

Que sont les opioïdes et quels risques posent-ils?

- Les opioïdes sont des médicaments comme l'oxycodone (OxyContin, OxyNeo, Percocet, Oxycocet), l'hydromorphone (Dilaudid), le fentanyl (et ses analogues, le carfentanyl et l'acétylfentanyl), l'héroïne, la morphine, la méthadone et la codéine (Tylenol 1, 2, 3, et 4).
- Certains opioïdes puissants (fentanyl et carfentanyl) peuvent être mélangés à d'autres drogues de rue comme l'ecstasy (MDMA), la méth-amphétamine en cristaux et le crack (cocaïne épurée).
- Lorsqu'une personne prend des opioïdes, elle risque entre autres de faire une surdose.
- Lorsqu'une personne fait une surdose, elle s'évanouit et sa respiration ralentit ou s'arrête. Cela peut causer la mort.
- Il est possible de faire une surdose quelque que soit la méthode d'absorption de l'opioïde : l'avalier ou le mâcher, l'injecter, le renifler ou le fumer, l'appliquer sous forme de timbre, etc.

Comment réduire le risque de surdose?

- **Faites vérifier la fiabilité de vos opioïdes** par un service de vérification. Consultez le [service de vérification de drogues de Toronto](#) (en anglais) ou un autre service.
- **Ne prenez pas d'opioïdes seul-e.** Ayez un-e ami-e avec vous, ou prenez votre dose à un [site de consommation supervisée](#) (en anglais).
- **Si vous en prenez seul-e, prévoyez un plan de sécurité.** Appelez la Ligne d'écoute NORS (Ligne de consommation supervisée à distance dirigée par les pairs, par téléphone, texto ou clavardage en ligne), au 1 888 688-NORS (6677).
- **Commencez par une petite dose d'opioïdes et évitez de la mélanger à d'autres substances** telles que les benzodiazépines ou l'alcool, ce qui augmenterait votre risque de surdose.
- **Votre seuil de tolérance diminuera rapidement** si vous arrêtez de prendre des opioïdes pendant quelques jours. Lorsque vous recommencez à en prendre, limitez-vous à une petite quantité.
- **Munissez-vous d'une trousse de naloxone.** Si vous faites une surdose d'opioïdes, la naloxone peut vous sauver la vie. Nous pouvons vous aider à obtenir une trousse de naloxone et vous apprendre à l'utiliser.

Prévenir une surdose d'opioïdes

SACHEZ RECONNAÎTRE LES SIGNES D'UNE SURDOSE D'OPIOÏDES.

Quiconque utilise des opioïdes risque une surdose.

Le fentanyl et d'autres substances dangereuses sont mélangés à d'autres drogues.

Signes d'une surdose d'opioïdes



Lèvres ou ongles bleus



Étourdissements et confusion



Incapacité à se réveiller



Bruits de suffocation, gargouillements ou ronflements



Respiration lente, faible ou inexistante



Somnolence ou difficulté à rester éveillé

Vous soupçonnez une surdose?

APPELEZ le 911
ou les services
d'urgence

Administrez de
la **naloxone**
si vous en avez

Demeurez avec
la personne
jusqu'à l'arrivée
des secours

Où obtenir de la naloxone :

Si vous éprouvez de la détresse émotionnelle et souhaitez en parler, composez le **des Premières Nations et des Inuits 1-855-242-3310**. C'est gratuit et disponible 24 heures sur 24, 7 jours sur 7.

Renseignez-vous sur Canada.ca/Opioides

Ensemble, nous pouvons mettre **#FinAuxSurdoses**

< Familiarisez-vous avec la [Loi sur les bons samaritains secourant les victimes de surdose](#)

Pour accéder aux liens répertoriés dans ce document, balayez le code QR ci-contre.



Signes d'une surdose d'opioïdes

- Impossibilité de réveiller la personne
- Respiration lente ou interrompue
- Ronflements, gargouillis bruyants ou bruits d'étouffement
- Lèvres et doigts violacés ou grisâtres
- Peau froide et moite
- Flaccidité (relâchement) musculaire
- Rétrécissement des pupilles

**Prévenir
une
surdose
d'opioïdes**

Vous soupçonnez une surdose?

SAUVER UNE VIE EN 5 ÉTAPES

1



Secouer

les épaules de la personne et
crier
son nom.

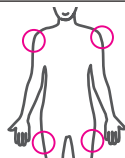
2



Composer le 911

si la personne ne réagit pas.

3



Injecter de la naloxone

une ampoule ou un flacon (1 mL)
dans un muscle du bras ou
de la cuisse

4



Compressions thoraciques

ou réanimation cardio-pulmonaire
avec ventilation assistée si vous y
êtes formé.

5 2^e dose ?

Pas de résultat ?

Si la 1^{re} dose n'a pas fait effet
dans les 3 à 5 minutes, répéter
les étapes 3 et 4.

**Ne pas
bouger !**

Demeurer avec la personne
jusqu'à l'arrivée de l'ambulance.

Autres mesures à prendre

- **Suivez un traitement.** Si vous avez un trouble lié à l'usage d'opioïdes, le traitement par agonistes opioïdes (médicaments comme la buprénorphine et la méthadone) peut vous sauver la vie !
- **Apprenez à pratiquer la réanimation cardiopulmonaire (RCP).**
- **Procurez-vous un matériel de réduction des méfaits (y compris une trousse de naloxone) :**
 - Consultez [COMPASS](#), le service de soutien médico-psychosocial pour la dépendance et les troubles concomitants, à CAMH, 100, rue Stokes, 3^e étage.
 - Pour accéder à d'autres services de consommation supervisée à Toronto, [cliquez ici](#).

Vous cherchez de l'aide?

- **Appelez le Centre de toxicomanie et de santé mentale**, au 416 535-8501 ou sans frais au 1 800 463-2338, puis faites le 2 dans le menu téléphonique en anglais.
- Pour en savoir plus sur d'autres organismes qui offrent un soutien et des services de santé mentale, composez le 211.
- Pour obtenir la liste des services offerts par CAMH en établissement et dans la collectivité, consultez notre collection de [fiches de ressources communautaires](#).

Pour obtenir de plus amples renseignements et accéder à l'ensemble des liens répertoriés dans ce document, balayez le code QR ci-contre.

