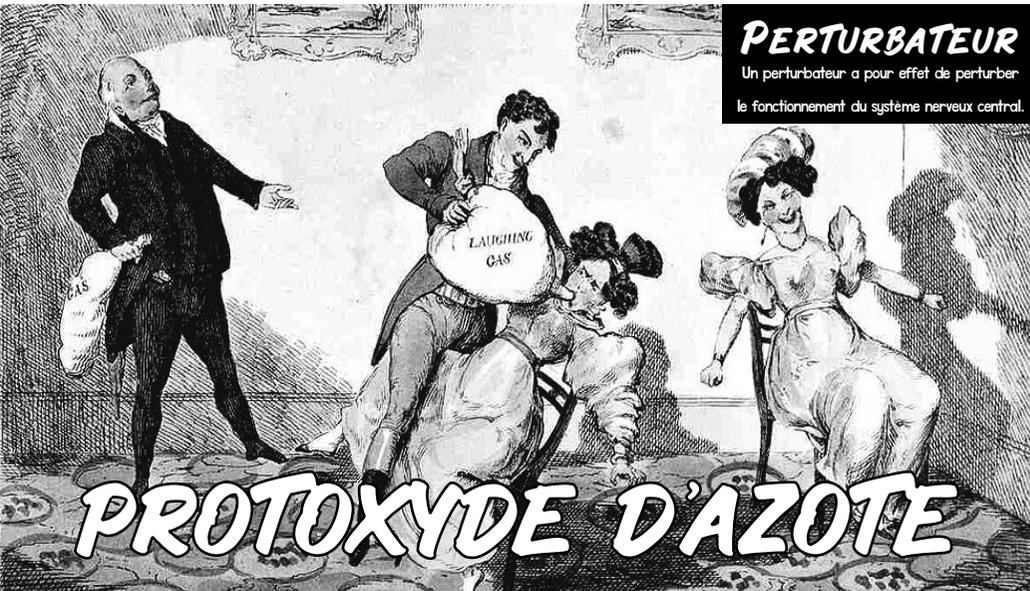


PERTURBATEUR

Un perturbateur a pour effet de perturber

le fonctionnement du système nerveux central.



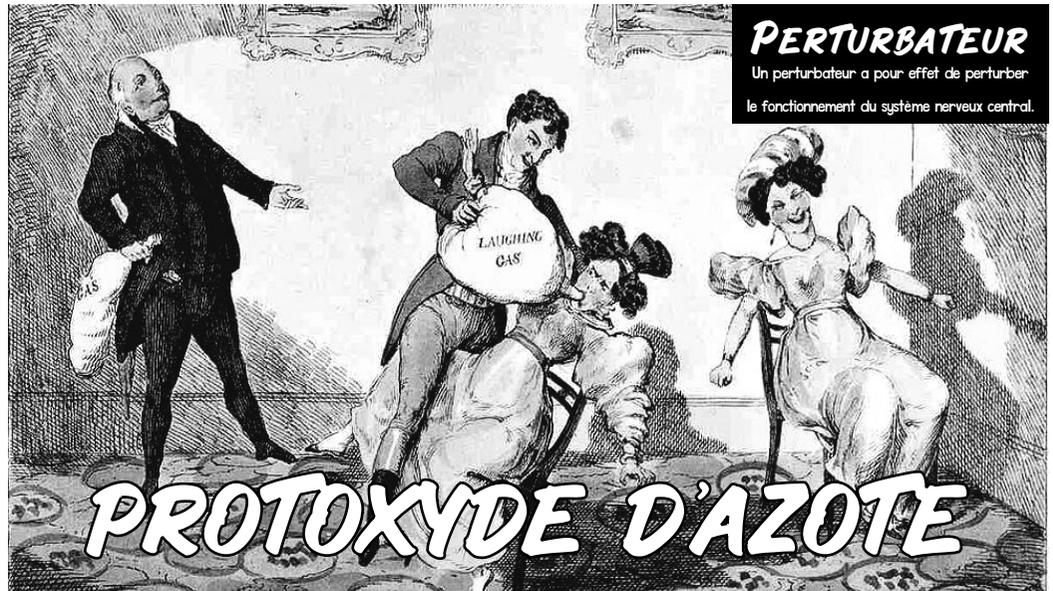
PROTOXYDE D'AZOTE

Imprimé par nos soins - Ne pas jeter sur la voie publique

PERTURBATEUR

Un perturbateur a pour effet de perturber

le fonctionnement du système nerveux central.



PROTOXYDE D'AZOTE

Imprimé par nos soins - Ne pas jeter sur la voie publique



06 23 66 47 99
coordination@polefestif-bfc.org
www.polefestif-bfc.org



06 23 66 47 99
coordination@polefestif-bfc.org
www.polefestif-bfc.org

10 CONSEILS POUR REDUIRE LES RISQUES

- **Assieds toi avant de consommer**, il y a des risques de perte d'équilibre et/ou connaissance.
- **Ne consomme jamais directement depuis la bonbonne**, tu risquerais des gelures au nez, des lèvres et des cordes vocales. **Utilise exclusivement les ballons.**
- **Attention aux briquets et cigarettes**, le proto est très inflammable.
- **Ne consomme pas si tu as le rhume** car tu risques de faire exploser ton tympan sous la pression.
- **Assure-toi d'avoir toujours un bon apport en oxygène.**
- **Évite de prendre le volant**, ton seuil de vigilance est abaissé.
- **N'inhale pas plus de quelques secondes et évite de multiplier les prises**, tu risques de t'évanouir.
- **Évite de mélanger le proto** avec d'autres produits (alcool, cannabis, amphétamines, hallucinogènes...)
- **Jette ton ballon** après usage pour éviter tout risque de transmission de virus.
- Et n'oublie pas **les capotes et le gel.**

10 CONSEILS POUR REDUIRE LES RISQUES

- **Assieds toi avant de consommer**, il y a des risques de perte d'équilibre et/ou connaissance.
- **Ne consomme jamais directement depuis la bonbonne**, tu risquerais des gelures au nez, des lèvres et des cordes vocales. **Utilise exclusivement les ballons.**
- **Attention aux briquets et cigarettes**, le proto est très inflammable.
- **Ne consomme pas si tu as le rhume** car tu risques de faire exploser ton tympan sous la pression.
- **Assure-toi d'avoir toujours un bon apport en oxygène.**
- **Évite de prendre le volant**, ton seuil de vigilance est abaissé.
- **N'inhale pas plus de quelques secondes et évite de multiplier les prises**, tu risques de t'évanouir.
- **Évite de mélanger le proto** avec d'autres produits (alcool, cannabis, amphétamines, hallucinogènes...)
- **Jette ton ballon** après usage pour éviter tout risque de transmission de virus.
- Et n'oublie pas **les capotes et le gel.**

Réduction des Risques en Bourgogne - Franche Comté

(Trouver du matériel, des conseils, demander une intervention de RdR sur ton événement festif...)

Autres Structures :
CSAPA* Solea - Besançon : 03 81 83 03 32
CSAPA* BRIAND - Dole : 03 84 82 83 85
*Centre de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie

RdR à distance : rdr-a-distance.info
Franche-Comté : 07 64 61 48 68 // Bourgogne : 06 74 49 98 60

Ensemble Limitons les Risques
Besançon : 06 21 89 52 42

Prév'enTeuf 68
Mulhouse : 06 70 18 41 78

Ithaque festif
Strasbourg : 06 86 96 10 55



Les CAARUD :

(Centre d'Accueil et d'Accompagnement à la Réduction des risques pour les Usagers de Drogues)

- CAARUD 25 AIDES Besançon
03 81 81 80 00
- CAARUD ENTR'ACTES Belfort (90)
Montbéliard (25)
03 81 31 29 41
- CAARUD 70 - AAF Vesoul
03 84 76 75 75
- CAARUD OPPELIA PASSERELLE 39
Lons le Saunier
03 84 24 66 83 / 06 79 38 82 11
- CAARUD LE SPOT (21) Dijon
03 80 30 46 16 / 06 88 22 39 18
- CAARUD LE 16 KAY (71) Chalons-sur-Saône
09 54 65 46 65 / 06 82 52 64 12
- CAARUD 89 - AAF Auxerre
03 86 33 76 41 / 06 76 62 44 18
- CAARUD 58 AIDES Nevers
03 86 59 09 48

Réduction des Risques en Bourgogne - Franche Comté

(Trouver du matériel, des conseils, demander une intervention de RdR sur ton événement festif...)

Autres Structures :
CSAPA* Solea - Besançon : 03 81 83 03 32
CSAPA* BRIAND - Dole : 03 84 82 83 85
*Centre de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie

RdR à distance : rdr-a-distance.info
Franche-Comté : 07 64 61 48 68 // Bourgogne : 06 74 49 98 60

Ensemble Limitons les Risques
Besançon : 06 21 89 52 42

Prév'enTeuf 68
Mulhouse : 06 70 18 41 78

Ithaque festif
Strasbourg : 06 86 96 10 55



Les CAARUD :

(Centre d'Accueil et d'Accompagnement à la Réduction des risques pour les Usagers de Drogues)

- CAARUD 25 AIDES Besançon
03 81 81 80 00
- CAARUD ENTR'ACTES Belfort (90)
Montbéliard (25)
03 81 31 29 41
- CAARUD 70 - AAF Vesoul
03 84 76 75 75
- CAARUD OPPELIA PASSERELLE 39
Lons le Saunier
03 84 24 66 83 / 06 79 38 82 11
- CAARUD LE SPOT (21) Dijon
03 80 30 46 16 / 06 88 22 39 18
- CAARUD LE 16 KAY (71) Chalons-sur-Saône
09 54 65 46 65 / 06 82 52 64 12
- CAARUD 89 - AAF Auxerre
03 86 33 76 41 / 06 76 62 44 18
- CAARUD 58 AIDES Nevers
03 86 59 09 48

QU'EST-CE DONC ?

Le **protoxyde d'azote**, plus connu sous le nom de « **gaz hilarant** » ou « **proto** », est un composé chimique de formule N2O qui est stocké sous forme liquide dans des bonbonnes ou des cartouches métalliques ovales et qui devient un gaz très froid lorsqu'il est expulsé de son conteneur.

Il a été découvert à la fin du 18ème siècle, vite reconnu efficace en médecine pour ses propriétés **analgésiques** et **anesthésiantes**. Même s'il est toujours utilisé en milieu hospitalier, il est maintenant réputé dans l'industrie alimentaire (par exemple pour propulser la crème chantilly) et est donc en vente libre.

Le **protoxyde d'azote** est surnommé « gaz hilarant » depuis l'époque où les cirques itinérants organisaient des séances collectives d'inhalation afin de se donner en spectacle en ayant l'air hilare.

En milieux festifs, il est utilisé pour ses **effets psychoactifs**. Il est généralement **consommé dans des ballons de baudruche**.

Lorsque que le proto est inhalé, il provoque une **montée rapide et chaleureuse**. C'est lors de la descente qui survient rapidement que les effets désirés vont se faire sentir.

Il peut s'agir de **fous rires** (pas systématiques, mais généralement communicatifs), de **distorsion des sons**, des idées nouvelles. Cela dure peu de temps et des **vertiges** peuvent être ressentis.

LES EFFETS C'EST QUOI ?

L'intensité des effets **varie selon chaque personne**, le contexte dans lequel elle consomme, la quantité et la qualité du produit consommé.

L'inhalation du protoxyde d'azote entraîne de **l'euphorie** souvent accompagnée de **rires incontrôlables** (d'où le nom de gaz hilarant), et de distorsions visuelles et auditives.

L'inhalation **modifie la voix** qui devient particulièrement grave durant quelques secondes.

Durée des effets : Les effets surviennent en 10 à 30 secondes après inhalation et ne durent que **2 à 3 minutes**.

MAIS C'EST AUSSI..

À court terme, le proto peut provoquer des **maux de tête**, des **nausées** et **vomissements**, des **crampes abdominales** et **diarrhées**, un **risque d'asphyxie** par manque d'oxygène (surtout si le gaz est pur) puis des **gelures** au nez, lèvres et des cordes vocales.

À long terme aussi il existe des risques tels que des **vertiges**, des **troubles neurologiques** (tremblements, difficulté à coordonner ses mouvements...), des **troubles cardiovasculaires**, des **picotements et engourdissements** aux doigts et orteils, des **pertes de mémoire** ainsi que des **troubles du sommeil** et de **l'humeur** (paranoïa).

Pour les personnes suivant un régime végétarien/végétalien, le **risque d'anémie** et de **problèmes de coagulation du sang** est plus élevé.

Il existe également un **risque de confusion des bonbonnes** de N2O avec des bonbonnes de CO2 (bien lire l'étiquette ou la capsule, vérifier que le conteneur est argenté (jaune = CO2 = toxique).

En cas de surdose, malaise ou gêne inhabituelle :

En cas de nausée : Ne pas rester seul.e, s'aérer, se réhydrater, respirer profondément, se reposer. Ne pas s'empêcher de vomir. Ne pas continuer à boire. Se coucher sur le côté.

En cas de perte de conscience (malaise vagal) : Si la personne respire, allonge la sur le côté, défais tout ce qui peut gêner la respiration (col, ceinture) puis dans tous les cas, alerte ou fais prévenir les secours (112). En attendant, appelle la personne par son prénom en lui demandant d'ouvrir les yeux, de serrer ta main. Prévois un truc sucré et reporte toi aux infos juste au dessus si la personne reprend conscience. Reste présent quand les secours arrivent pour leur dire ce qui s'est passé et notamment ce que la personne a pris.

N'hésite pas à prévenir les secours (18 ou 112). Il n'y a aucune honte. Les secouristes sont tenus à la confidentialité.

QU'EST-CE DONC ?

Le **protoxyde d'azote**, plus connu sous le nom de « **gaz hilarant** » ou « **proto** », est un composé chimique de formule N2O qui est stocké sous forme liquide dans des bonbonnes ou des cartouches métalliques ovales et qui devient un gaz très froid lorsqu'il est expulsé de son conteneur.

Il a été découvert à la fin du 18ème siècle, vite reconnu efficace en médecine pour ses propriétés **analgésiques** et **anesthésiantes**. Même s'il est toujours utilisé en milieu hospitalier, il est maintenant réputé dans l'industrie alimentaire (par exemple pour propulser la crème chantilly) et est donc en vente libre.

Le **protoxyde d'azote** est surnommé « gaz hilarant » depuis l'époque où les cirques itinérants organisaient des séances collectives d'inhalation afin de se donner en spectacle en ayant l'air hilare.

En milieux festifs, il est utilisé pour ses **effets psychoactifs**. Il est généralement **consommé dans des ballons de baudruche**.

Lorsque que le proto est inhalé, il provoque une **montée rapide et chaleureuse**. C'est lors de la descente qui survient rapidement que les effets désirés vont se faire sentir.

Il peut s'agir de **fous rires** (pas systématiques, mais généralement communicatifs), de **distorsion des sons**, des idées nouvelles. Cela dure peu de temps et des **vertiges** peuvent être ressentis.

LES EFFETS C'EST QUOI ?

L'intensité des effets **varie selon chaque personne**, le contexte dans lequel elle consomme, la quantité et la qualité du produit consommé.

L'inhalation du protoxyde d'azote entraîne de **l'euphorie** souvent accompagnée de **rires incontrôlables** (d'où le nom de gaz hilarant), et de distorsions visuelles et auditives.

L'inhalation **modifie la voix** qui devient particulièrement grave durant quelques secondes.

Durée des effets : Les effets surviennent en 10 à 30 secondes après inhalation et ne durent que **2 à 3 minutes**.

MAIS C'EST AUSSI..

À court terme, le proto peut provoquer des **maux de tête**, des **nausées** et **vomissements**, des **crampes abdominales** et **diarrhées**, un **risque d'asphyxie** par manque d'oxygène (surtout si le gaz est pur) puis des **gelures** au nez, lèvres et des cordes vocales.

À long terme aussi il existe des risques tels que des **vertiges**, des **troubles neurologiques** (tremblements, difficulté à coordonner ses mouvements...), des **troubles cardiovasculaires**, des **picotements et engourdissements** aux doigts et orteils, des **pertes de mémoire** ainsi que des **troubles du sommeil** et de **l'humeur** (paranoïa).

Pour les personnes suivant un régime végétarien/végétalien, le **risque d'anémie** et de **problèmes de coagulation du sang** est plus élevé.

Il existe également un **risque de confusion des bonbonnes** de N2O avec des bonbonnes de CO2 (bien lire l'étiquette ou la capsule, vérifier que le conteneur est argenté (jaune = CO2 = toxique).

En cas de surdose, malaise ou gêne inhabituelle :

En cas de nausée : Ne pas rester seul.e, s'aérer, se réhydrater, respirer profondément, se reposer. Ne pas s'empêcher de vomir. Ne pas continuer à boire. Se coucher sur le côté.

En cas de perte de conscience (malaise vagal) : Si la personne respire, allonge la sur le côté, défais tout ce qui peut gêner la respiration (col, ceinture) puis dans tous les cas, alerte ou fais prévenir les secours (112). En attendant, appelle la personne par son prénom en lui demandant d'ouvrir les yeux, de serrer ta main. Prévois un truc sucré et reporte toi aux infos juste au dessus si la personne reprend conscience. Reste présent quand les secours arrivent pour leur dire ce qui s'est passé et notamment ce que la personne a pris.

N'hésite pas à prévenir les secours (18 ou 112). Il n'y a aucune honte. Les secouristes sont tenus à la confidentialité.