

Information concernant des façons de fumer à moindres risques : fumer avec du papier d'aluminium

Ce feuillet d'information fournit aux prestataires de services des moyens de renseigner et de guider leurs client·e·s et de les aider à fumer des drogues à moindres risques à l'aide d'une feuille d'aluminium. Le papier d'aluminium est utilisé comme surface pour fumer des drogues. De nombreuses drogues peuvent se fumer à l'aide de papier d'aluminium, notamment l'héroïne, le fentanyl, la cocaïne sous forme de crack, la méthamphétamine en cristaux et certains comprimés écrasés. On se sert de différents accessoires (comme des pailles, des tiges droites ou des tubes en aluminium) pour inhaler les vapeurs.

Fumer des drogues avec une feuille d'aluminium est un moyen efficace de réduire le risque de survenue de nombreux méfaits liés à l'injection de drogues, notamment les lésions veineuses, les infections transmissibles par le sang telles que l'hépatite C et le VIH, et d'autres types d'infections sanguines, cutanées et cardiaques. Cependant, fumer des drogues avec du papier d'aluminium peut entraîner certains méfaits, notamment la surdose ou les méfaits liés aux drogues contaminées.

Les personnes qui fument des drogues peuvent réduire considérablement le risque de problèmes de santé en utilisant leur propre matériel, en ne partageant pas ces articles et en

FEUILLET
D'INFORMATION

Mise à jour
2025

www.catie.ca

    /CATIEinfo

adoptant d'autres façons plus sécuritaires de fumer. L'accès aux articles destinés à la réduction des méfaits et à l'information favorise un usage aussi sécuritaire que possible des drogues. C'est également un moyen d'établir des relations et d'orienter les personnes vers d'autres services sociaux et de santé, notamment des services de traitement.

Matériel pour fumer à moindres risques

L'utilisation de matériel permettant de fumer de façon plus sécuritaire et le fait de ne pas partager ces articles sont des moyens de prévenir la transmission d'infections telles que les hépatites B et C, et de réduire les risques de coupures et de brûlures aux lèvres et à la bouche. Tous les articles sont destinés à un usage personnel et ne doivent être partagés avec personne. Du sang, même en quantité invisible, peut persister sur les produits utilisés et servir de véhicule à la transmission d'infections si ceux-ci sont partagés.

Il est recommandé d'utiliser le matériel suivant pour prévenir de tels problèmes et promouvoir des façons plus sécuritaires de fumer :

- Tampons imbibés d'alcool : pour se nettoyer les doigts et les surfaces de préparation
- Feuilles d'aluminium provenant d'un organisme voué à la réduction des méfaits : servent de surface pour fumer ou vapoter des drogues.
- Paille, tige droite ou feuille d'aluminium roulée en tube : pour inhaler les vapeurs

Présenter les façons plus sécuritaires de fumer à l'aide de feuilles d'aluminium

Utiliser du matériel pour fumer de façon plus sécuritaire

Les feuilles d'aluminium fournies par un programme de réduction des méfaits sont spécialement conçues pour l'usage de drogues. Elles sont plus épaisses que le papier d'aluminium domestique ou le papier de teinture capillaire et fournissent une surface plus stable lorsqu'elles sont chauffées, ce qui réduit le risque de brûlures. En outre, le papier d'aluminium domestique et le papier pour teinture capillaire sont recouverts d'une couche d'huile qui, lorsqu'elle est chauffée, peut brûler et libérer des produits chimiques dont l'inhalation peut être nocive.

Mélange de différentes substances

Le mélange de drogues comporte des risques. Le mélange de différentes drogues peut avoir des effets plus puissants ou d'une autre nature que l'une ou l'autre drogue prise seule. Mélanger des stimulants comme la méthamphétamine en cristaux avec des opioïdes comme le fentanyl ou l'héroïne fait augmenter le risque de crise cardiaque, d'accident vasculaire cérébral (AVC) et de surdose. Par ailleurs, les drogues ne restent pas toutes dans l'organisme pendant la même durée. Il est important de toujours commencer par une faible quantité et de redoubler de prudence en cas d'utilisation de doses multiples ou de mélange de drogues.

Surdose (drogues contaminées)

Lorsqu'une personne fait usage de drogues provenant du marché illégal, le risque de surdose ou de contamination est plus élevé. On peut essayer de prévenir les surdoses ou de s'y préparer par les moyens suivants :

- utiliser les drogues en compagnie d'autres personnes ou dans un site de consommation supervisé;
- commencer par une faible quantité et augmenter doucement la dose;

- faire analyser ses drogues, si c'est possible;
- avoir de la naloxone en sa possession et savoir comment l'utiliser.

La naloxone permet de neutraliser temporairement une surdose d'opioïdes. Une personne peut être en proie à une surdose d'opioïdes si elle ne réagit pas ou perd connaissance, si elle respire lentement ou pas du tout, si elle ronfle ou émet des bruits d'étouffement ou de gargouillement, si sa peau est froide ou moite ou si ses lèvres et ses ongles sont bleus ou gris.

Surexcitation liée à l'usage de stimulants (« overamping »)

Voici les signes possibles d'un état de surexcitation lié à l'usage de stimulants : accélération de la fréquence cardiaque, douleurs thoraciques, rigidité ou secousses des membres, sensation de peau chaude ou moite, anxiété, agitation et hallucinations. Si une personne est en état de surexcitation, elle aura sans doute besoin d'aide pour se calmer, se rafraîchir et se reposer. Des soins médicaux d'urgence sont nécessaires en cas de douleur thoracique intense ou de convulsions, si la personne perd connaissance ou si elle ne respire plus. La naloxone n'agit que sur les opioïdes et ne neutralise pas l'état de surexcitation lié à l'usage de stimulants, mais son utilisation est sans danger et peut être utile si on soupçonne une surdose d'opioïdes.

Ressources

Répondre à une surdose d'opioïdes, Répondre à une surconsommation ou à une surdose de stimulants – CATIE, Toward the Heart BCCDC Harm Reduction Services

Les bases de la réduction des méfaits : trousse pour prestataires de services – CATIE

Parlons-en! Le matériel de réduction des méfaits comme outil d'interaction – Programme ontarien de distribution des ressources pour la réduction des méfaits

Recommandations de pratiques exemplaires pour les programmes canadiens de réduction des méfaits – Groupe de travail sur les pratiques exemplaires pour les programmes de réduction des méfaits au Canada

Remerciements

Cette ressource est adaptée du guide intitulé *Parlons-en! Le matériel de réduction des méfaits comme outil d'interaction*, du Programme ontarien de distribution des ressources pour la réduction des méfaits (PODRRM). CATIE remercie également les réviseur·e·s qui ont contribué par leur expertise à l'élaboration de ce document.

Déni de responsabilité

CATIE renforce la réponse pancanadienne face au VIH et à l'hépatite C en faisant le pont entre la recherche et la pratique. Nous mettons les travaux scientifiques les plus récents à la disposition des prestataires de soins de santé et de services communautaires et promouvons les pratiques exemplaires des programmes de prévention, de traitement et de réduction des méfaits.

CATIE s'efforce d'offrir l'information la plus à jour et la plus précise au moment de mettre sous presse, mais cette information ne doit toutefois pas être considérée comme des conseils médicaux. Toute décision concernant un traitement médical particulier devrait toujours se prendre en consultation avec un-e professionnel-le de la santé qualifié-e. À des fins de promotion de la santé publique, les ressources offertes par CATIE peuvent contenir des descriptions ou des représentations de nature sexuelle ou concernant l'usage de drogues. Les opinions exprimées dans les présentes peuvent ne pas refléter les politiques ou les opinions de CATIE ou de ses partenaires ou bailleurs de fonds.

Le présent document a été produit grâce à une contribution financière de l'Agence de la santé publique du Canada.

Reproduction de ce document

Ce document est protégé par le droit d'auteur. Il peut être réimprimé et distribué dans son intégralité à des fins non commerciales sans permission, mais toute modification de son contenu doit être autorisée. Le message suivant doit apparaître sur toute réimpression de ce document : *Ces renseignements ont été fournis par le Réseau canadien d'info-traitements sida (CATIE). Pour plus d'information, veuillez communiquer avec CATIE à info@catie.ca.*

Les feuillets d'information de CATIE sont disponibles gratuitement à l'adresse **www.catie.ca**

www.catie.ca

    /CATIEinfo



La source canadienne
de renseignements sur
le VIH et l'hépatite C