

Injection de crystal meth : Étapes à suivre pour une préparation et une injection à moindres risques

Cette ressource explique comment préparer et injecter le crystal meth dans une optique de réduction des méfaits. Le crystal meth est un stimulant. Cela signifie qu'il accélère l'activité de l'organisme, ce qui peut faire augmenter le rythme cardiaque, l'énergie et la vigilance.

L'injection de drogues peut causer toute une série de problèmes de santé, tels que des lésions aux veines, des infections transmissibles par le sang comme l'hépatite C et le VIH, et d'autres types d'infections du sang, de la peau et du cœur. L'injection de drogues peut aussi mener à une surdose ou à une intoxication aux drogues.

L'utilisation de matériel stérile neuf et le recours à des pratiques d'injection plus sécuritaires aident à réduire la probabilité de problèmes de santé pour les personnes qui s'injectent des drogues. Pour aider les personnes à utiliser leurs drogues de la façon la plus sécuritaire possible, on peut leur enseigner les pratiques d'injection à moindres risques et leur fournir du matériel de réduction des méfaits gratuit.

FEUILLET
D'INFORMATION

Publié en
2023

www.catie.ca

 /CATIEinfo

Matériel à avoir avant de s'injecter du crystal meth

Du matériel neuf doit être utilisé lors de chaque injection et il ne doit pas être partagé ni réutilisé. Cela réduit les possibilités de lésions aux veines, d'infections transmissibles par le sang comme l'hépatite C et le VIH, et d'autres types d'infections du sang, de la peau et du cœur.

Le matériel suivant est recommandé pour l'injection de crystal meth :

- Tampons d'alcool
- Seringue et aiguille stériles
- *Stéricup* stérile
- Eau stérile
- Filtre stérile
- Garrot
- Briquet
- Tampon sec à utiliser après l'injection

Préparer le crystal meth pour l'injection

Toutes les drogues doivent être transformées en solution liquide pour être injectées. Le crystal meth peut être dissous dans l'eau seule, avec ou sans chaleur (c.-à-d. cuisson). L'utilisation de la chaleur pour cuire les drogues peut faciliter la dissolution et réduire le risque d'infection par certaines bactéries et certains virus qui pourraient être présents.

Les prestataires de services peuvent expliquer aux personnes la façon de préparer le crystal meth pour l'injection en leur communiquant les étapes à suivre et l'information ci-après :

Comment préparer le crystal meth pour l'injection :

1. Laver ses mains et la surface de préparation avec de l'eau et du savon avant de toucher au matériel de réduction des méfaits. Cela aide à prévenir les infections causées par les virus et les bactéries. Du désinfectant pour les mains ou des tampons d'alcool peuvent être utilisés s'il n'y a pas d'eau et de savon.
2. Mettre le crystal meth dans un nouveau *Stéricup* stérile. Le bout du piston d'une nouvelle seringue peut être utilisé pour écraser les cristaux plus gros.
3. Ajouter de l'eau stérile au *Stéricup* à partir d'un nouvel emballage intact. L'utilisation d'eau stérile prévient les infections causées par les bactéries qui se trouvent dans l'eau du robinet, en bouteille et bouillie.
4. Utiliser le bout du piston d'une nouvelle seringue pour remuer le mélange et aider la drogue à se dissoudre.
5. Tenir un briquet ou une autre source de chaleur sous le *Stéricup* jusqu'à ébullition, soit au moins 10 secondes. Cela peut tuer certaines bactéries et certains virus qui pourraient être présents. Laisser le liquide refroidir, pour prévenir l'irritation des veines.
6. Laisser tomber un nouveau filtre stérile dans le *Stéricup* directement de l'emballage pour s'assurer qu'il demeure stérile. Le fait de toucher le filtre avec les doigts peut transférer des bactéries dans la solution de drogues.
7. Insérer une nouvelle aiguille stérile dans l'extrémité plate du filtre, le trou de l'aiguille étant orienté vers le bas. S'assurer que l'aiguille ne traverse pas le fond ou le côté du filtre, car cela pourrait endommager la pointe de l'aiguille.
8. Aspirer le liquide dans la seringue en tirant le piston. Pour éliminer les bulles d'air, pointer l'aiguille vers le haut, tapoter les côtés de la seringue et appuyer lentement sur le piston.

Étapes d'une injection à moindres risques

Les étapes suivantes décrivent les pratiques d'injection à moindres risques pour s'injecter une drogue dans une veine. Les prestataires de services travaillant avec des personnes qui s'injectent des drogues devraient leur expliquer comment procéder à une injection à moindres risques en leur présentant les étapes et l'information suivantes :

1. Trouver la veine pour l'injection. Certaines veines sont plus sécuritaires que d'autres pour l'injection. Les veines de l'avant-bras sont toujours le meilleur choix. Éviter les veines près de la poitrine (du torse) ou du bas des jambes, si possible. Il peut être dangereux de s'injecter près du visage, du cou, des poignets, de l'aîne et des cuisses.
2. Si un garrot est utilisé, il doit être placé de quatre à cinq doigts de largeur au-dessus du site d'injection. Le garrot peut aider à faire gonfler et à rendre visible la veine et à la maintenir en place.
3. Nettoyer le site d'injection avec un tampon d'alcool puis laisser la peau sécher. Cela réduit les risques que des bactéries pénètrent dans l'organisme et contribue à prévenir les infections de la peau, du sang et du cœur.
4. Insérer l'aiguille lentement et doucement dans la veine. Pointer l'aiguille dans le sens de la circulation du sang qui retourne vers le cœur. Pour réduire les lésions aux veines, maintenir l'aiguille à un angle faible, le trou de l'aiguille vers le haut.
5. Tirer le piston jusqu'à ce que du sang apparaisse. C'est ce qu'on appelle « faire une tirette » et cela permet de s'assurer que l'aiguille se trouve bien dans la veine avant l'injection. S'il n'y a pas de sang, il faut pousser l'aiguille un peu plus ou la retirer lentement et vérifier de nouveau.
 - REMARQUE : Il est dangereux de s'injecter dans une artère. Les artères se distinguent des veines, car elles ont un pouls et leur sang est rouge vif. Les veines n'ont quant
- à elles pas de pouls, et leur sang est rouge foncé. L'injection dans une artère est douloureuse et peut provoquer un saignement difficile à arrêter. Pour arrêter le saignement, retirer le garrot et l'aiguille et appliquer une pression directe sur la zone.
6. Une fois que l'aiguille est dans la veine, il est préférable de défaire le garrot avant d'appuyer sur le piston. Cela réduit les risques de lésions à la veine.
7. Appuyer sur le piston et injecter lentement. En cas de sensation de brûlure ou de piqûre, ou de douleur, retirer l'aiguille et recommencer.
8. Après l'injection, retirer l'aiguille lentement et avec précaution.
9. Maintenir un tampon sec ou un mouchoir sec sur le site d'injection pendant au moins 30 secondes pour arrêter tout saignement après l'injection. Effectuer une rotation des sites d'injection pour leur permettre de guérir.
10. Jeter tout le matériel d'injection dans un récipient de récupération de seringues ou dans une bouteille en plastique dur, puis s'en départir auprès d'un organisme local de réduction des méfaits.

Renseignements importants sur l'utilisation du crystal meth à moindres risques

Mélanger différentes substances

Le mélange de drogues comporte des risques. Mélanger différentes drogues peut entraîner des effets plus prononcés ou différents de ce que les drogues seules procurent. Le mélange de stimulants comme le crystal meth et d'opioïdes comme le fentanyl ou l'héroïne augmente le risque de crise cardiaque, d'accident vasculaire cérébral et de surdose. Aussi, la durée de présence des différentes drogues dans l'organisme n'est pas la même. Il est important de toujours commencer par une petite quantité, d'augmenter lentement et de faire preuve de prudence lors de l'injection de doses multiples ou d'un mélange de drogues.

Rapports sexuels plus sécuritaires

Le crystal meth est parfois utilisé pour intensifier une activité sexuelle. L'utilisation du crystal meth est associée à des rapports sexuels comportant un risque plus élevé de transmission du VIH et d'autres infections transmissibles sexuellement et par le sang (ITSS). Du matériel pour des rapports sexuels plus sécuritaires comme les condoms, les gants, les digues dentaires et le lubrifiant devrait être offert pour aider à réduire les risques de transmission de ces infections. Les personnes peuvent être aiguillées vers un-e prestataire de soins de santé qui peut prescrire la PrEP (prophylaxie pré-exposition), qui est un comprimé utilisé pour prévenir la contraction du VIH. La PrEP ne prévient toutefois pas les autres infections.

Intoxication grave (*overamping*) aux stimulants

Les signes d'intoxication grave aux stimulants incluent notamment un rythme cardiaque rapide ou une douleur à la poitrine, une raideur des bras et des jambes et des contractions saccadées et involontaires, une sensation de chaleur sur la peau ou des sueurs, de l'anxiété, de l'agitation et des hallucinations. Si une personne est en situation d'intoxication grave, il faut essayer de l'aider à garder son calme, l'amener à se rafraîchir et à se reposer. Une attention médicale est requise d'urgence si la personne a une douleur oppressante à la poitrine ou des convulsions, si elle perd conscience ou si elle ne respire pas. La naloxone ne fonctionne que pour les opioïdes et ne renverse pas une intoxication grave aux stimulants, mais elle peut être utilisée en toute sécurité et pourrait aider si une surdose d'opioïdes est soupçonnée.

Surdose/intoxication aux drogues

Lorsqu'une personne utilise des drogues achetées de la rue ou d'un approvisionnement illégal, les probabilités de surdose ou d'intoxication sont plus élevées. Les personnes peuvent faire ce qui suit pour essayer de prévenir une surdose ou se préparer en cas de surdose :

- utiliser leurs drogues avec d'autres personnes ou dans un site de consommation supervisée;
- commencer par une petite quantité et augmenter lentement;
- faire analyser leurs drogues, si ce service est disponible;
- avoir de la naloxone sur soi et savoir comment l'utiliser.

La naloxone renverse temporairement une surdose d'opioïdes. Une personne peut être en surdose d'opioïdes si elle est inconsciente ou ne réagit pas, si elle respire lentement ou ne respire pas, si elle ronfle ou émet des sons d'étouffement ou de gargouillement, si sa peau est froide ou moite, et si elle a les lèvres et les ongles bleus ou gris.

Ressources

L'usage de substances à moindres risques : série de vidéos – CATIE

Cartographie du corps : Choisir une veine pour une injection à moindres risques – CATIE

Savoir s'injecter : Infos sur la réduction des méfaits pour une injection de drogues à moindres risques – CATIE

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 (OHRDP)

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 de la série de vidéos sur l'usage de substances à moindres risques de CATIE et de *Parlons-en! Le matériel de réduction des méfaits comme outil d'interaction* du Programme ontarien de distribution des ressources pour la réduction des méfaits (OHRDP). CATIE remercie les réviser·e·s qui ont contribué par leurs connaissances à cette ressource.

Traduction : Magali Cloutier Provencher et Denise Bérubé

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.

Le 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