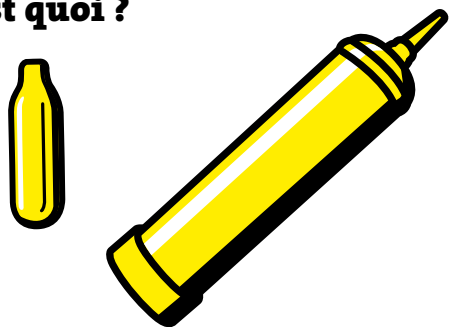


C'est quoi ?

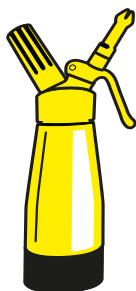


- Le protoxyde d'azote est un gaz utilisé en cuisine (pour les siphons à chantilly par exemple) ou en médecine pour ses effets anesthésiants dans le cadre d'un protocole strict.
- Produit bon marché et facilement accessible dans les commerces de proximité et sur internet, il est en vente libre sous la forme de cartouches ou de bonbonnes.
- Appelé aussi « gaz hilarant », « proto » ou « ballon », son usage est détourné lorsqu'on l'inhale pour rechercher un effet rapide, fugace et euphorisant.

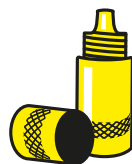
Comment ?



Avec une bonbonne



Avec un siphon et un ballon



Avec un cracker, une capsule

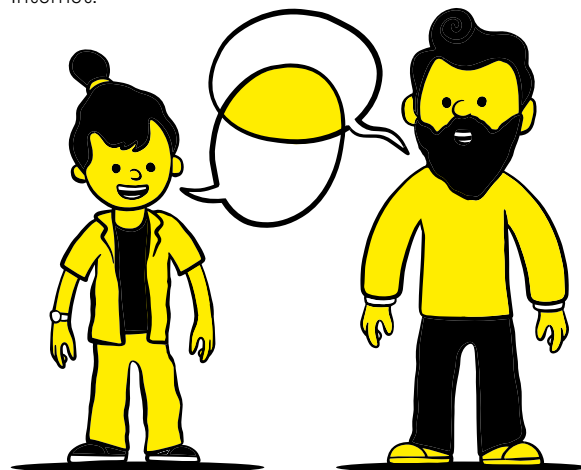
L'usage détourné du « proto » n'est pas anodin, il est important de prendre conscience des risques et de ne pas banaliser cette pratique

Dois-je en parler avec mon enfant ?

Certains parents peuvent craindre qu'en informant leur enfant, celui-ci soit tenté d'essayer le protoxyde d'azote. En réalité, en parler avec les jeunes permet de briser un tabou et de développer leur esprit critique sur le sujet.

En abordant le sujet en confiance et avec ouverture, sans intrusion dans la vie privée, vous pourrez l'accompagner pour mieux comprendre les risques et trouver les moyens de s'en protéger.

N'hésitez pas à consulter les nombreuses ressources en matière de santé et de prévention disponibles sur Internet.



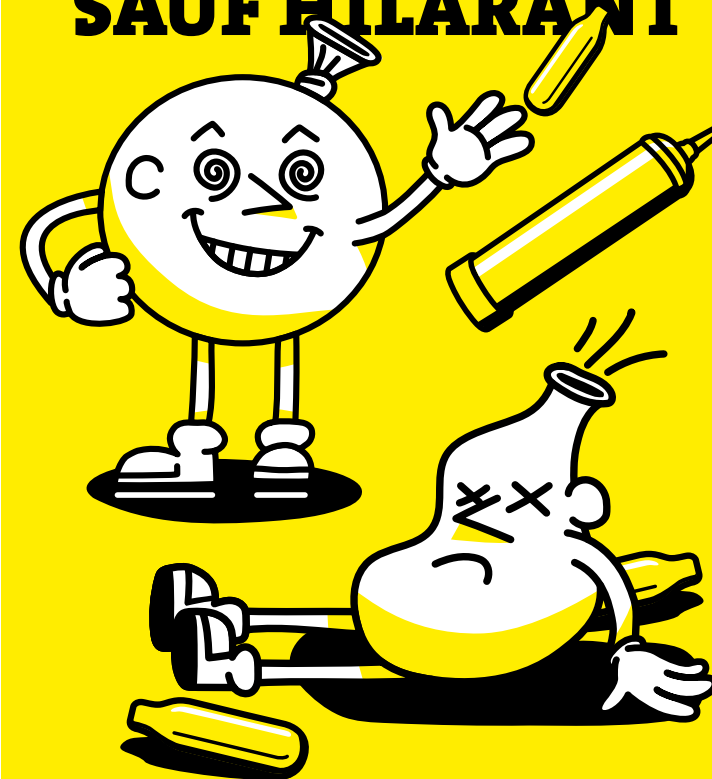
Mon enfant consomme, je fais quoi ?

- Ne pas paniquer ni ne banaliser la situation
- Essayer d'instaurer un dialogue pour connaître ses motivations et lui expliquer les risques
- Si le dialogue est difficile, vous pouvez trouver de l'aide auprès d'un professionnel ou sur

DROGUES-INFO-SERVICE.FR

7/7 de 8h à 2h. Appel anonyme et gratuit 0 800 23 13 13

LE PROTOXYDE D'AZOTE UN GAZ TOUT SAUF HILARANT



Ce ballon peut faire perdre la tête

Brûlures - Vertiges - Perte de connaissance -
Asphyxie - Risques cardiovasculaires -
Troubles neurologiques

Chaque prise entraîne des risques

Ça fait quoi ?

DES EFFETS HILARANTS

- Euphorie
- Déformation de la vue
- Rires, ivresse, sentiment de joie
- Déformation des sons
- Gain d'énergie
- Les effets du « proto » durent entre 2 et 3 minutes.

Les risques sur la santé



DES EFFETS PAS SI MARRANTS

- Vertiges, étourdissement, désorientation
- Asphyxie, convulsions ou perte de connaissance par manque d'oxygène
- Perte du réflexe de la toux avec un risque de « fausse route »
- Accidents de la route ou chute avec risques de graves traumatismes
- Brûlures par contact avec le gaz ou la bonbonne

En cas de prises répétées, à intervalles rapprochés et/ou à fortes doses

- Atteintes neurologiques avec sensibilité et motricité perturbées (fourmillements/engourdissements des pieds et des mains, puis aggravation, avec des difficultés à marcher ou tenir des objets)
- Fuites urinaires ou fécales, troubles sexuels
- Perte de contrôle jusqu'à devenir « accro »

Le « Proto » en chiffres

3ÈME produit psychoactif le plus consommé par les adolescents.

x 10 le nombre de cas de complications sanitaires graves liés à l'usage non médical du protoxyde d'azote depuis 2019

Sources : ARS, MILDECA et Association Française des Centres d'Addictologie

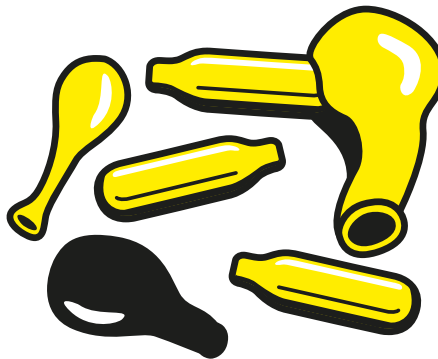
Les dommages environnementaux

Au-delà des risques pour la santé, les cartouches, les bonbonnes et les ballons utilisés pour inhaler le « proto » représentent aussi une nouvelle forme de pollution pour l'environnement.

Retrouvés en grandes quantités sur les espaces publics, ces résidus détériorent le cadre de vie et mettent des années avant de se dégrader.

Leur ramassage est un travail minutieux et pénible.

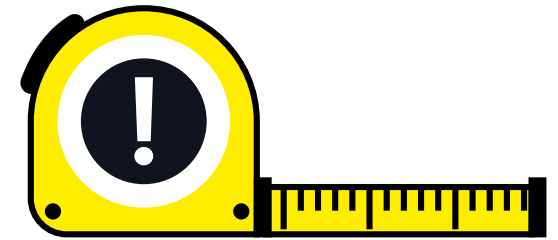
Leur traitement et leur recyclage s'avère compliqué et coûteux.



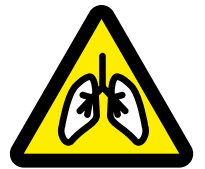
Pour protéger la planète et sa santé, le mieux est de ne pas consommer

Depuis juin 2021, la loi interdit la vente ou l'offre de « proto » aux mineurs dans tous les commerces, lieux publics et sur internet, où l'interdiction doit être spécifiée.

Réduire les risques



- Consommer avec des personnes de confiance et dans un lieu aéré
- Consommer assis pour éviter le risque de chute
- Respirer le gaz par intermittence en respirant de l'air normal pour reprendre de l'oxygène
- Ne pas consommer tous les jours pour ne pas s'habituer
- Ne pas enchaîner les ballons malgré les effets courts et rapides
- Prendre garde aux risques de brûlures, faire attention aux briquets et aux cigarettes (le « proto » est un gaz inflammable)



Attention :

- Ne conduire ni voiture, ni deux roues (trottinettes, vélo) après avoir pris du « proto »
- Eviter les mélanges (alcool, cannabis, chicha, produits hallucinogènes, etc.) car ils renforcent les risques d'asphyxie et de perte de connaissance
- Etre très prudent avec le proto lorsque l'on est sujet à l'asthme ou à l'hypertension