risques de la consommation problématique d'opioïdes? Les opioïdes peuvent provoquer l'impuissance sexuelle chez l'homme et des cycles menstruels irréguliers chez la femme. La consommation à des fins non médicales durant la grossesse peut provoquer une fausse couche, une naissance prématurée et une mortalité infantile. Consommer ne serait-ce que quelques grammes de fentanyl ou d'héroïne peut être mortel, causant l'arrêt respiratoire de la personne.⁴ Deux milligrammes de fentanyl pur suffisent pour causer la mort d'un adulte moyen.



Comment peut-on réduire les risques de la consommation d'opioïdes? En tout premier lieu, il est important de ne pas consommer d'opioïdes illicites. Les opioïdes devraient être pris seulement par la personne ayant une ordonnance à cet effet et en suivant les directives du professionnel de la santé. Il est important de garder les opioïdes dans un endroit sécuritaire, de retourner les opioïdes inutilisés à une pharmacie, et de ne pas les partager avec d'autres personnes. Assurez-vous de ne pas mélanger les opioïdes avec d'autres drogues ou de l'alcool car cela peut augmenter les risques d'effets nocifs ou de décès. Personne ne devrait consommer des opioïdes en solo – on retrouve des sites de consommation supervisée ou de prévention des surdoses dans diverses villes à travers le pays.



Qu'est-ce que la Naloxone? La naloxone est un médicament à action rapide disponible soit sous forme de vaporisateur nasal ou d'aiguille injectable. La naloxone neutralise temporairement les effets d'une surdose d'opioïdes. Son utilisation est sans danger pour les personnes de tous âges et elle ne crée pas de dépendance. Cependant, la naloxone n'est active dans le corps que 20 à 90 minutes alors que les effets de la majorité des opioïdes durent plus longtemps. Si une personne fait une surdose d'opioïdes, elle a obligatoirement besoin de soins médicaux même si elle a reçu de la naloxone car ses effets sont temporaires. Des trousseaux de naloxone pour emporter sont disponibles gratuitement dans les pharmacies de certaines provinces.⁶



Comment puis-je aider mes jeunes à comprendre les risques de consommer des opioïdes? Il est important d'avoir une conversation avec vos jeunes au sujet de la crise des opioïdes et assurez-vous qu'ils comprennent les risques sévères pour leur santé de consommer quelque pilule, comprimé ou poudre qu'ils peuvent trouver sur la rue ou en ligne. Si votre jeune consomme déjà des opioïdes à des fins non médicales, il est crucial qu'ils sachent comment réduire les risques d'une surdose accidentelle. Élaborez ensemble un plan de sécurité et assurez-vous qu'ils soient en mesure de reconnaître les signes de surdose et comment administrer la naloxone. Il est important qu'ils sachent que vous serez là pour leur venir en aide quand ils seront prêts à demander de l'aide.



La loi sur les bons samaritains secourant les victimes de surdose

Il se peut qu'une personne qui consomme des opioïdes s'abstienne de faire appel aux services d'urgence en cas de surdose de peur de représailles juridiques. La loi sur les bons samaritains secourant les victimes de surdose offre une protection juridique à quiconque demande de l'aide d'urgence dans le cas d'une surdose, y compris la personne qui surdose et toute autre personne sur place. L'acte peut protéger contre des accusations de possession de substances désignées.⁷

Liste de références

1. Statistiques Canada, 2022. [Facteurs déterminants associés à l'usage problématique de médicaments antidouleur contenant des opioïdes au sein de la population à domicile, Canada, 2018](#)
2. Santé Canada, 2023. [Enquête canadienne sur le tabac, l'alcool et les drogues chez les élèves 2021-2022](#)
3. Santé Canada, 2021. [Enquête canadienne sur la consommation d'alcool et de drogues dans les établissements d'enseignement postsecondaires 2019/2020](#)
4. Santé Canada, 2023 – [Au sujet du fentanyl](#)
5. Santé Canada, 2023 – [Santé-info base : méfaits associés aux opioïdes et stimulants au Canada \(juin 2023\)](#)
6. Santé Canada, 2023. [Naloxone](#)
7. Gouvernement du Canada, 2021. [Au sujet de l'acte du bon samaritain secourant les victimes de surdose](#)