



LES FAUSSES IDEES SUR LA DROGUE

Fiche pratique

DES IDEES FAUSSES

La vidéo que vous venez de voir met en garde contre des idées souvent avancées sur les drogues et montre en quoi elles sont fausses : « la drogue, c'est pas bien grave », « tout le monde en prend », « on arrête quand on veut » ...

FausSES, elles le sont, mais aussi dangereuses en faisant croire que prendre de la drogue est anodin, sans conséquence. Or, c'est tout le contraire comme nous allons le voir maintenant.

DES IDEES DANGEREUSES

Prendre de la drogue procure un sentiment de bien-être, d'apaisement et en même temps souvent on éprouve une euphorie, une capacité bien plus grande à réfléchir, parler et se mouvoir avec aisance ou encore faire preuve d'adresse et de force physiques. **C'est la première raison qui fait que l'on se drogue.**

Mais **cet état ne dure pas longtemps**. En outre, **il est presque toujours suivi d'un état complètement contraire, de dépression, d'apathie, de prostration** qui fait souffrir et isole encore plus la personne, alors que très probablement elle tente par la drogue de s'échapper à la solitude, la douleur, le sentiment d'un échec. Pour retrouver cette impression de bien-être, elle prend de nouveau une dose de drogue.

C'est ainsi que s'installe un cycle qui mène vite à la **toxicomanie**, c'est-à-dire la dépendance à la drogue, dont il est extrêmement difficile de sortir.

Or la prise de drogue n'a pas seulement pour effet cette oscillation entre moment de bien-être et moment de mal-être. C'est aussi de **nombreux effets négatifs sur l'organisme et la santé, avec des répercussions graves, voire très graves sur l'existence quotidienne** (difficulté puis incapacité à se concentrer pour pouvoir travailler ou conduire une voiture, irritabilité et accès de violence ...). Certains ravages causés à l'organisme sont graves et irréversibles, conduisant souvent plus ou moins vite à une mort prématurée.

COMMENT EXPLIQUER CETTE MECANIQUE DES DROGUES ?

Le secret des drogues, c'est qu'**elles interagissent avec le fonctionnement de notre cerveau**. La science explique parfaitement la manière dont ça se passe, en particulier la réaction du cerveau qui crée cette impression de manque et d'envie de prendre de nouveau la drogue.

C'est la raison pour laquelle il est si difficile de sortir de la toxicomanie.

QUELLE CONCLUSION ?

Résumons : 1/ le bien-être procuré par la drogue est un moment court qui en plus s'enchaîne sur un état de mal-être

2/ la drogue provoque des dommages à l'organisme, dont beaucoup sont irréversibles, incurables, d'où la mort prématurée chez nombre de toxicomanes

3/ la drogue détraque le cerveau, d'où la difficulté à cesser d'en prendre.

La conclusion qui s'impose est donc : **ne pas succomber à la tentation de prendre de la drogue, quelle qu'en soit la raison.**

Plutôt que d'y céder parce que l'on se sent mal, qu'on est accablé par des problèmes, s'efforcer de parler à des personnes de confiance, un proche, son médecin, un travailleur social, une association ... Ils apporteront soutien et conseil, soulagement et aide ; certes l'effet ne sera pas aussi immédiat, aussi « agréable », mais ce ne sera ni illusoire, ni destructeur comme la drogue.

A SAVOIR EN PRATIQUE

Si la toxicomanie est la prise régulière de drogue, il y a également d'autres comportements semblables où la personne ne peut s'empêcher de se livrer à une certaine activité comme le jeu, le tabagisme, la boulimie. On parle de **conduite addictive** ou d'**addiction**. Les addictions, avec au premier rang la toxicomanie, constituent une expérience douloureuse pour les individus, un problème difficile pour la société.

Aussi les pouvoirs publics ont créé des structures dédiées à la lutte contre les addictions, les **CSAPA** (Centre de soin, d'accompagnement et de prévention en addictologie), un par département. On peut y trouver de façon confidentielle aide, conseil et bien entendu soin.

Les CSAPA offrent aussi un service à distance, par téléphone (Drogues Info Service au [0 800 23 13 13](tel:0800231313)) ou [tchat](#) sur le site www.drogues-info-service.fr.

Autres structures, les **CAARUD** (Centres d'Accueil et d'Accompagnement à la Réduction des risques pour Usagers de Drogues) sont des établissements médico-sociaux destinés à accueillir des usagers de drogues, offrant soin et conseil sur leur addiction mais aussi une aide à l'insertion.

Rappelons que comme sur d'autres sujets, il est possible de trouver aide et soutien auprès d'un assistant(e) social(e) (voir les CCAS, Centre communaux d'action sociale) comme des associations, nombreuses à intervenir dans le domaine de la lutte contre les drogues.

On trouve sur **internet** des informations sur les drogues, leurs effets, les conseils pour les éviter ou pour en sortir ainsi que des témoignages: [mettre sur un moteur de recherche \(Google, Firefox ou autre\) les mots clés : drogues, alcool, prévention, effets ...](#)

Important : les drogues et même certains médicaments induisent chez une femme enceinte des problèmes pour le fœtus pouvant aller jusqu'à des malformations du futur bébé.