

## Consommez prudemment

Les surdoses et les décès liés à la drogue sont un grave problème. Soyez prudent si vous prenez ou prévoyez prendre de la drogue, ou connaissez quelqu'un qui en prend. Consommez prudemment :

- Établissez un plan et assurez-vous que quelqu'un peut composer le **9-1-1** dès le premier signe de détresse
- Utilisez des seringues stériles et injectez lentement avec de petites quantités au début
- Utilisez les services d'injection supervisée lorsque cela est possible
- Ne mélangez pas avec de l'alcool ou d'autres substances
- Comprenez les symptômes d'une surdose
- Sachez quand appeler le **9-1-1** en cas d'urgence
- Sachez quand et comment administrer de la naloxone
- Surveillez les sites Web de la santé publique, de la police et de la GRC, ainsi que les médias sociaux, pour vous informer des mauvaises drogues pouvant circuler et vous exposer à un risque accru.

Parlez ouvertement avec vos enfants, adolescents et enfants adultes de la consommation de drogue et des risques qui y sont associés peut aider à réduire le risque de préjudice et à encourager des comportements sains. Consultez nos [articles sur le rôle parental](#) pour en savoir plus.

### Questions que vous pourriez avoir

Qu'est-ce qu'une surdose d'opioïdes?

Les opioïdes sont une classe de drogues ou de médicaments comprenant le fentanyl, la morphine, l'héroïne, la méthadone et l'oxycodone. Ils sont le plus souvent prescrits pour soulager la douleur. Une surdose d'opioïde se produit lorsque vous prenez plus d'opioïdes que votre corps ne peut en absorber. Vous risquez de perdre le contrôle de votre respiration et de perdre connaissance. Avec la respiration ralentie, moins d'oxygène circule dans votre sang. Cela peut entraîner des lésions cérébrales, un arrêt cardiaque et la mort. Si vous pensez que quelqu'un fait une surdose, appelez immédiatement le **9-1-1**.

Les surdoses d'opioïdes sont-ils une préoccupation en Colombie-Britannique?

Oui. Entre janvier 2016 et septembre 2016, il y a eu 555 décès présumés liés à une surdose de drogue illicite. Cela représente une augmentation de 60,9 % par rapport au nombre de décès survenus au cours de la même période en 2015. La majorité de ces décès par surdose ont été causés par des opioïdes tels que le fentanyl, l'héroïne, la morphine et l'oxycodone, qui auraient pu être consommés avec d'autres drogues ou avec de l'alcool.

En avril 2016, l'agent de santé publique de la Colombie-Britannique a déclaré une urgence de santé publique en réponse à la hausse des surdoses de médicaments et du nombre de décès.

Pourquoi devrais-je me préoccuper du fentanyl?

Le fentanyl est beaucoup plus puissant que les autres opioïdes, ce qui augmente considérablement le risque de surdose accidentelle. Il est environ 50 à 100 fois plus toxique que la morphine. Ces dernières années, il a été signalé que du fentanyl produit dans des laboratoires illicites était vendu dans les rues. Il est parfois vendu sous forme d'Oxycontin®, d'héroïne ou d'autres substances. Les gens peuvent prendre du fentanyl et s'exposer à des risques sans même le savoir.

Entre janvier 2016 et août 2016, 302 décès par surdose de drogues illicites liés au fentanyl ont été recensés. Cela représente une augmentation de 211 % par rapport au nombre de décès survenus au cours de la même période en 2015.

Quels sont les signes d'une surdose d'opioïdes?

Les signes précoces d'une surdose d'opioïdes sont notamment les suivants :

- Somnolence sévère
- Rythme cardiaque lent
- Difficulté à respirer
- Respiration lente et superficielle ou ronflement
- Peau froide et moite
- Difficulté à marcher ou à parler

Si vous pensez que quelqu'un fait une surdose, appelez immédiatement le **9-1-1**.

Le surdosage d'opioïdes peut-il être inversé?

La naloxone est un médicament capable d'inverser une surdose d'opioïdes. Lorsqu'il est injecté dans le bras ou la cuisse, il peut rapidement inverser les effets des opioïdes. La naloxone peut inverser le rythme de respiration ralenti en 3 à 5 minutes, mais ses effets ne dureront que 20 à 90 minutes. Une seconde dose de naloxone peut être nécessaire si la première dose ne permet pas de rétablir un rythme respiratoire normal.

Si l'opioïde est toujours présent après que la naloxone s'est dissipée, le surdosage peut resurgir, nécessitant une autre dose de naloxone. C'est pourquoi il est important de consulter un médecin dès que possible en appelant le **9-1-1** et de vous préparer avec une seconde dose de naloxone si les symptômes de surdosage réapparaissent.

**Les surdoses de fentanyl sont beaucoup plus difficiles à inverser que celles des autres opioïdes et pourraient nécessiter des doses de naloxone beaucoup plus élevées.**

Où puis-je me procurer de la naloxone?

Depuis mars 2016, la naloxone est disponible sans ordonnance en Colombie-Britannique. Pour plus d'informations, visitez le site Web de [l'Ordre des pharmaciens de la Colombie-Britannique - Naloxone maintenant disponible en Colombie-Britannique sans ordonnance](#). Pour en savoir plus sur la naloxone, consultez le document [HealthLinkBC File #118 La naloxone: Le traitement des overdoses d'opiacés](#).

La version de naloxone en vaporisateur nasal est-elle disponible au Canada?

Le 6 juillet 2016, Santé Canada a approuvé l'accès à la version en vaporisateur nasal de naloxone. Comme la version injectable, la naloxone intranasale peut inverser les symptômes d'un surdosage d'opioïdes. Plus d'informations sur comment et où obtenir le vaporisateur nasal seront disponibles dans les prochaines semaines.

Que sont le W-18 et le carfentanil?

Bien que le fentanyl ait attiré l'attention immédiate du public, d'autres composés comme le carfentanil ou le W-18 sont également des drogues très toxiques qui peuvent être consommées et vendues sous forme d'héroïne, de fausses pilules « oxy » ou de cocaïne. Ces drogues sont tout aussi, voire plus, dangereuses, que le fentanyl. C'est pourquoi les personnes qui prennent des drogues détenues illégalement doivent appliquer des précautions extrêmes. Les gens doivent savoir que les médicaments qu'ils obtiennent autrement que par des sources légitimes (par exemple, une pharmacie ou un hôpital) peuvent ne pas correspondre à ce que le revendeur dit ou croit être.

## Sites Web utiles

### Here to Help

HeretoHelp fournit des informations relatives à la toxicomanie et à la santé mentale. Leur site Web contient des récits personnels, des ressources d'autoassistance et des informations sur la manière d'obtenir de l'aide immédiatement.

- [Here to Help](#)

### Centre de ressources en santé mentale Kelty

Le Centre de ressources sur la santé mentale Kelty est un centre de ressources provincial qui fournit des informations, des ressources et un soutien par les pairs sur la toxicomanie et la santé mentale aux enfants, aux jeunes et à leurs familles de toute la Colombie-Britannique.

- [Centre de ressources en santé mentale Kelty — Toxicomanie](#)

### Know Your Source

Know Your Source fournit des renseignements sur le fentanyl, les endroits où obtenir de l'aide et des réponses aux questions fréquemment posées au sujet du fentanyl en Colombie-Britannique. Visitez leur site Web pour en savoir plus.

- [Know Your Source](#)

### Prévention et intervention en cas de surdose en Colombie-Britannique

Les surdoses et les décès liés à la drogue sont devenus une préoccupation très grave au cours de la dernière année en Colombie-Britannique. Cela peut arriver à quelqu'un que vous connaissez. Apprenez-en davantage sur les signes d'une surdose, ce qu'il faut faire, comment prévenir les surdoses, les ressources et les réponses.

- [Prévention et intervention en cas de surdose en Colombie-Britannique](#)

### Toward the Heart

Toward the Heart est un programme de réduction des méfaits qui fait partie du Centre de contrôle des maladies de la Colombie-Britannique. Visitez leur site Web pour en savoir plus sur la naloxone, le fentanyl, les fournitures et pour trouver un site de réduction des méfaits.

- [Toward the Heart](#)
- [Guide de survie du surdosage](#) (disponible en anglais, français, chinois et punjabi)
- [Comment utiliser la naloxone \(Narcan\)](#) (vidéo)
- [La naloxone vous réveille](#) (vidéo)
- [La naloxone sauve des vies](#) (vidéo)

## Services en vedette

### Service d'information et de référence sur l'alcool et les drogues

Des consultations individuelles, familiales et en petits groupes sont proposées aux personnes de tout âge touchées directement ou indirectement par la consommation d'alcool et d'autres drogues en appelant le service d'information et de référence sur l'alcool et les drogues 24 heures sur 24 de la Colombie-Britannique.

- Vallée du bas Fraser : 604-660-9382
- Numéro sans frais partout en Colombie-Britannique : 1-800-663-1441

## Services de santé mentale et de toxicomanie de la Colombie-Britannique

Les services de santé mentale et de toxicomanie de la Colombie-Britannique (BCMHSUS), une agence de la Provincial Health Services Authority (PHSA), offrent une gamme de services de toxicomanie et de santé mentale aux enfants, aux adolescents et aux adultes de la province.

- [Services de santé mentale et de toxicomanie de la Colombie-Britannique](#)

## Sites de prévention des surdoses et de consommation supervisée

Les sites de prévention des surdoses et de consommation supervisée sont des lieux sûrs où les personnes peuvent utiliser des drogues illicites sous la surveillance d'un personnel qualifié. Recherchez « consommation supervisée » ou « prévention des surdoses » dans le [répertoire des ressources et des ressources HealthLink BC](#) pour trouver un site dans votre communauté ou visitez le site Web de votre autorité sanitaire pour obtenir de plus amples informations.

- [Fraser Health, Sites de consommation supervisée](#)
- [Interior Health, Services de consommation supervisés mobiles](#)
- [Island Health, Prévention des surdoses](#)
- [Northern Health, Prévention des surdoses](#)
- [Vancouver Coastal Health, Prévention des surdoses](#)

**Dernière revue** : 4 mai 2018

Les informations fournies dans la fonction de santé de Be Drug Smart ont été adaptées de [Centre pour le contrôle des maladies de la Colombie-Britannique —Urgence de santé publique en Colombie-Britannique](#), consulté le 17 mai 2016, [Centre pour le contrôle des maladies de la Colombie-Britannique —Recommandations pour une stratégie de surdose d'opioïdes en Colombie-Britannique](#), consulté le 17 mai 2016., [Vers le cœur —Surdose d'opioïdes en Colombie-Britannique : Le fentanyl en hausse](#), consultée le 17 mai 2016, [connaissez-vous votre source —Qu'est-ce que le fentanyl?](#), consulté le 17 mai 2016, Service de coroner —Liste des drogues illicites en Colombie-Britannique, du 1er janvier 2007 au 30 septembre 2016, du 26 octobre 2016, Service de coroner —Liste des drogues illicites fentanyl, du 1er janvier 2012 au 31 août 2016, du 26 octobre 2016 (voir [Service aux coroners —Rapports statistiques](#)) et du [Gouvernement de la Colombie-Britannique —Sensibilisation aux surdoses en Colombie-Britannique —Foire aux questions](#), posée le 9 janvier 2017.

---

Pour les autres sujets traités dans les fiches HealthLinkBC, visitez [www.HealthLinkBC.ca/healthfiles](http://www.HealthLinkBC.ca/healthfiles) ou votre service de santé publique local. Pour les demandes de renseignements et de conseils sur la santé en C.-B. qui ne constituent pas une urgence, visitez [www.HealthLinkBC.ca](http://www.HealthLinkBC.ca) ou composez le **8-1-1** (sans frais). Les personnes sourdes et malentendantes peuvent obtenir de l'aide en composant le **7-1-1**. Des services de traduction sont disponibles sur demande dans plus de 130 langues.