

## MAIS CE N'EST PAS RISQUÉ D'EN PARLER

Vous souhaitez être accompagné(e) sur votre consommation ?  
Ou parler de la consommation d'un proche, d'un enfant ?

### EN LIGNE

Des ressources à lire en ligne pour faire le point sur  
sa consommation à retrouver sur [drogues-info-service.fr](https://drogues-info-service.fr)



### PAR TÉLÉPHONE

**DROGUES-INFO-SERVICE.FR**  
7j/7 de 8h à 2h. Appel anonyme et gratuit 0 800 23 13 13

Un numéro de téléphone ouvert de 8h à 2h, 7 jours sur 7.

Votre appel est anonyme et gratuit. Que vous soyez concerné(e) directement  
ou indirectement par une consommation de drogues, vous y trouverez :

- Des professionnels formés aux problèmes d'usage et de dépendance
- Une écoute sans jugement et confidentielle
- Des informations précises, une aide personnalisée
- Des orientations adaptées à votre situation

### EN PHYSIQUE

Au sein des Consultations Jeunes Consommateurs (CJC) ou bien dans les  
Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA).

Des lieux gratuits et confidentiels pour accueillir des jeunes en questionnement  
sur leur consommation, ainsi que leur entourage. Les jeunes peuvent s'y rendre  
seuls ou accompagnés de leur parent ou d'un proche. Les parents peuvent  
également être reçus avec ou sans le jeune concerné.

Retrouver la liste des lieux d'accueil :



Hauts-de-France

Pour en savoir plus, rendez-vous sur  
[parlons-proto.fr](https://parlons-proto.fr)

TBWA\Corporate - ©Gettyimages



LE PROTOXYDE D'AZOTE PRÉSENTE  
DES RISQUES MAJEURS POUR LA SANTÉ  
ET LA VIE SOCIALE



# LES DANGERS DE L'USAGE DETOURNÉ DU PROTOXYDE D'AZOTE

Chutes, traumatismes, brûlures, asphyxie, paralysie, mais aussi isolement, dépendance : les usages détournés du protoxyde d'azote présentent des **risques majeurs** pour la santé.

Le gaz hilarant est une substance consommée et expérimentée par de nombreux jeunes, dans un contexte festif mais aussi de manière individuelle. Prisée des collégiens, lycéens et étudiants, elle n'est pourtant pas sans risques. Le nombre de cas graves liés au mésusage ne cesse de croître depuis quelques années.

**Pourquoi le protoxyde d'azote séduit-il autant les jeunes ?**

## LA RECHERCHE D'UN EFFET EUPHORISANT

La prise de protoxyde d'azote conduit, pendant quelques minutes, à des rires incontrôlés, une sensation d'ébriété, un état de flottement, ou encore des distorsions auditives ou visuelles. Les effets sont intenses pendant un court instant.

## SON ASPECT RÉCRÉATIF ET FESTIF

Le protoxyde d'azote peut être perçu comme une drogue dite "sociale" car elle est souvent consommée en groupe, entre amis ou en soirée.

## SON PRIX PEU ÉLEVÉ ET SA FACILITÉ D'ACCÈS

Les capsules ou bonbonnes de protoxyde d'azote restent relativement abordables. Bien que la vente de protoxyde d'azote soit interdite aux mineurs, il est assez facile pour les jeunes de s'en procurer.

## UNE SUBSTANCE PERÇUE COMME INOFFENSIVE

Ses effets immédiats étant limités dans le temps, beaucoup pensent que le protoxyde d'azote n'est pas dangereux pour la santé, en comparaison avec d'autres drogues existantes.

**Et pourtant, sa consommation peut engendrer des effets plus ou moins graves sur la santé des individus, dont certains peuvent être irréversibles.**

# LE PROTO, C'EST TROP RISQUÉ D'EN RIRE

Le protoxyde d'azote est une substance addictive pouvant engendrer une dépendance avec des symptômes plus ou moins graves, que la consommation soit occasionnelle ou fréquente.

## Concrètement, quels sont les risques ?



### SIGNES NEUROLOGIQUES

- Trouble de la sensibilité type fourmillements ou sensation de brûlures au toucher
- Perte de sensibilité
- Troubles de la marche
- Troubles cognitifs (trouble de la mémoire, du langage, de l'attention, de la perception du monde extérieur)
- Maux de tête
- Malaise
- Vertiges, trouble de l'équilibre



### MANIFESTATIONS PSYCHIATRIQUES

- Agitation, agressivité
- Hallucinations visuelles/auditives, délire paranoïaque
- Angoisse, anxiété, attaque de panique
- Tristesse, irritabilité, idées suicidaires
- Confusion, amnésie (perte de mémoire)
- Insomnie, trouble des cycles jours et nuits



### SIGNES ET PATHOLOGIES CARDIOVASCULAIRES

- Caillot sanguin qui se forme dans une veine (thrombose veineuse)
- Obstruction d'une artère des poumons (embolie pulmonaire)
- Accident vasculaire cérébral (AVC)
- Douleurs thoraciques
- Troubles du rythme cardiaque



### TRAUMATISMES & CHUTES

- Accidents de la voie publique et de la route
- Brûlures occasionnées par le gaz très froid

### LES RISQUES POUR LES AUTRES

Le protoxyde d'azote impacte aussi la vie des autres et la société :

- Accidents de la route : perte de contrôle du véhicule pouvant mettre en danger la vie d'autrui.
- Pollution des sols due aux capsules vides laissées sur la voie publique.