

Quelques conseils RdR

- Evite de consommer directement sur la cartouche ou le siphon pour réduire les risques de brûlure dus au froid du gaz libéré
- Utilise plutôt un ballon
- Il est préférable de rester assis pendant la conso pour éviter les risques de chute
- Des prises rapprochées peuvent être dangereuses. Fais régulièrement une pause afin de reprendre de l'oxygène, dans un endroit aéré
- Évite de consommer tous les jours
- Évite les mélanges avec d'autres produits : chicha, cannabis, tabac, alcool et d'autres produits psychoactifs
- Après ta conso, évite de conduire un véhicule (voiture, moto, trottinette, vélo, scooter). Entoure toi de personnes de confiance. Pense au préservatif et au lubrifiant lors de tes rapports sexuels

En cas de malaise

Appelle les secours au 112 ou au 15 si la personne est inconsciente

- Vérifie qu'elle respire, sinon massage cardiaque
- Mets-la en Position Latérale de Sécurité
- Reste à côté d'elle le temps que les secours arrivent

Si la personne est consciente

Informe toi sur sa consommation, reste à côté pour la rassurer et la maintenir en éveil.



Tu souhaites faire un point sur ta conso, ou avoir des informations pour aider un(e) ami(e) sur sa consommation ?

Tu peux nous contacter

CSAPA Emergence

Espace Tolbiac

Consultation Jeunes consommateurs



Gratuit, confidentiel, possibilité d'anonymat

6 rue de Richemont
75013 Paris

 Olympiades



Bibliothèque
François
Mitterrand

BUS : 27, 62, 64, 83
arrêt Patay-tolbiac

Tel : 01.53.82.81.70

Fax : 01.45.83.71.40

Email : secretariat@emergencetolbiac.fr



Site web : <http://emergencetolbiac.fr>



Et si on en parlait ?



Le Protoxyde d'azote



Qu'est-ce que c'est

Le proto, tu as peut-être entendu que c'est pour rire, mais sais-tu ce que c'est en réalité ?

Faisons un petit tour en chimie...

Sa formule chimique : N_2O

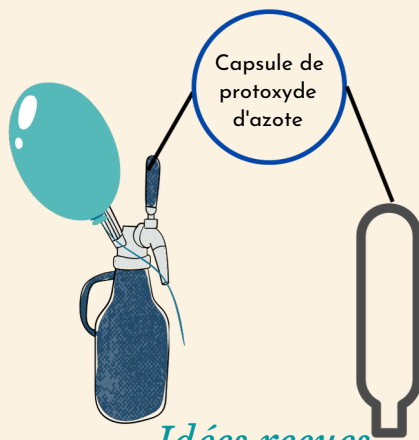


Noms scientifiques : Protoxyde d'azote, oxyde nitreux, hémioxyde d'azote

Caractéristiques : incolore, odeur et goût légèrement sucré

Aspect : contenu dans une capsule

Noms communs : Gaz hilarant, proto, ballon



- "Le proto c'est légal donc pas dangereux"
- "Le ballon c'est la fête, pas de souci"
- "Ça ne dure pas longtemps donc pas de danger"

Pour la petite histoire...



A l'origine le protoxyde d'azote est utilisé par les dentistes et les chirurgiens comme anesthésiant. Dans la pâtisserie, il est utilisé pour le siphon de chantilly (comme gaz propulseur). Facilement accessible dans les commerces de proximité et sur internet, son usage a été détourné depuis la fin des années 2010. Il est de plus en plus consommé par les jeunes adolescents dans un cadre festif ou récréatif.

Depuis le 1er Juin 2021 la loi interdit la vente aux mineurs.

Pourquoi en consomme t-on ?

Voici quelques effets recherchés dans la consommation du proto



Ces effets ne durent que 2 à 3 minutes

Mais le proto, ça peut être moins fun !

Inhaler du proto peut induire:

- une brûlure par froid (car le gaz du proto est très froid)
- des maux de tête, des vertiges
- une désorientation, une perte de connaissance (à cause du manque d'oxygène), un risque de chute
- des nausées
- un risque de fausse route (étouffement)



En cas de conso excessive et à long terme

- Envie de consommer plus pour retrouver les effets recherchés
- Humeur perturbée, anxiété
- Troubles de la mémoire
- Risque d'addiction
- Trouble de l'érection
- Des problèmes neurologiques : dus à une déficience en vitamine B12. Sensation d'engourdissement des orteils et des mains, perte de sensibilité, paralysie des jambes, difficultés à marcher