

La cocaïne est une substance illégale extraite de la feuille de coca. Elle est commercialisée au marché noir sous forme de poudre blanche ou jaunâtre, plus rarement de « cailloux » solides. Le produit est mélangé (coupé) avec diverses substances, dont certaines peuvent être dangereuses. Son degré de pureté est très variable.

La cocaïne se consomme le plus souvent par voie nasale (on la « sniffe »). Le présent document traite principalement de ce mode de consommation. Mais elle peut aussi être injectée, ou fumée (crack ou freebase); les risques et les effets sont dès lors différents.

# COCAÏNE

## La ligne étroite entre « de temps à autre » et « toujours plus »

Information à l'attention des  
consommateurs occasionnels.

### Effets indésirables et risques liés à la consommation de cocaïne

La consommation n'est jamais sans risques.

**Partager les pailles servant à sniffer peut favoriser la transmission d'infections graves.**

Même une seule prise (et dès la première fois) peut être mortelle en cas de surdosage, d'une intolérance individuelle ou de trouble cardiaque.

Sous l'effet de la cocaïne, le pouls et la respiration s'accroissent, la température corporelle et la pression sanguine augmentent, exposant à **court terme** aux risques suivants:

- troubles du rythme cardiaque pouvant aller jusqu'à l'infarctus
- déficit de l'irrigation du cerveau
- crampes évoquant une épilepsie
- arrêt respiratoire (paralysie respiratoire)

La « descente » est généralement ressentie comme très pénible :

- épuisement
- sentiment de culpabilité
- humeur dépressive, impression de vide

Une consommation fréquente accroît le stress pour l'organisme.

**À long terme**, les effets indésirables suivants peuvent se manifester:

- atteintes au cerveau (problèmes de concentration, pertes de mémoire)
- troubles du système cardiovasculaire, risque accru d'infarctus
- dommages au foie (augmentés en cas de consommation simultanée d'alcool)
- malnutrition, carences, affaiblissement général
- plus grande vulnérabilité aux maladies (également en raison des produits de coupe)
- troubles du système nerveux
- nécrose des muqueuses et cloisons nasales

Une consommation régulière de cocaïne peut entraîner d'importantes modifications de la personnalité! Les gros consommateurs sont souvent perçus comme irritables, nerveux, agressifs, voire confus. Toutes les pensées tournent autour de la consommation. Dans les cas extrêmes, une psychose due à la cocaïne peut apparaître avec hallucinations et pensées délirantes.

## Pour en savoir plus

- [www.addictionsuisse.ch](http://www.addictionsuisse.ch)
- 24 réponses sur la cocaïne, Inpes [www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/1268.pdf](http://www.inpes.sante.fr/CFESBases/catalogue/pdf/1268.pdf)

## Conseils

- [www.indexaddiction.ch](http://www.indexaddiction.ch) (traitement et conseil)
- [www.safezone.ch](http://www.safezone.ch)

## „La cocaïne rend-elle dépendant-e?“

Le « sniff » occasionnel de cocaïne présente peu de risques de **dépendance physique**.

**MAIS!!** L'action puissamment stimulante et euphorisante de la prise nasale, même occasionnelle, peut très rapidement conduire à une forte **dépendance psychique**. De nombreuses personnes ressentent un plaisir si puissant sous l'effet de la cocaïne que l'envie de retrouver cette sensation devient rapidement irrésistible. Ce risque est la plupart du temps sous-estimé.

>> Une dépendance physique peut s'installer par contre lorsque la cocaïne est injectée ou fumée sous forme de crack ou de base.

## „La cocaïne rend-elle plus sûr-e de soi?“

Après la prise de cocaïne, la plupart des gens se sentent plus sûrs d'eux durant un court laps de temps.

**MAIS!!** La cocaïne incite à se surestimer, d'où une minimisation des risques éventuels. Cet aplomb est artificiel et fait souvent paraître la personne hautaine et arrogante.

## „La cocaïne aide-t-elle à travailler mieux et plus longtemps?“

À petite dose, la cocaïne peut légèrement augmenter l'attention et la réactivité durant une courte période. Sous cocaïne, de nombreuses personnes se sentent très performantes et elles ressentent moins la fatigue.

**MAIS!!** On ne travaille pas mieux sous cocaïne. La frénésie et l'impulsivité font augmenter le nombre d'erreurs. Consommer de la cocaïne pour lutter contre la fatigue conduit à puiser dans ses « réserves » ; la fatigue est atténuée, mais les performances sont rarement optimales.

## „Peut-on prendre juste une ligne et s'en tenir là?“

Il y a des personnes qui arrivent à s'arrêter après une ligne.

**MAIS!!** L'effet de la cocaïne se dissipe rapidement ; il ne procure pas de sentiment de satiété. L'envie d'en reprendre est souvent tellement forte que la consommation se poursuit jusqu'à ce que la quantité disponible soit épuisée. La « descente » est ressentie comme très pénible, d'où la tentation de repousser ce moment par de nouvelles prises.

## „Le sexe sous cocaïne est-il vraiment meilleur?“

De nombreuses personnes ressentent davantage d'excitation sexuelle quand elles ont consommé de la cocaïne.

**MAIS!!** La probabilité de connaître des problèmes d'érection ou des difficultés à atteindre l'orgasme augmente avec la fréquence des prises et les quantités consommées. La cocaïne entraîne une prise de risques plus élevée, ce qui peut inciter à des rapports non protégés. Le danger est alors de contracter des infections sexuellement transmissibles et d'augmenter le risque de grossesse non désirée.

## „La cocaïne aide-t-elle à entrer en relation avec les autres?“

Avec la cocaïne les personnes se sentent souvent très sociables. Elles ont l'impression que les mots leur viennent plus facilement et qu'elles sont plus à l'aise pour aborder autrui.

**MAIS!!** Un comportement qu'on ressent soi-même comme agréable peut être perçu comme intrusif et déplacé par l'entourage. La cocaïne ne rend pas plus éloquent ni plus intelligent!

## „La cocaïne permet-elle de mieux tenir l'alcool?“

La consommation de cocaïne peut réduire les effets de l'ivresse, laissant croire que l'alcool est mieux supporté.

**MAIS!!** La cocaïne n'empêche pas l'alcool d'être absorbé par l'organisme et n'a pas d'influence sur son taux dans le sang. Le risque d'intoxication augmente, tout comme les effets secondaires. Des comportements violents peuvent se manifester car combiner les deux produits peut renforcer la désinhibition et augmenter l'agressivité. Le corps transforme la cocaïne et l'alcool en une substance toxique (cocaéthylène). Quel qu'il soit, le mélange de produits signifie toujours un stress supplémentaire pour l'organisme.



ADDICTION | SUISSE



Stadt Zürich  
Suchtpräventionsstelle