



Se faire aider

Se rapprocher des Centres de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie (CSAPA).

PRÉVENTION ET SOIN CONTRE LES IST

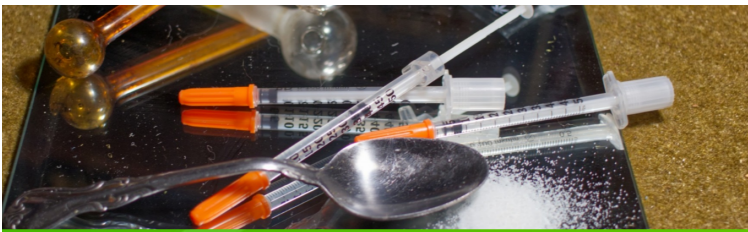
- Si vous n'êtes pas sexuellement actif ou active et vous n'avez jamais dialogué avec votre parent ou un professionnel de la santé de votre sexualité, pratiquer systématiquement l'abstinence ;
- Se faire dépister et retirer les résultats ;
- Utiliser toujours le préservatif correctement lors de toute activité sexuelle ;
- Se faire vacciner contre l'hépatite B et l'infection HPV ;
- Si vous n'avez pas encore arrêté la consommation des drogues, ne partagez pas votre matériel d'injection.

YOU CHOOSE TO MAKE A POSITIVE DIFFERENCE



« LES DROGUES TUENT ET NOUS EXPOSENT AU VIH/ SIDA »





QU'EST-CE QU'UNE DROGUE

Une drogue est toute substance qui peut modifier (substances psychoactives) la conscience et le comportement de celui qui en consomme.

LES TROIS CATÉGORIES DE DROGUES

- Les drogues légales, mais réglementées dans leur vente et leur consommation : alcool, tabac... exclusivement pour les 21 ans et plus ;
- Les drogues illicites donc interdites à la production, la vente, la détention et la consommation : cannabis, héroïne... ;
- Les drogues prescrites par des médecins pour traiter des douleurs, mais dont l'usage est parfois détourné. Exemple : tramadol ou tramol, morphine, etc.

Ainsi, l'usager de drogue qui consomme au moins l'une des substances citées plus haut recherche, soit à lutter contre l'angoisse, soit à améliorer ses performances physiques ou intellectuelles, soit à déformer la réalité.



QUELQUES EFFETS INDÉSIRABLES

Ces substances ont des effets indésirables qui apparaissent, soit immédiatement pendant la consommation, soit bien après :

- Les troubles physiques : vertiges, malaises, insomnie, modification de la perception visuelle, baisse de la vigilance et des réflexes, pertes de mémoire... déshydratation, fièvre, problème cardiaque, contraction ou dilatation des vaisseaux sanguins, intoxication aiguë... ;
- Les troubles mentaux : angoisses, confusion, nervosité, panique, phobies, délires, instabilité de l'humeur, hallucinations... état dépressif, manque, aggravation ou révélation d'une maladie mentale, suicide... ;
- Les risques sociaux : apparition des excès de violence ou une incapacité à se contrôler, attitudes provocatrices exposant à des agressions, mise en danger de son entourage, grossesse précoce et indésirée...



LIEN DROGUE ET IST/VIH

La prévention contre toutes les IST et particulièrement le VIH nécessite non seulement une très bonne connaissance des méthodes de prévention, mais également des aptitudes physiques et mentales pour pouvoir les appliquer devant une situation potentiellement dangereuse (des activités sexuelles précoces, occasionnelles ou spontanées, le partage des aiguilles ou des dispositifs associés aux drogues). Or, sous l'effet de la drogue, il est IMPOSSIBLE de se protéger.

PRÉVENTION ET SOIN CONTRE LA DROGUE

Arrêter seul (e)

- Prendre conscience que la drogue est un danger pour la santé ;
- Changer vos fréquentations et lieux de sorties ;
- Maintenir l'abstinence en sachant que chaque jour sans consommer est une nouvelle victoire ;
- S'entourer des personnes qui se préoccupent de votre santé, ils vont vous aider pendant ce changement.



YOU CHOOSE TO MAKE A POSITIVE DIFFERENCE



How to get help

Contact the centres for the treatment, support and prevention of drug dependence (CSAPA).

PREVENTION AND CARE AGAINST STIs

- If you are not sexually active and have never talked to your parents or a health professional about your sexuality, you should practice abstinence systematically ;
- Test and get results back ;
- During any sexual activity, always use a condom correctly ;
- To be vaccinated against hepatitis B and against infection with HPV ;
- If you have not yet stopped using drugs, do not share your injection equipment.



“ DRUGS KILL AND MAKE US
VULNERABLE TO HIV/AIDS ”





WHAT IS DRUG

A drug is any substance that can alter how a person thinks and behaves.

THE THREE CATEGORIES OF DRUGS

- Drugs that are legal but regulated to be sold and consumed: alcohol, tobacco, etc., only for those aged 21 and over ;
- Illegal drugs are therefore forbidden to produce, sell, possess and use, e.g. cannabis, heroin, etc ;
- Drugs prescribed by doctors to treat pain, but which are sometimes misused. Examples: tramadol, morphine, etc.
- Drug users who use at least one of the substances listed above seek to combat anxiety, enhance physical or intellectual performance, or distort reality.



SOME UNDESIRABLE EFFECTS

These substances have undesirable effects that can occur either immediately after they are consumed or a long time later:

- Physical problems: dizziness, malaise, insomnia, changes in visual perception, reduced alertness and reflexes, loss of memory, etc. Dehydration, fever, heart problems, constriction or dilation of blood vessels, acute intoxication,... ;
- Mental disorders: anxiety, confusion, nervousness, panic, phobias, delusions, mood swings, hallucinations, etc. Depression, withdrawal, exacerbation or manifestation of mental illness, suicide,... ;
- Social risks: the appearance of excessive violence or an inability to control oneself, provocative attitudes leading to aggression, endangering those around them, early and unwanted pregnancy...



LINK BETWEEN DRUGS AND STIs/HIV

Preventing all STIs requires not only a very good knowledge of prevention methods, but also the physical and mental skills to apply them in potentially dangerous situations (early, occasional or spontaneous sexual activity, sharing needles or equipment associated with drugs). Under the influence of drugs, it is IMPOSSIBLE to protect oneself.

DRUG PREVENTION AND CARE

How to stop on your own

- Awareness of the danger that drugs pose to one's health ;
- Change the people you go out with and the places you go out to ;
- Maintaining abstinence in the knowledge that every day without using is a new victory ;
- Surround yourself with people who care about your health; they will help you through this change.