

L'information diffusée via le réseau EWS est en premier lieu destinée à tous les professionnels du secteur socio-sanitaire qui entrent en contact avec des usagers de drogues. Cette information est destinée à être diffusée auprès de leur public d'usagers de drogues mais n'est pas destinée à une diffusion dans les médias.

EARLY WARNING SYSTEM - SYSTEME D'ALERTE PRECOCE

➤ Un décès suite à la consommation de PMMA

Dans le cadre du système d'Alerte Précoce (Early Warning System – EWS), l'Institut Scientifique de Santé Publique (ISSP) nous a informé de la survenue récente, en Flandre, du décès d'un jeune homme lié à la consommation de **para-methoxy-N-méthylamphétamine (PMMA)**. L'autopsie a révélé une grande quantité de PMMA dans le sang de la victime, mais l'enquête n'a pas permis d'identifier sous quel format cette substance a été consommée (pilule ou poudre).

Rappelons que ces dernières années, de **nombreux décès** ont été rapportés suite à l'usage de PMMA, et que différentes pilules contenant cette substance circulent régulièrement en Belgique ainsi qu'aux Pays-Bas.

Dans la mesure où il n'est pas toujours possible de les distinguer, et que les **logos et couleurs changent constamment**, il est vivement conseillé de se montrer très prudent lors de la consommation de pilules d'ecstasy en général, en raison de la circulation fréquente de pilules hautement dosées en MDMA ou contenant d'autres substances telles que la PMMA.

COMMENTAIRES

- **Toxicité** : la PMMA est transformée, une fois consommée, en PMA. Celle-ci est nettement plus toxique que la MDMA ! Le danger de cette substance est aussi dû au faible écart entre la dose active et la dose létale.
- **Effets ressentis** : au début, les effets sont comparables à ceux de l'ivresse à l'alcool, ensuite peuvent survenir hallucinations, légère euphorie, picotements, engourdissement de la peau et des membres, motricité imprévisible et soudaine augmentation de la pression artérielle et de la température du corps, même à faibles doses.
- **Durée des effets**: 5 heures
- **Risques** : pouls accéléré, respiration rapide et pénible, mouvements oculaires imprévisibles, spasmes musculaires, dysfonction motrice (attention à la conduite de véhicules ou même la circulation sur la voie publique!), besoin irrépressible de bouger, bouffées de chaleur, transpiration. Nausées et vomissements peuvent aussi survenir.
- **À doses plus élevées** : arythmie cardiaque, température corporelle fortement élevée (au-dessus de 40 degrés) et hypertension artérielle, qui peuvent provoquer inconscience, coma, détresse respiratoire fatale, arrêt cardiaque ou défaillance d'un organe. Le **risque de décès** est donc bien réel !
- Souvent **vendue comme MDMA** (et parfois combinée avec), donc **attention**: la PMMA n'est pas entactogène (sensibilité accrue) ni empathogène (ouverture à l'autre) comme la MDMA. Dès lors, en consommer en croyant prendre de l'XTC « classique » peut amener à re-consommer si on ne rencontre pas ces effets traditionnels. Le risque de surdose est dès lors bien réel, et peut même être mortel.

CONSEILS DE REDUCTION DES RISQUES POUR LES CONSOMMATEURS

1. Si vous achetez de l'XTC, évitez l'achat en rue ou en discothèque. Si malgré tout vous le faites, informez-vous auprès d'autres usagers sur les effets des pilules et la fiabilité du revendeur.
 2. **Veillez à ne jamais consommer seul! Entourez-vous de gens qui peuvent vous aider en cas de problème.**
 3. **Si vous décidez de consommer une pilule, commencez si possible par un quart de pilule et attendez +/- une heure pour en apprécier l'effet! De même si vous avez acheté un liquide, n'en consommez qu'une faible quantité et attendez les effets.**
 4. **Si après une autre heure, vous ne sentez toujours pas les effets de la pilule, patientez avant d'augmenter la dose, car certaines substances actives se manifestent avec un effet retard. De plus, certaines pilules vendues comme de l'XTC peuvent contenir une autre substance active en quantité dangereuse (par exemple de la PMMA, du 4-FMP). Attention à la surdose!**
 5. Pour éviter le coup de chaleur, buvez fréquemment de l'eau régulièrement en petites quantités, rafraîchissez-vous (en prenant l'air, en vous aspergeant la nuque d'eau froide, etc.). Un état de déshydratation avancé est une conséquence fréquemment observée chez les consommateurs d'ecstasy, dont l'issue peut s'avérer fatale!
 6. **Évitez** autant que possible **les mélanges**. En effet, les risques de toxicité de la PMMA sont fortement augmentés en cas de consommation d'autres stimulants (MDMA, amphétamines...). Et dans le cas de consommation avec des dépresseurs (alcool, benzo,...), les effets vont s'opposer, risquent de se masquer et de vous faire croire que « rien » ne se passe, ce qui augmente très dangereusement le risque de surdoses. Un grand nombre des décès qui nous sont signalés impliquent de la polyconsommation!
 7. **Évitez** de consommer des comprimés de MDMA ou de PMMA si vous suivez un traitement par **antidépresseurs avec action sur le système à la sérotonine** car il y a un risque de développement d'un syndrome sérotoninergique potentiellement mortel.
 8. Avant de sortir, fixez-vous une limite (durée de la sortie, nombre de pilule(s)...). Cela vous permettra d'éviter l'usage abusif.
 9. Mieux vaut réserver ces substances aux occasions spéciales. Une consommation fréquente diminue les effets empathogènes d'ouverture et de bien-être et augmente les risques d'abus.
 10. La "descente" fait partie de l'expérience psychotrope. La retarder en consommant davantage ne fera que la rendre plus difficile.
 11. L'usage d'ecstasy est déconseillé aux personnes souffrant de faiblesse cardiaque, d'hypertension, d'insuffisance rénale, d'insuffisance respiratoire ou de diabète.
 12. L'ecstasy traverse la barrière placentaire et passe dans le lait maternel. Il est donc fortement déconseillé aux femmes enceintes ou qui allaitent. Quel que soit le produit, veillez à ne pas le laisser traîner à la portée des enfants.
 13. Toutes les drogues, et donc l'ecstasy, entraînent une baisse de vigilance qui peut être à l'origine de relations sexuelles non-protégées et, parfois, non-désirées. Ayez toujours des préservatifs sur vous. Lorsque vous sortez avec un groupe d'amis, veillez les uns sur les autres.
 14. Évitez toute activité exigeant de la concentration (travail sur des machines, conduite automobile ...): excitation, euphorie, nervosité, voire agressivité peuvent entraîner des conduites inadaptées ou une prise de risque inconsidérée.
- ❖ **En cas de malaise suite à une prise de comprimés ou à un mélange:**
- ✓ Appelez d'urgence les secours: formez le n°100 (numéro d'appel d'urgence en Belgique) ou le 112 (numéro d'appel d'urgence en Europe).
 - ✓ Décrivez exactement ce que la personne a consommé: soyez rassuré, les équipes médicales travaillent dans la confidentialité et le respect du secret professionnel, sans risque de poursuites judiciaires.
 - ✓ Décrivez l'état de la personne comme suit: est-elle consciente ou inconsciente? Respire-t-elle ou non? Son cœur bat-il ou non?

