

Fiche 5

d'informations

Usagers de drogue et réduction des risques

De nombreuses drogues sont utilisées à des fins de plaisir : le cannabis, les amphétamines, l'héroïne, la cocaïne, le khat, l'ecstasy, l'alcool. Toutes les drogues (tabac inclus) peuvent affecter votre santé et affaiblir votre système immunitaire.

Rester en bonne santé est vital. En général, la plupart des drogues affectent votre santé. Néanmoins, certains experts soulignent que la consommation de cannabis peut être bénéfique pour certaines personnes souffrant de certains problèmes de santé, y compris ceux associés au VIH-SIDA.

La plupart des drogues tendent à être considérées comme un seul et unique ensemble et dans la plupart des pays, elles sont illégales. Ironiquement, le tabac et l'alcool qui sont aussi si ce n'est plus dangereux que certaines drogues douces illégales, sont en vente libre dans la plupart des pays. Pour toutes sortes de raisons, de nombreuses personnes consomment des drogues: pour se relaxer, s'exciter, échapper aux difficultés de la vie, parce que votre partenaire ou vos amis en consomment.

Avaler, inhaler ou fumer certaines drogues ne transmet pas le VIH. Il en est de même pour la consommation d'alcool. Néanmoins, ces pratiques peuvent altérer votre santé ou vous entraîner à prendre des risques inconsidérés.

Partager des aiguilles ou des seringues contaminées peut transmettre le VIH. Il est également possible d'attraper le virus en utilisant du matériel d'injection contaminé. Il est important de ne pas partager le coton, les cuillères, les capsules de bouteilles, ou les filtres de cigarettes utilisés afin de "bloquer" la drogue dans la seringue. Le partage de la seringue, de l'aiguille et du matériel utilisé pour une injection de drogue est une pratique à haut risque de contamination par le VIH. Et même si vous ne vous injectez pas la drogue par voie intraveineuse, par exemple si vous vous injectez le produit dans la peau ou dans un muscle, le partage des seringues comporte toujours un risque.

Si vous êtes dans une situation où vous n'avez pas le choix, il existe des façons de partager l'équipement tout en réduisant la possibilité d'une contamination. Si vous vous assurez que vous nettoyez votre équipement, alors vous aurez sérieusement réduit les risques d'une contamination.

Bien que cela ne garantisse pas l'élimination totale des risques, c'est mieux que rien. Essayez! Vous en valez la peine!

Comment nettoyer votre équipement?

- À l'aide de l'aiguille, remplissez la seringue d'eau de Javel. Secouez trente fois pendant à peu près trente secondes.
- Capsules de bouteilles, cuillères ou tout autre ustensile utilisé dans la préparation de la drogue doivent également être nettoyés avec de l'eau et de l'eau de Javel.
- À l'aide de l'aiguille, remplissez la seringue d'eau fraîche, secouez, puis videz l'eau. Répétez cette action trois fois de suite.
- Faites attention à ne pas boire ou à ne pas vous injecter de l'eau de Javel.
- Si vous ne disposez pas d'eau de Javel, de l'alcool à brûler ou de l'alcool à boire, ou même du liquide vaisselle peuvent être utilisés.
- Dans ce cas, suivez la même procédure qu'avec l'eau de Javel.
- À l'aide de l'aiguille, remplissez la seringue d'eau fraîche, puis videz. Répétez trois fois de suite après avoir fait de même avec de l'eau et du savon.

Évitez d'utiliser de l'eau chaude. La chaleur entraîne une coagulation du sang qui par conséquent peut rester collé à l'aiguille ou à la seringue. Des seringues jetables commenceront à fondre si elles sont en contact avec de l'eau bouillante.

Quelques conseils

Jetez votre équipement en prenant des précautions. Si vous ne disposez pas d'une boîte à aiguilles, placez l'aiguille et la seringue dans une boîte de conserve, remplissez la boîte afin de vous assurer que l'aiguille et la seringue resteront en place, et placez cette boîte dans une poubelle.

D'autres infections peuvent être contractées par la pratique d'injection. Les hépatite B et C sont potentiellement de sérieuses maladies et se transmettent plus facilement que le VIH en partageant du matériel d'injection. De plus, partager des seringues souillées peut vous exposer à être contaminée par différentes souches du virus VIH.