

[http://www.memoireonline.com/10/10/4040/m\\_Lunivers-techno-de-la-teuf--entre-marginalite-et-post-modernite7.html](http://www.memoireonline.com/10/10/4040/m_Lunivers-techno-de-la-teuf--entre-marginalite-et-post-modernite7.html)

On l'a vu, de nombreux aspects de l'expérience teuf amènent à penser qu'il s'agirait d'une expérience communautaire tant elle est liée à la présence des autres et aux interactions. Cependant, un autre facteur entre ici en compte. En effet, la présence de substances psychoactives lors des teufs n'est plus à révéler. La prise de ces dernières par les teufeurs entraîne ce que l'on peut appeler un état modifié de conscience. Selon Astrid Fontaine et Caroline Fontana, « les états modifiés de conscience sont des états passagers plus ou moins spectaculaires distincts d'un état de conscience dit ordinaire. » (1996). De manière assez générale, on peut penser que ces « états seconds » sont vécus de manière plutôt solitaire par les teufeurs.

Il existe différents types de drogues, qui ont chacun des effets différents. Ainsi, on peut suivre le classement effectué par Renaud Mousty (2003) en trois sous-groupes ayant des fonctionnalités diverses. Premièrement, il y a ce que l'on peut appeler les *drogues sociales* (cannabis, ecstasy ou alcool s'il est considéré comme une drogue). Pour des raisons diverses, ces dernières désinhibent le consommateur et lui permettent d'aller plus facilement vers les autres. C'est d'ailleurs des effets de l'ecstasy qu'est né le mythe des teufs comme lieu de débauche sexuelle. Ensuite, existent les *drogues hallucinogènes* (LSD ou kétamine). Comme leur nom l'indique, elles sont à l'origine d'une perception déformée de la réalité. « Elles amènent la déformation de l'espace-temps et une perception de la soirée hautement individuelle. » (Mousty, 2003). Enfin, les *drogues énergisantes*, comme les amphétamines, permettent de tenir toute la soirée.

La plupart des teufeurs interrogés usagers réguliers de produits psychotropes soulignent le fait qu'ils modifient leur perception de la musique, des relations qu'ils ont avec les autres ou avec l'environnement qui les entoure.

« *Il y a toujours eu l'addiction aux produits et à l'alcool. [...] Ça aide pas mal à rentrer dans le truc. En teuf, j'ai toujours pris des produits.* » Denis

« *C'est sûr qu'avec un bédo ou un produit, tu ressens la musique différemment que quand tu n'as rien. [...] Mais ça n'accentuait pas spécialement mon relationnel avec la musique, c'est plutôt dans la perception des choses. [...] Mais ça t'aide quand même à te mettre dans un état second.* » Gaël

C'est lorsque l'on évoque l'espace du *dancefloor* que l'expérience de la drogue semble la plus influente chez les enquêtés. Certains produits psychotropes ont pour effet de modifier la perception des sens et de l'environnement : les teufeurs vivent dans le son une expérience solitaire faite de voyages et de questionnements.

« *J'y suis toujours allé pour la musique et les produits. Pas que la musique, et pas que les produits. Alors, en début de soirée je n'étais pas au mur. Je me défonçais la gueule en fait. Et après, quand j'étais bien défoncé, j'étais au mur, je ne décrochais pas le mur de toute la soirée. Tu ne vois pas le temps passer en fait, moi je ne voyais pas le temps passer, j'étais devant le mur abruti par la musique.* » Denis

« *Que ça rentre à fond dans ma tête. Après, t'entends plus rien autour, t'es dans ta bulle. D'ailleurs, tu les vois, tous ceux qui sont devant le mur, ce n'est même pas la peine de leur parler, ils ne t'entendent pas, ils ne te voient pas.* » Dorian

Cependant, la question des risques liés à cette consommation est également présente dans le discours de ceux-ci. Au-delà des risques de *bad trip* (mauvais voyages), très peu évoqués par les teufeurs interrogés, le risque le plus présent est celui de « rester perché », de subir une

décompensation psychiatrique. « Par la transe, le chéper [perché en verlan] est monté à un niveau plus élevé de sensations mais n'a pu redescendre à son niveau normal. » (Pourtau, 2009).

*« Je suis tombé dans des états très... très seconds, très psychédélics même, très perché à un point... perdu quoi. » Denis*

*« Ceux qui restent perchés, pareil, y en a. Ils prennent des produits et ils restent perchés. Je pense que eux ouais. Ils ont tapé vraiment la transe, et du coup le cerveau il n'a pas suivi. Ils sont restés dedans. T'en voit des perchés des fois. J'ai eu peur de ça des fois quand même. » Dorian*

Pour la plupart d'entre eux cependant, la prise de drogues n'est pas une condition nécessaire pour vivre « l'expérience teuf ». Certains n'en ont jamais pris, d'autres ont arrêté ou diminué pour des raisons diverses. Dans tous les cas, la drogue apparaît comme liée à la teuf, mais n'influant pas sur le plaisir ressenti.

*« Tout le monde me dit de tester, mais je n'en ressente pas l'utilité. Je suis bien là-bas sans rien prendre. [...] Je ne bois pas, je ne fume pas, je ne me drogue pas. » Lisa*

*« Avec la musique, tu pars vraiment ailleurs. Sans drogues, hein. [...] Moi, je bois, mais je ne me suis jamais droguée. » Margot*

*« Moi, ça fait plusieurs mois que j'ai arrêté [la drogue] et je suis toujours hyper content d'être devant le mur et de m'amuser à fond avec les copains. » Théo*

*« Tu n'as pas besoin de boire ou de te droguer pour aimer quelque chose. C'est comme dans la vie : si tu es en couple, tu ne vas pas te défoncer pour aimer ton compagnon, parce que sinon, on ne s'en sortirait plus ! » Amaury*

Il faut cependant noter que, pour ceux qui associent teuf et drogue, cette dernière amène, selon les produits utilisés, des effets apportant souvent des expériences solitaires. Cependant, un des enquêtés fait état d'un voyage qu'ils auraient fait à plusieurs.

*« Disons que c'est rare de se retrouver dans le même délire. J'ai vu des choses sous trips que généralement tu vois tout seul, et j'ai réussi à voir les mêmes choses avec mon pote. » Roman*

La consommation de produits psychotropes lors d'un événement techno apparaît donc comme centrale pour la majorité des enquêtés. Selon les produits utilisés, elles amènent l'individu à faire l'expérience de deux côtés ambivalents de la teuf : celui du plaisir personnel et celui de la fusion collective.

## Sur la Teuf et les produits quelques sites conseillés

<http://www.technoplus.org/t,1/2094/nos-flyers?PHPSESSID=87cd853ecbf1b57f32e4b902a44b8857>

<http://www.nuit-blanche.ch/wp/substances/2cb-2ci/description/>

<http://www.asud.org/2013/01/24/reduction-des-risques-et-son/>

<http://www.rcmp-grc.gc.ca/drugs-drogues/poster-affiche/index-fra.htm>

<http://www.modusvivendi-be.org/spip.php?rubrique5>

<https://www.psychoactif.org/forum/index.php>

<http://notforhuman.fr/index.php/infos-et-news>

## REDUCTION DES RISQUES

<http://www.spiritek-asso.com/rdr/conseils-generaux-de-reduction-des-risques-/>

### Quels que soient les modes de consommation et les produits utilisés...

#### **Avant la session de consommation :**

- Repose toi pour avoir l'énergie nécessaire pour toute la soirée (et la descente).
- Prépare un stock de boissons non alcoolisées, des fruits séchés, des chips ou des cacahuètes pour les vitamines et les minéraux.
- Emmène des sucettes et/ou chewing-gum pour réduire le trismus et grincement de dents si tu prends de l'ecstasy ou des amphétamines.
- Tu peux envisager prendre des vitamines en pilules (1/jour) avant et après la fête.
- Un repas lourd (riz, pâtes, pain, pommes de terre) avant de sortir permet une libération lente de l'énergie pour continuer la soirée. Pour les longs weekends, essaie de manger même si tu n'as pas faim, même juste un fruit. Comme tu risques de ne pas avoir envie de cuisiner ou faire les courses, mets des aliments faciles à préparer dans le frigo avant la soirée pour quand tu rentres.
- Prévois des préservatifs et du lubrifiant (sur toi et chez toi). Même si tu ne penses pas avoir de rapports sexuels, tu seras prêt(e) si ça arrive.
- Si tu suis un traitement, vérifie que tu as assez de médicaments avec toi pour le weekend et laisses-en là où tu risques de finir la soirée. Tu peux utiliser l'alarme de ton portable pour ne pas oublier de le prendre.
- Renseigne-toi sur les produits que tu veux consommer et sur les mélanges de produits.

#### **Pendant :**

- Prends les « essentiels » avec toi : sucettes, chewing-gum, préservatifs et assez de liquide pour rentrer chez toi. Pense à ton traitement si tu en prends un.
- Si tu consommes des produits, renseigne-toi sur leurs effets et applique les conseils de RDR spécifiques.
- Adapte tes habits pour ne pas surchauffer ou trop te déshydrater. Prend des habits chauds pour aller jusqu'à la soirée et pour le retour.
- Rappelle-toi que l'alcool et les produits chimiques déshydratent, donc bois régulièrement et en petite quantité, surtout si tu danses. Uriner foncé ou ne pas ressentir l'envie d'uriner sont des signes que tu as besoin de boire.

Mais attention trop d'eau est aussi dangereux. Un verre de boisson non alcoolisée par heure est recommandé.

- Prends des pauses de la piste de dance pour que ton corps puisse refroidir et récupérer.
- Si tu vas dans une autre soirée ensuite, essaie de te reposer ou de dormir entre deux.

#### **Après ta soirée :**

- Détends-toi avec des amis. De cette façon, vous pouvez prendre soin les uns des autres.
- Bois régulièrement des boissons sans alcool.
- Mange un en-cas ou un repas avant d'aller dormir.

- Pour t'aider à te rétablir, mange de la nourriture riche en protéines et en nutriments (viandes, poissons, graines de soja, lentilles, bananes, graines de tournesol, cacahuètes, amandes...) et en vitamines (oranges, kiwis, avocats, carottes, brocolis, épinards, saumon, thon...).
- Si tu prends un traitement, règle ton alarme pour ne pas rater la prise pendant que tu récupères.
- Après la fête, évites les régimes stricts qui t'affament ou déséquilibrent ton système.
- Essaie de savoir où et comment te faire aider si besoin est.
- Se sentir déprimé après quelques jours de fête arrive parce que les drogues ont libéré toutes les « substances de bien-être » du cerveau (dopamine et sérotonine). Jusqu'à ce que ton cerveau remplace ces substances, se sentir déprimé est inévitable, mais cela s'estompe en quelques jours.
- Prendre plus de produits n'évite pas cette descente ; au contraire, cela va la rendre encore plus pénible.
- Si tes descentes s'empirent (plus longues, plus déprimants), il est peut-être temps de ralentir le rythme ou d'en parler à un spécialiste.

<http://www.federationaddiction.fr/intervenir-en-milieu-festif-8-pages-pour-connaître-et-diffuser-les-pratiques/>

Outils :

L'outil premier est l'intervenant, la présence humaine et la relation qui peut s'ouvrir.

Le matériel de réduction des risques doit être adapté :

- \* Aux modes de consommation (kit d'injection ; kit sniff ; kit base ; roule-ta-paille ; papier aluminium ; petit matériel pour injection... etc.)
- \* Aux pratiques sexuelles (préservatifs masculins et féminins, lubrifiants, sexokits, digues dentaires)
- \* Aux risques auditifs (bouchons d'oreilles, casques pour les enfants)

Il faut y ajouter :

- \* Les outils de mesure alcool (ethylotests, réglettes alcool, éthylomètres, simulateurs d'alcoolémie)
- \* Les outils d'éducation (lunettes, balances, DVD...)
- \* Les supports d'information : brochures, communication écrite, flyers...
- \* Les outils de veille sanitaire (dont la Chromatographie sur Couche mince, (analyse de la constitution d'une drogue))

Enfin l'eau potable fraîche et gratuite est un outil indispensable. Elle peut être proposée en même temps que des collations sucrées ou salées, des fruits, des boissons chaudes...

# Les Produits

## Alcool

### Dose

Un verre « standard » (verre de vin, demi de bière) contient 12 g d'alcool. Per os, très rarement intra-rectal.

Calcul de l'alcoolémie = quantité alcool en g/((poids en kg)(0,68 chez H et 0,55 chez F))

Exemple = 3 verres de bière, H 80 kg →  $3 \cdot 12 / (80 \cdot 0,68) = 0,66$  g/l

Seuil pour la conduite automobile (et l'ivresse) = 0,50 g/l, coma alcoolique > 2,5 g/l

Plus précis =

<http://www.stethonet.org/trucs/calcul.htm#not>

Décroissance de l'alcoolémie = environ 0,10 à 0,15 g/l par heure sans consommation.

L'alcoolémie peut être évaluée dans l'air expiré (éthylomètre) ou dans le sang.

### Effets recherchés

A petites doses, euphorie, facilitation des relations sociales, intérêt gustatif

### Risques

Ivresse, coma alcoolique (risque mortel)

Accidents de la voie publique. Prise de risque sexuelle ou autre.

Potentialisation de la plupart des autres psychotropes

[http://www.psychosocial.org/psychowiki/index.php?title=Alcool\\_effets\\_risques\\_t%C3%A9moignages](http://www.psychosocial.org/psychowiki/index.php?title=Alcool_effets_risques_t%C3%A9moignages)

## Cannabis

### Dose

L'effet du cannabis dépend beaucoup de la technique et de la personne. Les usagers expérimentés connaissent généralement leurs limites. Le plus souvent fumé (joint, bang, plus rarement en teuf vapo ou dabbing), per os difficile à doser.

Pour un usager « naïf » (et aussi pour les autres) il est conseillé de prendre 1 à 2 bouffées et d'attendre 5 à 15 mn pour voir l'effet avant de reprendre des bouffées.

Un demi gramme de cannabis dans un joint peut « servir » 1 à 10 personnes selon la technique d'inhalation et la tolérance des usagers.

La durée d'action est de l'ordre de 2 à 3 heures.

Le cannabis est décelable dans la salive et le sang pendant plusieurs heures et dans les urines pendant plusieurs jours.

<http://www.parl.gc.ca/content/sen/committee/371/ille/library/wheelock-f.htm>

### Effets recherchés

A petites doses, euphorie, facilitation des relations sociales

### Risques

Ivresse cannabique, Bad trip

Accidents de la voie publique. Prise de risque sexuelle ou autre.

Potentialisation de la plupart des autres psychotropes

[http://www.psychosocial.org/psychowiki/index.php?title=Cannabis\\_effets\\_risques\\_t%C3%A9moignages](http://www.psychosocial.org/psychowiki/index.php?title=Cannabis_effets_risques_t%C3%A9moignages)

Les cannabinoïdes de synthèse ont des effets proches de ceux du cannabis et ne testent pas positif au THC. Toutefois ils sont maintenant tous classés comme stupéfiants et certains sont dangereux.

## MDMA (XTA, Ecstasy)

### Dose

Pour un usager naif ou inexpérimenté, la dose maximum pour une première prise est de moins de 100 mg (50 mg chez un sujet naif), avec si besoin la prise de 50 mg 2 heures après. Per os, parachute pour les cristaux.

Pour les cristaux cela demande donc une balance de précision. Pour les taz, il en existe qui sont beaucoup plus dosés. De plus, certains contiennent des produits plus toxiques (PMA notamment). *On ne peut pas savoir à l'avance ce qu'il y a dans un cachet d'ecstasy, même d'une même série. Il faut **toujours commencer par en prendre un quart**, et attendre au moins une demi-heure que l'effet monte.*(ref Psychoactif)

La durée d'action est d'environ 6 à 8 heures.

La MDMA est décelable dans la salive et le sang pendant 48 heures et dans les urines pendant 3 jours environ.

### Effets recherchés

l'empathie, la désinhibition, une sensation d'énergie, exacerbation des sens, une sensation de bonheur et d'euphorie. Contrairement à la croyance populaire, le MDMA n'a pas d'effet aphrodisiaque.

### Risques

Augmentation de la tension artérielle, accélération et trouble du rythme cardiaque, dilatation des pupilles, vomissement, hyperthermie, contraction des mâchoires, sentiment de bouche-sèche, peut aussi provoquer des hallucinations ou des Bad Trips.

Risque potentiel et imprévisible lié aux produits de coupe voire à la présence à la place du MDMA de psychotropes variés et dangereux (PMA).

Un Syndrome sérotoninergique est possible notamment en association avec d'autres sérotoninergiques Tramadol, DXM, Anti-dépresseurs notamment, et aggrave ou crée l'hyperthermie.

Risque d'accident ou de prise de risque sexuel.

Prise de risque accidentel, sexuel. Utilité d'une supervision.

Descente = la descente entraîne régulièrement une sensation de mal être, liée à un déficit sérotoninergique, perceptible pendant plusieurs jours (souvent maximal le mardi).

**C'est pourquoi il est recommandé de ne pas dépasser une prise par mois au maximum.**

<http://www.psychoactif.org/psychowiki/index.php?title=Ecstasy-MDMA,effets,risques,t%C3%A9moignages>

## Speed

### Dose

Dixit Horrorshow de Psychoactif *Speed (IV, fumer, sniffer, oral) : , le problème avec le speed c'est que personne sait ce qu'il y'a dedans en théorie c'est du sulfate d'amphétamine ( vraiment pas pur vu que c'est vendu par gramme ) mais c'est souvent coupé avec autre chose comme de la caféine, les impuretés de la fabrication, des rc, des amphet plus facile à synthétiser que le sulfate d'amphet fin c'est un gros fourre tout ... Ca sent les produits chimiques vraiment très fort . Pour le gouter une petite trace suffit on ajuste la dose après en fonction. La durée peut être de 1h30 , comme elle peut être de 24h ca dépend de ce qu'on trouve dedans . -*

### Effets recherchés

Les amphétamines ont des effets euphorisants et stimulants. Elles augmentent de façon temporaire la vigilance, limitent la sensation de fatigue et diminuent le besoin de sommeil. Elles accroissent la faculté de concentration et la capacité de travail. Elles font disparaître la sensation de faim. Elles augmentent la confiance en soi.

## Risques

Les amphétamines accélèrent le rythme cardiaque, d'où hypertension artérielle avec risque d'hémorragies (cerveau, poumon), et troubles du rythme. De plus, elles ont une action vasoconstrictrice qui aggrave encore l'hypertension. Elles accélèrent aussi le rythme respiratoire mais dilatent par contre les bronches. La tolérance au produit tend toutefois à limiter l'incidence des effets physiques. Les amphétamines exposent aussi au risque de coup de chaleur et de déshydratation. Notez aussi des éruptions de type acné.

Des hautes doses d'amphétamines peuvent induire une psychose ou des symptômes psychotiques

Les effets désirés sont rapidement suivis d'une phase d'abattement, avec irritabilité, dépression, lassitude et parfois réactions d'agressivité. Il est donc conseillé de ne pas les prendre plusieurs jours d'affilée.

## Cocaine

### Dose

Chez une personne naïve ou inexpérimentée, selon Alain Will de Psychoactif (RIP)

*Je te livre un petit résumé rapide de mon point de vue : en quantité le test se fait par [sniff](#). Une pointe de couteau est amplement suffisante. Attendre 20 mn, une demi-heure pour être sûr(e) des effets. Si tu ressens quelque chose d'anormal, attendre avant de recommencer éventuellement avec la même quantité.* ou

*La dose moyenne inhalée est de 50 à 100 mg. En cas de consommation prolongée, cette quantité peut aller jusqu'à 300 mg. Dose moyenne fumée: 50 à 350 mg, dose moyenne injectée: 70 à 150 mg. (<http://www.unige.ch/dife/sante/substances/autresdrogues/cocaine.html>).*

La cocaïne peut être injectée ou fumée (crack ou basée) ce qui entraîne un flash mais des risques accrus. Le plus souvent elle est sniffée.

L'effet dure environ 30 mn quand elle est sniffée, moins de 10 mn quand elle est injectée ou fumée. La cocaïne peut être dépistée pendant 48h dans le sang et jusqu'à 4 jours, voire plus, dans les urines.

### Effets recherchés

Comme tous les produits psychoactifs [http://www.psychoactif.org/psychowiki/index.php?title=Psilocybe,\\_effets,\\_risques,\\_t%C3%A9moignage](http://www.psychoactif.org/psychowiki/index.php?title=Psilocybe,_effets,_risques,_t%C3%A9moignage), les effets sont variables selon les individus, le contexte et la qualité du produit : ils peuvent être euphorie, désinhibition, sentiments de puissance, speed, coupe la fatigue.

### Risques

Les risques aigus sont nombreux et touchent surtout au domaine cardiovasculaire = tachycardie, hypertension, accidents vasculaires coronariens ou cérébraux etc..

Il est important de noter qu'ils peuvent survenir en l'absence d'OD = ie à des doses « normales ».

[http://www.psychoactif.org/psychowiki/index.php?title=Complications\\_aigu%C3%ABs\\_de\\_l%27usage\\_de\\_coca%C3%AFne](http://www.psychoactif.org/psychowiki/index.php?title=Complications_aigu%C3%ABs_de_l%27usage_de_coca%C3%AFne)

La descente vient rapidement et est parfois mal ressentie. Le recours à des « atténuateurs de descente », héroïne (speedball), BZD, alcool augmentent les risques toxiques.

La répétition des doses, souvent compulsive (craving +++), notamment en cas d'injection conduit à une accoutumance rapide ainsi qu'à l'aggravation du ressenti des descentes.

Enfin il faut noter le risque infectieux potentiel lié à l'injection ou au sniff qui impose le respect des mesures de réduction des risques et le risque lié aux produits de coupe dont certains peuvent être toxiques (Levamisole, atropine).

[http://www.psychoactif.org/psychowiki/index.php?title=Cocaine,\\_effets,\\_risques,\\_t](http://www.psychoactif.org/psychowiki/index.php?title=Cocaine,_effets,_risques,_t)

## [%C3%A9moignages](#)

### **LSD**

#### Dose

Il est très difficile de connaître le dosage du LSD sous forme de buvard, goutte ou micro-pointe. De plus, pour une même série, le dosage peut varier. Il faut toujours prendre un quart de buvard, si on ne connaît pas la série. Même chose pour les gouttes ou micropointes. Le LSD est une des drogues les plus puissantes, il se dose au microgramme ( $10^{-6}$ g). Le dosage ci-dessous est donné à titre indicatif, pour une personne qui n'a pas de tolérance, et qui ne consomme pas d'autres produits à côté.

- Seuil d'effet : < 20 µg
- Effet léger : 25 - 75 µg
- Effet moyen : 50 - 150 µg
- Effet fort : 150 - 400 µg
- Effet très fort : > 400 µg

#### Effets recherchés

Les effets des produits dépendent non seulement de la dose, de la fréquence d'usage et du mode de consommation mais également des caractéristiques de chaque individu et du contexte.

Le LSD est la substance connue pour être la plus puissante des hallucinogènes : 25 micro grammes suffisent à entraîner des effets psychotropes qui **durent entre 5 et 12 heures**. Les premiers effets **apparaissent entre une demi-heure et une heure après l'absorption** (cela dépend du poids, de la taille, de l'âge, du lieu, de l'ambiance,...).

« Je trouve que tu as l'impression de renaître et de tout redécouvrir.. tout ce qui t'entoure est nouveau, les choses les plus banales deviennent unique, extraordinaires.. un simple élastique peut paraître incroyable sous lsd ou champignons.

-(Source, clemz, [Psychoactif](#))

#### Risques

sur le plan physique

\* Pupilles dilatées

- Température du corps plus élevée ou plus basse
- Transpiration ou frissons (chair de poule)
- Perte d'appétit
- Insomnie
- Bouche sèche
- Tremblements

Le LSD peut déclencher un problème psychologique ou psychiatrique durable : dépression, insomnie, **paranoïa**, manque de motivation, psychose... **il est donc important et indispensable de le prendre sous supervision.**

A signaler aussi

Une accoutumance d'apparition rapide dès la deuxième dose.

Une descente parfois difficile à aider par des BZD si nécessaire.

La possibilité d'un syndrome hallucinatoire persistant ou de flash backs

[http://www.psychoactif.org/psychowiki/index.php?title=LSD\\_effets\\_risques\\_t%C3%A9moignages](http://www.psychoactif.org/psychowiki/index.php?title=LSD_effets_risques_t%C3%A9moignages)



**NBOMe**- plusieurs types 25B,25C,25D (voir la revue de Psychoactif)

Dose

sniff, sublingual (buvard)

Des rapports anecdotiques provenant d'usager suggèrent que le 25B-NBOMe est un hallucinogène actif à une dose aussi faible que 400-650µg (insufflé), qui en fait un produits dont la puissance est similaire à d'autres phenethylamine hallucinogènes comme le bromo-dragonfly. Sniffé dissous dans l'eau : Léger - 50-200 µg (0.05 - 0.2 mg); Moyen : 200-350 µg (0.2 - 0.35 mg); Fort : 350-800 µg (0.35 - 0.8 mg); Très fort : 800 µg -1400 µg (0.8 - 1.4mg)

Durée = environ 10 heures

voir reference psychowiki pour les autres NBOME.

Effets recherchés

fortes visions les yeux ouverts et fermés, y compris des changements de couleur et des couleurs plus vives, meilleur humeur, euphorie, stimulation mentale et physique, augmentation de la pensée associative et créative, sensibilisation accrue et appréciation de la musique, expériences spirituelles, des sentiments d'amour et d'empathie.

Risques

Effets cardio-vasculaires (hypertension, effets vasoconstricteurs) , convulsions, coma

Les effets indésirables psychiatriques s'accroissent avec la dose. Difficulté à se concentrer, confusion, vasoconstriction, tremblement, nausée, vomissements (normalement uniquement pendant la montée, insomnie, pensée en boucle, récursives, hors de contrôle, paranoïa, peur et panique, sentiments non désirés et écrasants.

<http://www.technoplus.org/t,1/2736/25i-nbome-/-25c-nbome>

[http://www.psychosetif.org/psychowiki/index.php?title=Les NBOME %2825I-NBOME, 25C-NBOME...%29](http://www.psychosetif.org/psychowiki/index.php?title=Les_NBOME_%2825I-NBOME,25C-NBOME...%29)

Ketamine

Dose

Sniff, injecté, oral , rectal Moins de 100 mg

Duree = moins d'une heure

Effets recherchés

**A petite dose**, l'effet de la kétamine est un fort sentiment d'apaisement, et une euphorie, 'une sensation de flottement. A plus forte dose, la kétamine peut provoquer **un état dissocié** : soit l'usager perd la sensation de son corps (sensation de se « détacher de son corps ») soit la notion de réalité. Certains relatent des expériences de décorporation. Il semble y avoir une ligne cruciale où l'utilisateur perdra ses sens primaires qui est appelée **la ligne de dose**. Une autre ligne existe lorsque le patient perd totalement conscience.

Risques

La kétamine peut provoquer de la somnolence, de la confusion, une perte de coordination, un vision floue, une incapacité à parler, de la fièvre, des nausées et des vomissements, une augmentation de la tension artérielle et du rythme cardiaque (et des troubles du rythme), des pertes de mémoire. Sous l'effet anesthésiques de la kétamine doublé de la dissociation du corps et de l'esprit, vous pouvez vous **blessé sans en prendre conscience**.

Le **K-hole (nb= à plus forte dose)** est une sorte de trou noir avec troubles cognitifs et **amnésiques**, troubles de l'humeur et du comportement, délires hallucinatoires, cauchemars, perte

d'identité et du contact à la réalité. Le K-hole peut mener à un syndrome post-hallucinoire persistant, une impossibilité de retour à un état normal et l'installation définitive des symptômes (amnésie, trouble locomoteur, psychose paranoïde, etc.)

Possibilité de Bad Trip , de trouble hallucinoire persistant, de troubles psychiatriques persistants. A signaler chez les utilisateurs réguliers la possibilité de troubles inflammatoires de la vessie.

[http://www.psychoactif.org/psychowiki/index.php?title=K%C3%A9tamine,\\_effets,\\_risques,\\_t%C3%A9moignages](http://www.psychoactif.org/psychowiki/index.php?title=K%C3%A9tamine,_effets,_risques,_t%C3%A9moignages)

## Champignons hallucinogènes (**Psilocybe**)

### Dose

Les concentrations en principes actifs variant d'une espèce/souche à l'autre, il n'est pas possible ici de donner des dosages précis. Nous invitons donc chaque usager à se renseigner sur la puissance de l'espèce/souche en sa possession et à garder à l'esprit que les champignons cultivés sont généralement plus forts que ceux ramassés.

D'une manière générale, on peut on peut quand même donner les indications suivantes :

- **Il y a un facteur 10 entre les doses de champignons secs et celles de champignons frais..** Ainsi, 1 g de champignons secs correspond à 10 g de champignons frais.
- En fonction des espèces/souches et de leur puissance, la dose usuelle se situe entre 1 et 5g de champignons secs.

Par exemple, pour *P. cubensis*, Erowid[ propose les dosages suivants (exprimés en champignons secs) : Seuil d'effet : 0.25 g , Effet léger : 0.25 – 1 g , Effet moyen : 1 – 2.5 g ,Effet fort : 2.5 – 5 g Effet très fort : > 5 g

### Effets recherchés

En moyenne, les premiers effets commencent à se faire sentir **environ 30 minutes après l'ingestion, mais il peut arriver qu'ils mettent plus d'une heure et demie à survenir.** Le « palier » commence en moyenne 30 minutes après, et dure de 2 à 3 heures. Les derniers effets peuvent se faire sentir jusqu'à 6 ou 7 heures après l'ingestion voire 24 heures. **Les effets des truffes magiques sont les mêmes que les champignons.**

La plupart des usagers comparent les effets des champignons hallucinogènes à ceux du LSD. Les champignons hallucinogènes peuvent procurer des sensations de l'ordre du développement personnel comme une meilleure compréhension de soi-même, un aiguisement des sens, une sensation de liberté et d'harmonie voire des révélations mystiques. Ils peuvent procurer également introspection, désinhibition, euphorie, fou-rire, réémergence des souvenirs oubliés (pour le meilleur ou pour le pire), hallucinations visuelles et sonores.

### Risques

nausées, vomissements , ralentissement du rythme cardiaque ; hypotension artérielle ;hyperthermie : sudation excessive<sup>1</sup> ; dilatation des pupilles (mydriase)<sup>1</sup> ; tremblements ; éruption cutanée ;dépersonnalisation, déréalisation ; peur, angoisse, tristesse, voire paranoïa ; état confusionnel ;

Comme avec le LSD risque de bad trip, de syndrome hallucinoire persistant. La présence d'un superviseur est indispensable.

[http://www.psychoactif.org/psychowiki/index.php?title=Psilocybe,\\_effets,\\_risques,\\_t%C3%A9moignages](http://www.psychoactif.org/psychowiki/index.php?title=Psilocybe,_effets,_risques,_t%C3%A9moignages)

## 3MMC (cathinone)

### Dose

Par voie nasale, commencez (après le test allergique) par des lignes de 20 à 30 mg. En parachute, pesez entre 100 et 150mg. En injection : pas de donnée fiable. En plugging : pas de donnée fiable, mais on peut dire à peu près les mêmes doses que le sniff

### Effets recherchés

Cette molécule est stimulante (au niveau physique et psychique), euphorisante et empathogène. A la différence de la méphédronne et de la MDMA, elle ne marque pas trop le corps : pas de pupilles de soucoupes volantes, pas de mâchoires qui serrent, etc. Naturellement, plus elle est consommée, plus elle marque l'utilisateur.

### Risques

*Drip* brûlant quand insufflé, goût très désagréable, sensation de corrosion, Tachycardie, *Craving* important (envie compulsive de reprendre du produit, surtout quand la voie nasale est utilisée), Sommeil impossible durant quelques heures, augmentant si *redrop*, Démotivation importante le lendemain de la prise si excès, Vision altérée les jours qui suivent en cas d'excès, Érection difficile voire très difficile selon la dose .

Possibilité de syndrome serotoninergique

[http://www.psychoactif.org/psychowiki/index.php?title=Le\\_syndrome\\_s%C3%A9rotoninergique](http://www.psychoactif.org/psychowiki/index.php?title=Le_syndrome_s%C3%A9rotoninergique)

Pour les cathinones en général

**A court terme**, les risques sont les mêmes que l'ecstasy ou la cocaïne. Le tout augmentant avec la durée et les quantités consommées : **perte d'appétit, manque de sommeil, augmentation du rythme cardiaque et de la pression artérielle, hyperthermie, bruxisme** (crispation des mâchoires), **palpitations, brainzaps** (sensations de décharges électriques au niveau de la tête). Des problèmes psychologiques et des **délires paranoïaques** peuvent survenir en particulier en cas de consommation répétée.

Craving +++, dépendance psychologique.

<http://www.technoplus.org/t,1/2760/les-cathinones>

La descente peut être très désagréable et nécessiter des « atténuateurs » (BZD).

<https://lucid-state.org/forum/content.php/985-3-MMC>

[http://www.psychoactif.org/psychowiki/index.php?title=3-MMC\\_effets\\_risques\\_t%C3%A9moignages#Le\\_dosage](http://www.psychoactif.org/psychowiki/index.php?title=3-MMC_effets_risques_t%C3%A9moignages#Le_dosage)

## Opiacés

Selon l'environnement les opiacés (Héroïne, Opium, Rachacha) peuvent être présents ou non. Nous ne détaillerons pas leurs caractéristiques.

Voir discussion générale sur les produits utilisés en teuf

<https://www.psychoactif.org/forum/t14223-p1-Quels-sont-les-drogues-utilisees-Teuf.html#divx>

## GHB GHL

### Dose

#### GBL

Il faut le **diluer correctement, cinquante à cent fois sa dose** voire plus dans un liquide (eau, jus de fruit). Il reste un fort goût que certains ne supportent pas. La consommation de GBL est délicate à manier. Il faut trouver sa dose personnelle. Le mieux est d'aller à la pharmacie acheter des pipettes ou seringues de 2ml. Commencer par mettre 0.5ml dans la pipette et le mélanger dans 25cl d'eau avec du sirop. Puis augmenter la dose chaque jour, doucement, 0.8ml, 1ml, 1.2ml ....**jusqu'à trouver sa dose effective** (ce que les anglais appellent le "soft spot") et ne plus en bouger. La dose effective peut être 1ml, 1.6ml, ou 2,4ml. Si vous prenez un dixième de millilitre de moins, vous ne sentirez rien, et si vous prenez un ml de trop, vous risquez d'être dans un sommeil éveillé, à ne plus pouvoir bouger.

Attention, le GBL se dilue très mal dans l'eau. Il s'accumule en bas du verre. Toujours bien le mélanger avant de le consommer, sous peine d'avoir la dernière gorgée qui contient toute la substance. Ne jamais mélanger un verre pour deux.

#### GHB

La dose pour obtenir les mêmes effets est extrêmement variable d'une personne à l'autre. De plus selon le dosage les effets sont assez différents. **Tout ceci rend le dosage du GHB/GBL très difficile.**

**En poudre**, la dose moyenne à diluer varie de 0,75 g à 1,5g pour commencer à ressentir des effets. A partir de 2,5g (=½ cuillère à café), dormir est souvent le seul effet qui reste. **A partir de 5g le risque d'overdose est important.**

**Sous forme liquide**, en moyenne, 2ml de GHB=1ml de GBL=1g de GHB en poudre pour des effets équivalents.

Lors des 1ères consommations ou lorsqu'on est incapable d'évaluer la dose que l'on va prendre, il vaut mieux en **prendre le minimum puis attendre l'arrivée des effets.**

La **montée** est assez rapide (surtout à jeun), entre 10 et 20 minutes, et ses effets durent de 2 à 4 heures. Dès la montée tu ressens un moment de flottement. Les **effets** couramment évoqués sont ceux de l'alcool : euphorie, déshinhibition, chaleur émotive, un sentiment de relaxation et une hyper sensualité. Si la dose est trop forte, les effets du GHB/GBL sont ceux d'un somnifère puissant. Le GHB/GBL est d'abord et avant tout un anesthésiant...

#### Effets recherchés

L'effet met **15 minutes à arriver, et dure environ une heure.** Quand il est utilisé de manière récréative, le GBL améliore la confiance en soi et la sociabilité, et réduit les inhibitions sexuelles. Il déclenche une vague d'euphorie, une empathie prononcée comme dans l'ecstasy. A plus haute dose, il induit le sommeil. Sa **puissance fait qu'il est très facile de faire une overdose.**

#### Risques

<http://www.technoplus.org/t,1/1020/ghb/gbl>

Les causes de l'intoxication au GHB/GBL sont multiples, la première étant due au dosage difficilement précis.

Le GBL étant plus acide (c'est un décapant n'oublie pas!) que le GHB, il faut le diluer 2 fois plus que ce dernier.

Les effets varient d'une personne à une autre pouvant causer selon les cas des nausées, des vomissements, une hypothermie, des spasmes musculaires, des difficultés respiratoires et des évanouissements.

Le GHB/GBL provoque presque systématiquement des **pertes de mémoires** non seulement pendant mais parfois aussi après la consommation.

La consommation de GHB/GBL peut entraîner une **dépression respiratoire**, elle-même pouvant être responsable d'un **coma** voire de la **mort**, et des **crises d'épilepsie** (particulièrement chez ceux qui en ont déjà fait).

Le GHB/GBL est donc fortement déconseillé si tu as des problèmes cardiaques, respiratoires ou des antécédents épileptiques.

**Le GHB/GBL ne doit pas être mélangé avec les produits sédatifs : alcool, opiacés, tranquillisants** ☐

**Il y a une incompatibilité totale entre le GHB/GBL et l'alcool. Même si tu as bu une bière quelques temps auparavant, cela suffit pour avoir une intoxication. La plupart des comas signalés font état d'un mélange d'alcool et de GHB/GBL.**

**Le GHB/GBL peut provoquer une somnolence et une incoordination motrice, il est donc dangereux de conduire sous l'effet de ce produit.**

**Le GHB/GBL agit comme un aphrodisiaque** et ses effets sont plus sensibles chez les femmes. Il est possible que tu aies une relation sexuelle avec une personne pour laquelle, sans l'effet du produit, tu n'aurais jamais eu d'attraction.

Une **consommation régulière** de GHB/GBL (plus qu'une fois par semaine) peut provoquer des troubles du sommeil, de l'anxiété et des tremblements.

Des cas de **dépendance** physique et/ou psychique chez des consommateurs réguliers ont été rapportés. Cependant, le GHB/GBL ne crée pas d'accoutumance, donc il n'est pas nécessaire d'augmenter les doses pour ressentir les mêmes effets.

Comme beaucoup de produits psychotropes détournés de leurs fonctions, aucune étude sur les **conséquences à long terme** n'a été effectuée.

<http://www.drogues-info-service.fr/Tout-savoir-sur-les-drogues/Le-dico-des-drogues/GHB#.VWqzFOSDg8o>

**Le principal risque de l'usage de GHB, même occasionnel, est le surdosage car la marge entre les quantités de GHB nécessaires pour obtenir les effets recherchés et celles entraînant des effets toxiques indésirables est très faible.**

Un surdosage peut provoquer des nausées, des vomissements, des vertiges, une somnolence, une détresse respiratoire et une perte de connaissance qui peut aller jusqu'à un coma dont l'utilisateur sort habituellement en quelques heures sans séquelle mais en ne gardant le plus souvent aucun souvenir de ce qui s'est passé après sa consommation.

**Toutefois, plusieurs cas de surdosages mortels (par arrêt respiratoire, chute de la tension artérielle, baisse de la température corporelle (hypothermie) et/ou convulsions) sont survenus lors d'usages associés avec de l'alcool ou d'autres drogues.**

**Autres risques :**

- irritations de la bouche et de l'œsophage dues à la présence d'hydroxyde de sodium,
- irritations cutanées en cas de contact avec la peau.

**Sur GHB /GBL**

<http://www.technoplus.org/t,1/1020/ghb/gbl>

[http://www.psychoactif.org/psychowiki/index.php?title=GBL, effets, risques, témoignages](http://www.psychoactif.org/psychowiki/index.php?title=GBL,_effets,_risques,_t%C3%A9moignages)

## **Polyconsommation**

Toute polyconsommation comporte un risque évident . Le croisement des différents produits entraîne des centaines d'interactions. Nous renvoyons donc aux références de chaque produit (cf plus haut) qui donnent les interactions principales. Toutefois

De façon générale

Les sédatifs tendent à se potentialiser, de façon parfois seulement additive mais parfois de façon explosive (notamment GHB/GHL et alcool, BZD etc..)

Les stimulants tendent à potentialiser leurs effets secondaires, notamment cardiovasculaires (tachycardie, hypertension) et convulsions.

Les sédatifs et les stimulants peuvent atténuer leurs effets secondaires respectifs mais le décalage dans le temps peut favoriser une OD de l'un ou de l'autre quand cette atténuation diminue.

Notamment les speedball ont été à l'origine de nombreux décès.

Les sérotoninergiques peuvent se potentialiser mutuellement vers un syndrome sérotoninergique.

## **Grossesse**

Même si quelques(très peu) produits de la teuf n'ont pas démontré d'effet sur la grossesse, il est évident que toute prise de produit pendant la grossesse est contre indiquée. Ne pas oublier non plus le tabagisme passif et eut être même le son excessif.

## **Injection, sniff**

Je rappelle la nécessité de la RdR en cas d'injection, de sniff ou autre prise problématique.

## **Testing**

L'un des problèmes avec les produits de la teuf, notamment la MDMA, les RC etc.. est l'adultération/coupage, voire même le remplacement par des produits très différents.

Si le testing est pratiqué depuis longtemps par certaines associations, il est loin d'être disponible partout et son statut légal est assez ambigu (responsabilité du testeur s'il rend le produit à l'utilisateur notamment).

Or, les moyens de testing sont actuellement largement disponibles sur le web , à des prix raisonnables (à partir de 3 euros le test, en général <10 euros).

Il est donc relativement facile pour l'utilisateur de tester lui même la qualité des produits qu'il a acheté. Toutefois, la généralisation de cette mesure demande de la formation, de l'information, voire même de l'aide à l'achat, qui pourrait être mises en œuvre par des associations d'utilisateurs (Techno+, ASUD, psychoactif) ou par des CSAPA/CAARUD dans le cadre de leur action de RdR.

Cela demande aussi une évaluation de la fiabilité des différents tests.

Les références suivantes montrent des exemples (non exhaustifs et sans avis sur la fiabilité)

<http://azarius.fr/smartshop/drug-testing-kits/ez-test-for-mdma-purity/>

<http://testkitplus.com/product/mdma-test-kit>

<http://bunkpolice.com/mdma-identification-guide/>

<https://dancesafe.org/testing-kit-instructions/>

<http://www.eztestkits.com/en/mdma-purity>

