

Qu'elles servent de stimulant, de drogue dans les milieux festifs, de dopant ou de produit amincissant, l'amphétamine et la méthamphétamine sont des substances psychostimulantes souvent utilisées de façon abusive dans le quotidien professionnel et les loisirs pour espérer améliorer le bien-être et les performances.

Comment agissent les amphétamines et leurs dérivés? Quelles sont les conséquences directes et à long terme de leur utilisation? Quels en sont les risques? Quelles sont les possibilités de prévention?

Amphétamines et méthamphétamines

Amphétamines: stimulants de synthèse

La dénomination «amphétamines» englobe non seulement l'amphétamine, mais aussi les produits agissant comme celle-ci. Il s'agit de substances de synthèse à l'effet stimulant. Par leur structure chimique, elles s'apparentent à deux neurotransmetteurs biologiques du corps humain: la noradrénaline et la dopamine. La méthamphétamine, dont l'action est plus forte que celle des amphétamines, appartient à la même famille.

D'autres substances chimiquement proches des amphétamines (par ex. MDEA, MDA, DOM ou 2C-B) ne font pas partie des stimulants à proprement parler, de par leurs effets psychoactifs différents; ils appartiennent au groupe des entactogènes ou des hallucinogènes. On trouvera des informations à leur sujet dans le feuillet d'information sur l'ecstasy.

Certains médicaments contiennent des amphétamines et sont utilisés dans un but purement thérapeutique, en particulier dans le traitement des troubles de l'attention et des narcolepsies (épisodes irrépressibles de sommeil de courte durée). Sur le marché noir, les amphétamines sont connues sous le nom de «speed». Il s'agit principalement de produits fabriqués illégalement qui contiennent souvent des impuretés et des additifs d'autre nature pour les couper. La méthamphétamine est aussi appelée «crank», «crystal», «crystal meth» ou «ice».

Histoire et législation

L'amphétamine a été synthétisée pour la première fois vers la fin du XIX^e siècle. On a découvert ses effets thérapeutiques au XX^e siècle, dans les années 30, où elle a d'abord servi de médicament contre les refroidissements mais aussi pour le traitement d'autres maladies comme le Parkinson, l'asthme, l'épilepsie et la schizophrénie. Pendant la Seconde Guerre mondiale, des millions de comprimés d'amphétamine ont été distribués aux soldats, en particulier aux pilotes et aux parachutistes. Les comprimés devaient leur servir à rester éveillés, et à augmenter leur goût du risque.

Durant les décennies qui ont suivi la Seconde Guerre mondiale, les amphétamines ont été utilisées de façon croissante comme stimulant ou comme coupe-faim par de larges couches de la population. Dans les années 60, les conséquences psychosociales de cette consommation, et ses importantes retombées sur la santé, ont entraîné dans le monde entier des restrictions tant au niveau de la fabrication que de la vente. Les amphétamines ont été dès lors soumises à la législation sur les stupéfiants en vigueur dans chaque pays.

Les sports d'endurance ont fait appel aux amphétamines comme dopant, avec pour conséquence plusieurs décès dans les

années 60. Le Comité international olympique et l'Union cycliste internationale introduisirent en 1967 les premiers règlements antidopage.

En Suisse, la fabrication, la remise et la consommation d'amphétamines ou de substances du même type sont réglementées par la Loi fédérale sur les stupéfiants du 3 octobre 1951. Le corps médical est néanmoins habilité à prescrire des médicaments contenant des amphétamines ou des substances analogues, au moyen d'une ordonnance spéciale pour les stupéfiants (ordonnance à souche numérotée). La consommation d'amphétamines sans ordonnance médicale est interdite et donc punissable par la loi.

Avec l'inscription des amphétamines sur la liste des stupéfiants et la diminution de leur accessibilité, la production s'est déplacée dans les laboratoires clandestins. La structure chimique relativement simple de l'amphétamine permet à des profanes de la synthétiser, elle-même ou ses dérivés. Dans ces conditions, le processus de fabrication donne fréquemment lieu à des résidus toxiques. Le produit est en outre coupé avec des additifs. Ce qui signifie que l'on trouve des qualités d'amphétamine très diverses sur le marché de la drogue.

Diffusion en Suisse

La consommation illégale d'amphétamines se fait surtout dans les milieux festifs. Les amphétamines se consomment également de façon clandestine, par exemple dans le but d'augmenter les performances professionnelles.

Selon l'Enquête suisse sur la santé 2002, 1% des personnes interrogées de 15 à 39 ans ont admis avoir déjà pris des amphétamines dans leur vie. Il n'existe pas d'enquête qui permette une évaluation plus récente de la consommation d'amphétamines au sein de la population suisse. Un rapport de la Commission européenne sur le problème mondial de la drogue au cours des dix dernières années (2008), qui synthétise les statistiques des Etats membres de la CE, montre que 1,3% des Européens de 15 à 34 ans ont au moins une fois consommé de l'amphétamine.

Il existe des chiffres plus actuels sur la situation de la consommation en Suisse pour les élèves de 15 ans. En 2007, 3% d'entre eux ont reconnu avoir déjà consommé des amphétamines ou d'autres stimulants (ESPAD).

Les effets

Les amphétamines agissent sur le système nerveux central en déclenchant la libération de noradrénaline et de dopamine. Du fait de leur solubilité dans l'eau et les graisses, les amphétamines passent aisément du sang au cerveau. Quant à la méthamphétamine, elle a un effet plus intense et plus durable.

Effets physiques

- augmentation de la pression sanguine
- accélération du rythme cardiaque
- dilatation des bronches
- augmentation de la fréquence respiratoire

L'effet provoqué par la noradrénaline augmente de façon générale les performances physiques. Le besoin de sommeil ainsi que les sensations de fatigue, de faim et de soif sont, quant à eux, réprimés.

Effets psychiques

- euphorie et bien-être
- renforcement de la confiance en soi
- attention et concentration accrues
- accélération du déroulement des pensées
- augmentation du désir sexuel

L'augmentation de la concentration et l'augmentation des performances ne concernent que les activités simples et répétitives.

L'amphétamine n'améliore pas les processus intellectuels complexes. Cependant, la suppression de la fatigue, la levée des inhibitions, l'augmentation de la prise de risques et la diminution de l'esprit critique donnent l'impression d'un accroissement général des performances.

A fortes doses, ces effets s'intensifient. Ce qui auparavant était ressenti de façon agréable comme une plus grande acuité de l'attention fait place à une activation croissante qui peut se transformer en un état de surexcitation et d'agitation. L'accélération des pensées et des associations d'idées peut se changer en une activité effrénée,

Types de consommation, délai d'apparition et durée des effets

Les amphétamines se présentent sous forme de poudre ou en cristaux, plus rarement en comprimés. Elles peuvent être avalées, fumées, sniffées ou injectées par voie intraveineuse. La forme de consommation a une influence sur le temps d'apparition et la durée des effets.

Si les amphétamines sont sniffées, l'effet se fait sentir après quelques minutes; lorsqu'on les fume ou les injecte, elles agissent en quelques secondes: c'est le «rush». Dans ce cas, l'absorption se fait directement par les muqueuses nasales, par le sang ou les poumons. Les effets de l'amphétamine durent jusqu'à 8 heures. Dans le cas de la méthamphétamine, jusqu'à 70 heures. La méthamphétamine est souvent sniffée ou fumée.

Lorsque l'on prend de l'amphétamine sous forme de comprimés, le principe actif est diffusé dans tout le corps par le tube digestif. De cette manière, la substance est absorbée lentement et régulièrement. L'effet se fait sentir après 30 à 60 minutes.

avec une diminution du pouvoir de concentration. On en vient à un besoin accru de parler qui peut se muer en une véritable logorrhée.

Lorsque l'effet diminue, une fatigue extrême se ressent, souvent accompagnée d'une humeur dépressive et de l'irritation. Cette phase de «down» peut, selon les circonstances, durer quelques jours.

Risques et conséquences

Les risques de la consommation dépendent de sa fréquence, de sa durée, du dosage, de la qualité de la drogue, de la situation de consommation, de l'état de santé et de la disposition psychique de l'individu.

Risques immédiats de la consommation d'amphétamines

L'accélération du rythme cardiaque peut prendre des proportions alarmantes et entraîner une crise cardiaque, une hémorragie cérébrale et/ou une attaque d'apoplexie. La méthamphétamine agit deux fois plus violemment sur le système cardiovasculaire que l'amphétamine. Les décès subits des sportifs sont souvent dus à l'usage d'amphétamines.

Les amphétamines prises à fortes doses, en particulier par injection intraveineuse, peuvent mener à une intoxication. Celle-ci peut être accompagnée d'états anxieux (psychose amphétaminique), d'une brusque augmentation de la tension artérielle avec un danger accru d'hémorragie cérébrale, d'hypotension ou de convulsions. Une intoxication à l'amphétamine peut conduire à une paralysie de l'appareil respiratoire, à un collapsus cardiovasculaire et jusqu'à la mort, suite à une défaillance du cœur.

Risques à plus long terme

La consommation régulière d'amphétamines entraîne rapidement une accoutumance qui pousse les consommateurs/trices à augmenter la dose pour obtenir le même effet.

Le grand risque d'une consommation de longue durée est de voir se développer une dépendance. Celle-ci peut déjà apparaître quand les amphétamines ne sont consommées qu'en certaines occasions et à faibles doses. Lorsque la substance est prise sous forme d'injections intraveineuses ou d'inhalations, une dépendance peut s'installer plus rapidement qu'avec des comprimés.

Parmi les conséquences psychiques de la consommation chronique d'amphétamines, on compte la dépression accom-

pannée d'anxiété et d'épuisement, l'agitation, l'irritabilité, une agressivité accrue, ainsi qu'une absence d'inhibition et de sens critique. De plus, il existe le risque de la psychose amphétaminique qui peut durer jusqu'à un mois. En outre, les consommateurs/trices chroniques sont entraînés parfois pendant des heures dans des activités répétitives et aberrantes.

La consommation chronique d'amphétamines entraîne également des atteintes physiques; par exemple la perte de poids, l'affaiblissement du système immunitaire, les lésions de certains organes (en particulier les reins, l'estomac et de l'intestin), les œdèmes pulmonaires. De plus, des troubles du rythme cardiaque et des lésions cardiaques peuvent également survenir. On retrouve également, dans les autres symptômes typiques, l'assèchement des muqueuses de la bouche et de la gorge, les blessures difficiles à guérir, les états d'épuisement et les troubles du sommeil.

Syndrome de sevrage

L'arrêt des amphétamines entraîne un syndrome de sevrage, surtout lorsque la consommation se faisait par voie intraveineuse ou par inhalation. Les symptômes sont l'épuisement, la fatigabilité, la mauvaise humeur, la dépression, un plus grand besoin de sommeil, une augmentation de l'appétit, de l'anxiété et des troubles de la concentration. On observe également des tendances suicidaires. Le syndrome de sevrage s'estompe généralement après une à deux semaines. Il faut par contre un délai bien plus long pour se défaire de la dépendance psychique, qui se manifeste particulièrement par un besoin récurrent de consommer.

Consommation mixte

Les amphétamines sont fréquemment consommées en combinaison avec d'autres substances psychoactives.

En prenant des produits calmants (barbituriques, tranquillisants, cannabis, alcool) à la suite de stimulants, certaines personnes tentent d'éviter les états pénibles d'agitation. On utilise inversement les amphétamines comme stimulant après avoir consommé de l'héroïne et de la cocaïne

en particulier, ainsi que pour réprimer les symptômes de manque. De cette manière, on tombe souvent dans le cercle vicieux de la consommation en alternance des substances excitantes («uppers») et calmantes («downers»).

Lorsque l'on consomme des amphétamines en combinaison avec de l'alcool ou d'autres drogues, on s'expose à des interactions physiques et psychiques imprévisibles.

Consommation d'amphétamines pendant la grossesse

Si une femme enceinte consomme des amphétamines, le principe actif parvient au fœtus par le sang, ce qui peut entraîner de graves troubles du développement et du comportement pour l'enfant à naître. La prise d'amphétamines peut également provoquer des contractions et un accouchement prématuré.

Prévenir, limiter les dégâts et traiter

Au vu des risques importants que les amphétamines et les autres substances du même type peuvent faire courir, ce groupe de médicaments ne peut être utilisé de façon responsable que dans le contexte d'une prescription médicale claire.

Les amphétamines qu'on se procure au marché noir présentent de gros risques: non seulement de par la dangerosité de la substance en soi, mais aussi à cause d'un dosage inconnu et de ses impuretés (par ex. les résidus toxiques du processus chimique). Le but primordial de la prévention ne peut être que de dissuader les personnes d'entrer dans la consommation ou de les aider à en sortir. Il est important également de les informer sur les modes d'action de ces

drogues et sur leurs risques. Parallèlement, il convient d'aider ces personnes à développer des compétences émotionnelles et sociales et de les amener à une prise de conscience: repousser les limites de ses performances à l'aide de substances chimiques est illusoire.

Par ailleurs, une activité importante de la prévention est de conseiller les utilisateurs/trices pour réduire les dommages et les risques de la consommation.

Des centres d'aide et de conseil offrent leur soutien aux personnes qui rencontrent des problèmes avec leur consommation d'amphétamines, et les aident à sortir de la consommation.