LA VÉRITÉ SUR LE
LSD
diéthylamide de l'acide lysergique
acide
tablettes
microdot
buvard
nonaladrogue.org

BUT DE CE LIVRET

On parle beaucoup de la drogue dans le monde — dans la rue, à l'école, sur Internet et à la télévision. Certaines choses sont vraies, d'autres non.

Ce qu'on entend sur la drogue vient souvent de ceux qui en vendent. D'anciens dealers ont avoué qu'ils auraient dit n'importe quoi pour vendre de la drogue à leurs clients.

Ne soyez pas dupe. Il vous faut des faits pour éviter d'être dépendant de la drogue et pour aider vos amis à rester à l'écart. Cette brochure a donc été préparée à votre intention.

Votre avis sur le sujet nous intéresse ; faites-nous savoir ce que vous en pensez. Vous pouvez consulter notre site Web **drugfreeworld.org** et nous envoyer un e-mail à **info@drugfreeworld.org**.

Avertissement : Ce livret met l'accent sur le danger de la consommation de certaines drogues. L'intention n'est pas de procurer au lecteur un conseil d'ordre médical ni de le dissuader d'avoir recours à un traitement médical.

QU'EST-CE QUE LE LSD ?

Le LSD est l'un des produits chimiques qui altèrent le plus l'humeur. Il est fait à base d'acide lysergique, qui provient de l'ergot de seigle, un champignon parasite se développant sur le seigle et d'autres graines.

Il est produit sous forme de cristaux dans des laboratoires clandestins, principalement aux États-Unis. Ces cristaux sont transformés en liquide avant d'être écoulés. Ce liquide est inodore, incolore et a un goût légèrement amer.

Connu entre autres sous le nom d'« acide », le LSD est vendu dans la rue sous forme de petits comprimés (« microdots »), de capsules ou de petites feuilles de gélatine (« window panes »). Il est parfois versé sur du papier buvard qui est ensuite découpé en petits carrés couverts de dessins ou de personnages de dessins animés.

Il est parfois vendu sous forme liquide. Mais quelle que soit sa forme, le LSD produit toujours le même résultat : le consommateur perd le contact avec la réalité.

Les consommateurs de LSD vivent ce qu'ils appellent un « trip », qui dure en général environ 12 heures. Des réactions négatives s'appellent des « mauvais trips », un nom approprié pour une expérience qui ressemble à un enfer.

LE LSD : SES NOMS COURANTS

- acide
- acide de batterie
- Bart Simpson
- cachets
- doses
- flash
- golden dragon
- illusions
- la souris déglinguée
- microdot
- orange micro
- soleil jaune
- superman
- tablettes
- window panes
- zen

et bien d'autres

À l'âge de 16 ans, on m'a passé une drogue que j'ai ensuite prise pendant 3 ans : le LSD. Je ne savais pas que le LSD était l'hallucinogène le plus puissant au monde.

« La drogue se présentait sous forme d'un petit morceau de papier pas plus gros que mon index, qu'on appelle un buvard. Quinze minutes après avoir mis ce buvard sur ma langue, tout mon corps est devenu brûlant et je me suis mise à transpirer.

« J'ai aussi eu les pupilles dilatées, la nausée et la chair de poule. Durant mon trip, j'ai eu l'impression que mon corps et mon esprit se déformaient. Les hallucinations me donnaient l'impression de faire un voyage étrange et effrayant et je n'arrivais pas à maîtriser mon corps ni mes pensées. »
Edith

QU'EST-CE QU'UN HALLUCINOGÈNE ?

Les hallucinogènes sont des drogues créant des hallucinations. Leurs consommateurs voient des images, entendent des sons et ont des sensations qui leur semblent très vraies mais n'existent pas. Certains hallucinogènes produisent même des changements soudains et imprévisibles de l'humeur de leurs utilisateurs.

QUELS SONT LES RISQUES DU LSD ?

Les effets du LSD sont imprévisibles. Ils dépendent des quantités ingérées, de l'humeur de la personne, de sa personnalité et du milieu dans lequel la drogue est prise. C'est comme un coup de dés : soit on ressent des sensations d'euphorie et d'hallucinations, soit on tombe dans un état de paranoïa[1] prononcée.

Normalement, les premiers effets du LSD commencent 30 à 90 minutes après avoir pris la drogue. Souvent, les pupilles se dilatent. La température du corps peut s'élever ou s'abaisser, de même que la tension artérielle et le rythme cardiaque. Il est aussi fréquent de transpirer ou d'avoir des frissons.

Les consommateurs de LSD perdent souvent l'appétit, deviennent insomniaques, ont la bouche sèche et sont pris de tremblements. Des troubles visuels font partie des effets les plus fréquents, le consommateur pouvant se fixer sur l'intensité de certaines couleurs.

1. paranoïa : suspicion, méfiance ou peur des autres.

il va aussi éprouver des changements d'humeur radicaux, passant du délire euphorique à une terreur intense. Le plus grave, c'est qu'il n'arrive pas à distinguer les sensations créées par la drogue de celles qui sont réelles.

Certains consommateurs de LSD éprouvent un sentiment de béatitude intense qu'ils confondent avec l'« illumination ».

Non seulement ils se désintéressent de leurs activités habituelles, mais ils ressentent également le besoin de prendre davantage de drogue pour éprouver la même sensation. D'autres ont des idées sombres ou terrifiantes, ils craignent de perdre la maîtrise d'eux-mêmes, de devenir fous ou de mourir, et ressentent un désespoir profond. Une fois qu'un « mauvais trip » a commencé, on ne peut pas le stopper et il peut durer jusqu'à 12 heures. En fait, certaines personnes ne se remettent jamais d'une psychose provoquée par l'acide.

Quand le LSD est ingéré en grandes quantités, il provoque un sentiment de délire et des hallucinations. L'image que la personne a d'elle-même se désagrège et elle perd le sens du temps. Les objets sont déformés ainsi que le mouvement, les couleurs et les sons. Le sens du toucher et les sensations corporelles habituelles se transforment en quelque chose d'étrange et de bizarre. Les sensations peuvent sembler « se croiser », donnant au consommateur l'impression que les couleurs se transforment en sons et qu'il voit des sons. Ces changements peuvent être effrayants et provoquer un état de panique.

L'aptitude à raisonner et à voir des dangers normaux est altérée. Un consommateur de LSD peut essayer de sortir par la fenêtre pour percevoir de plus près le sol. Il peut trouver amusant d'admirer le coucher du soleil, au comble du bonheur, sans se rendre compte qu'il se trouve en plein milieu d'un carrefour très fréquenté.

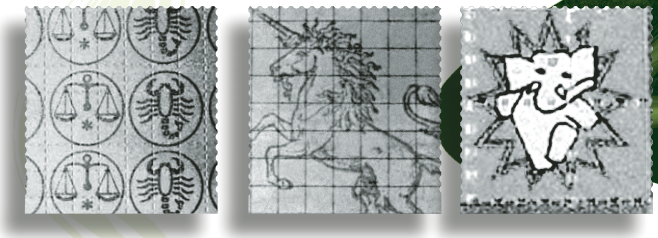
Nombre de consommateurs de LSD font l'expérience du flash-back, c'est-à-dire qu'ils revivent un trip au LSD, souvent sans s'y attendre, et longtemps après avoir pris du LSD.

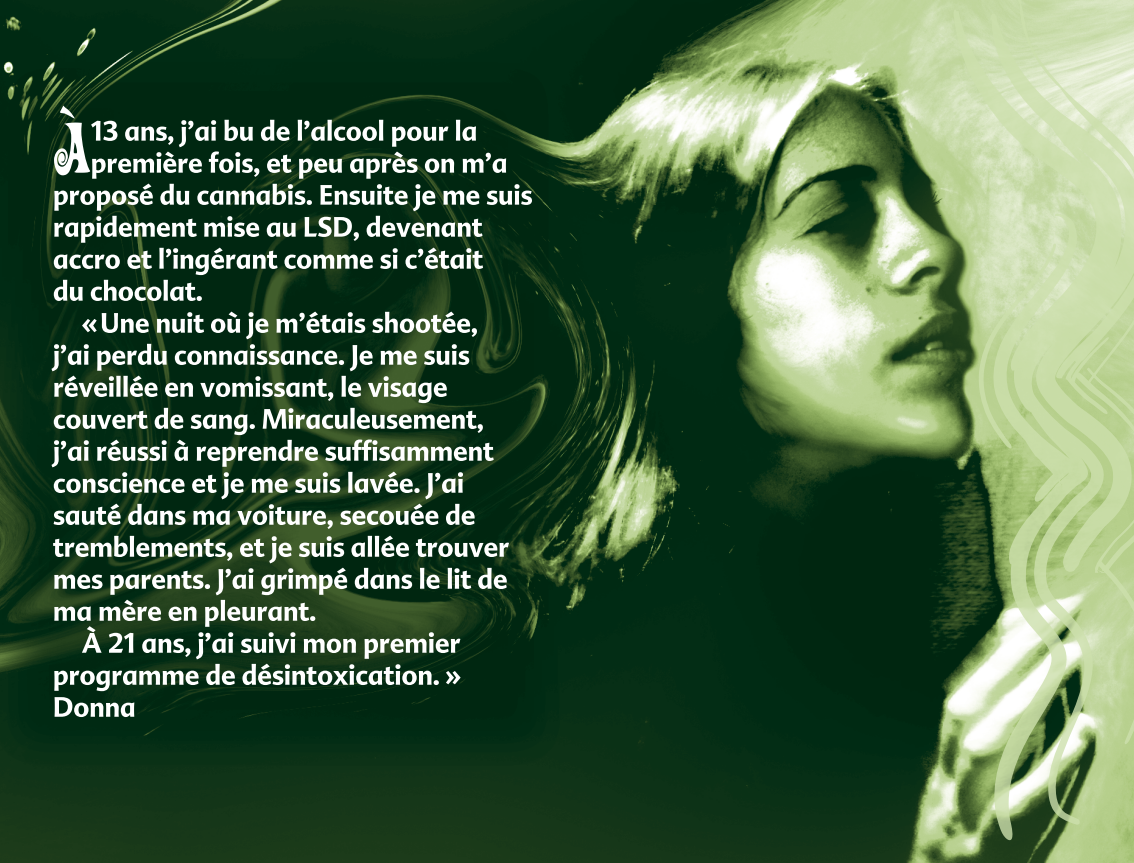
Les mauvais trips et le flash-back ne constituent qu'une partie des dangers du LSD. Les consommateurs de LSD peuvent souffrir de psychoses d'une durée relativement longue, comme la schizophrénie ou une dépression grave.

Comme le LSD s'accumule dans l'organisme, les toxicomanes développent une accoutumance à la drogue. En d'autres termes, les consommateurs réguliers doivent prendre des doses toujours plus grandes pour atteindre un état d'euphorie. Comme les effets physiques dépendent de la dose prise, il y a de plus en plus de risques de vivre un mauvais trip et de se retrouver dans un état psychotique.

Après avoir pris de l'acide, je me suis imaginée que nous foncions tête baisée sur un semi-remorque et étions tués. Je pouvais entendre le bruit de tôle métallique puis un long silence inquiétant. J'étais terrifiée, car je pensais réellement que nous étions morts... Pendant un an, je n'ai pas voulu entrer dans un cimetière, car j'étais terrifiée à l'idée d'y trouver ma propre tombe. » Jenny

Le LSD, que l'on prend souvent sur un buvard (à gauche), procure des sensations intenses et des distorsions des perceptions, et entraîne le désespoir. Il est généralement impossible de mettre fin à de « mauvais trips », qui peuvent durer jusqu'à 12 heures.





À 13 ans, j'ai bu de l'alcool pour la première fois, et peu après on m'a proposé du cannabis. Ensuite je me suis rapidement mise au LSD, devenant accro et l'ingérant comme si c'était du chocolat.

« Une nuit où je m'étais shootée, j'ai perdu connaissance. Je me suis réveillée en vomissant, le visage couvert de sang. Miraculeusement, j'ai réussi à reprendre suffisamment conscience et je me suis lavée. J'ai sauté dans ma voiture, secouée de tremblements, et je suis allée trouver mes parents. J'ai grimpé dans le lit de ma mère en pleurant.

À 21 ans, j'ai suivi mon premier programme de désintoxication. »
Donna

LES EFFETS NOCIFS DU LSD

EFFETS PHYSIQUES

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

EFFETS MENTAUX

- Illusions
- Hallucinations
- Une sensation d'euphorie ou de certitude illusoire
- Déformation du sens du temps et de l'identité
- Perception des distances déformée
- Modification de la notion du temps, perceptions déformées de la taille et de la forme des objets, des mouvements, des couleurs, des sons, du toucher et de son propre corps
- Idées et impressions pénibles et terrifiantes
- Peur de perdre la maîtrise de soi
- Crises de panique
- Flash-back ou rechute d'un trip au LSD, souvent sans s'y attendre, et longtemps après avoir pris du LSD
- Dépression ou psychose grave

J'ai commencé à boire à l'âge de 15 ans. Ensuite, je me suis mis à l'ecstasy, au speed, à la cocaïne et au LSD.

« J'avais du mal à garder un boulot, je me sentais déprimé et je pensais que je ne me sortirais jamais de mon obsession pour les drogues. J'ai essayé deux fois de me suicider par overdose. On m'a envoyé voir des psychiatres qui m'ont donné davantage de drogues, d'antidépresseurs et de tranquillisants, ce qui n'a fait qu'empirer les choses.

« Puis, pour libérer les sensations que je ressentais, j'ai commencé à me mutiler en me coupant et en me brûlant. » Justin

STATISTIQUES INTERNATIONALES

En Europe, 4,2 % des jeunes entre 15 et 24 ans, ont déjà pris au moins une fois du LSD. Selon une enquête, le pourcentage de personnes de ce groupe d'âge à avoir utilisé du LSD au cours des dernières années a augmenté de 1 % dans sept pays (Bulgarie, République tchèque, Estonie, Italie, Lettonie, Hongrie et Pologne).

En France, parmi les jeunes de 17 ans ayant répondu à l'enquête ESCAPAD [1] en 2005, au moins 0,9 % des filles et 1,3 % des garçons avaient pris du LSD.

Les résultats d'une étude menée en 2004-2005 dans les milieux français de la techno indiquent que 51 % des personnes de ce milieu avaient déjà consommé du LSD et que 13 % d'entre eux en avaient utilisé au cours du mois précédent.

Selon le rapport de 2007 sur les drogues et leur dépendance présenté par l'Observatoire français des drogues et des toxicomanies, le nombre de Français âgés de 12 à 75 ans à avoir consommé du LSD au moins une fois dans leur vie est estimé à 700 000.

Une étude parue en janvier 2008 a indiqué qu'environ 3,1 millions d'Américains âgés de 12 à 25 ans déclaraient avoir consommé du LSD.

1. ESCAPAD : Enquête sur la Santé et les Consommations lors de l'Appel de Préparation À la Défense

LA PUISSANCE DU LSD

Le LSD est le produit hallucinogène (psychédélique) le plus puissant

Le LSD est 100 fois plus puissant que les champignons hallucinogène

LSD 100X

champignons hallucinogènes

LSD 4000X

Le LSD est 4000 fois plus puissant que la mescaline

Mescaline

J'ai commencé à traîner dans les boîtes de strip-tease et les casinos ; je n'avais plus aucun sens moral : je visitais un bordel après l'autre, et on me proposa bientôt d'autres drogues.

« Après avoir gaspillé mon héritage, j'ai dû déménager dans un endroit où on pouvait trouver du crack. J'y suis resté un an ; je regardais les gens mourir, j'ai perdu mon entreprise et je me suis mis à voler.

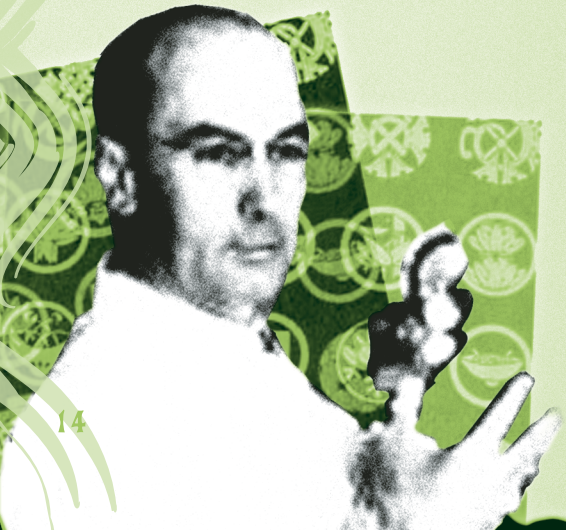
« J'ai été arrêté en novembre 2003 pour tentative de vol et je suis allé en prison.

« J'avais fait souffrir et j'avais perdu tous ceux que j'aimais ; plus personne ne voulait de moi.

« J'ai fini par vivre dans la rue, dormant sur un carton près de la gare, mendiant pour essayer de payer mon prochain repas. » Frédéric

LE LSD EN QUELQUES MOTS

Albert Hofmann, chimiste travaillant pour les laboratoires Sandoz, a synthétisé[1] du LSD pour la première fois à Bâle, en Suisse, alors qu'il recherchait un stimulant pour le sang. Mais ses effets hallucinogènes restèrent inconnus jusqu'en 1943, date à laquelle Hofmann prit par hasard un peu de LSD. On a constaté plus tard qu'une dose orale aussi infime que 25 microgrammes (le poids de quelques grains de sel) pouvait produire des hallucinations intenses.



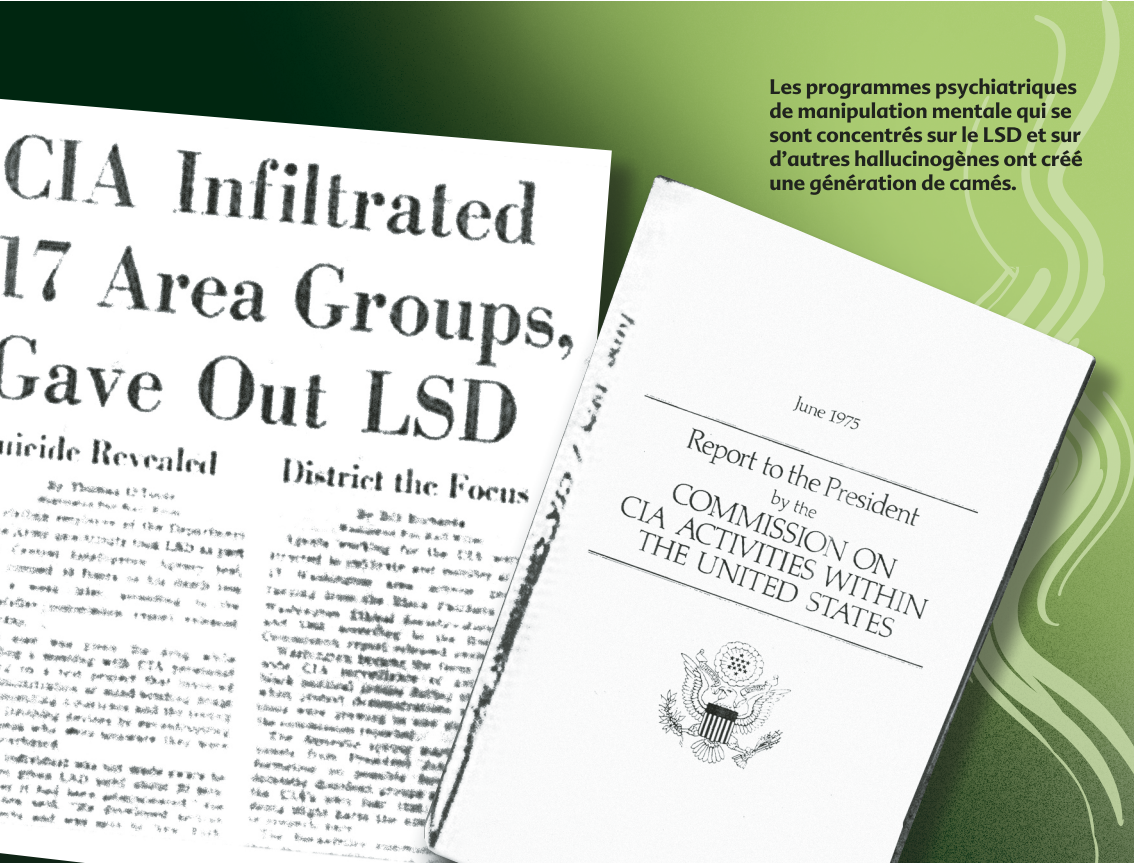
En raison de sa ressemblance avec une substance chimique présente dans le cerveau et de ses effets semblables à certains aspects de la psychose, des psychiatres l'ont utilisé pour faire des expériences dans les années 1940, 1950 et 1960. Les chercheurs ne réussirent pas à découvrir comment l'utiliser en médecine, mais des échantillons gratuits fournis par les laboratoires Sandoz dans le cadre d'expériences furent distribués à grande échelle, ce qui entraîna une consommation importante.

Le LSD a été popularisé dans les années 1960 par des individus comme Timothy Leary, qui a encouragé

1. synthétiser : fabriquer une drogue en mélangeant plusieurs produits chimiques.

les étudiants américains « à se brancher, à se mettre au diapason et à vivre en marge de la société ». Ainsi est née une contre-culture de consommation de drogue, qui s'est étendue de l'Amérique au Royaume-Uni et au reste de l'Europe. Aujourd'hui encore, l'usage du LSD au Royaume-Uni est sensiblement plus élevé que dans d'autres pays.

Le psychologue de Harvard, Timothy Leary, qui faisait la promotion du LSD et d'autres psychotropes hallucinogènes, a été arrêté et emprisonné pour des délits liés à la drogue.



Les programmes psychiatriques de manipulation mentale qui se sont concentrés sur le LSD et sur d'autres hallucinogènes ont créé une génération de camés.

Si la contre-culture des années 1960 utilisait la drogue pour échapper aux problèmes de la société, les services secrets occidentaux et les militaires y ont vu une arme chimique potentielle. En 1951, ces organisations ont commencé une série d'expériences. Des chercheurs américains ont noté que le LSD « était capable de rendre des groupes entiers de gens, y compris des forces militaires, indifférents à leur environnement et à la situation, de perturber leur jugement et leur capacité à planifier, et même de susciter chez eux de l'appréhension, une confusion et une terreur incontrôlables ».

Des expériences ont été faites avec du LSD par des agences de renseignements pour changer la personnalité de leurs cibles et pour contrôler des populations entières — et ceci a continué jusqu'à ce que les États-Unis interdisent officiellement cette drogue en 1967.

L'usage du LSD a diminué dans les années 1980, mais a repris dans les années 1990. Depuis 1998, il est beaucoup plus consommé dans les boîtes de nuit et lors de soirées (raves) par des adolescents et de jeunes adultes. Cette consommation a énormément chuté aux alentours de l'an 2000.

Les jours qui suivaient mes prises de LSD, j'étais très anxieuse et déprimée. Après mon premier trip, je me suis mise à en prendre fréquemment, parfois jusqu'à quatre ou cinq fois par semaine pendant une longue période. Chaque fois que j'en prenais, je perdais de plus en plus le contact avec la réalité. J'en étais arrivée à me sentir tout le temps mal dans ma peau. »

Andrée

CE QUE LES DEALERS VOUS DIRONT

Lorsque des adolescents ont été interrogés pour savoir la raison de leur première prise de drogue, 55 % ont répondu qu'ils l'avaient fait suite à des pressions de leurs amis. Ils voulaient être cool et populaires. Les dealers connaissent bien ça.

Ils vont vous approcher comme un ami et vous proposer de vous « aider » avec quelque chose qui « va vous remonter ». La drogue vous « aidera à entrer dans le moule » ou « à avoir l'air cool ».

Les dealers, motivés par le profit, diront n'importe quoi pour que vous achetiez leurs drogues. Ils vous diront qu'en prenant du LSD, vous allez « dépasser vos limites ».

Ils se fichent pas mal de savoir si les drogues détruisent votre vie du moment qu'ils sont payés. Ils ne se soucient que de l'argent. D'anciens dealers ont admis qu'ils considéraient leurs acheteurs comme des « pions sur un échiquier ».

Obtenez les faits sur la drogue. Prenez vos propres décisions.

Dans mon petit monde de délire, j'ai commencé à devenir paranoïaque, à penser que mes amis conspiraient contre moi, cherchant peut-être même à me tuer. Je me suis dit *qu'il fallait que je sorte de là.*

« J'ai couru dans la chambre de mon ami, j'ai ouvert la fenêtre aussi grand que possible et j'ai sauté. Par chance pour moi, mon ami habitait au rez-de-chaussée. J'ai couru dans une zone boisée jusqu'à un pont. Je pouvais sentir mon cœur battre de plus en plus vite. J'ai entendu des voix me dire que j'allais avoir une crise cardiaque et mourir.

« Ce n'était pas la fin. Des années plus tard, je courais quand tout d'un coup, j'ai eu un flashback du moment où je courais pendant ce trip. J'ai commencé à être pris de panique et j'ai entendu des voix me dire que j'allais avoir une crise cardiaque et mourir.

« Je dirais à quiconque a déjà pensé prendre du LSD, même *brièvement*, de reconsidérer la chose. » Brian

La vérité sur la drogue

Les drogues sont essentiellement des poisons. L'effet dépend de la quantité.

Une faible quantité agit comme un stimulant (vous excite). Une plus grande quantité agit comme un sédatif (vous ralentit). Une quantité encore plus grande vous empoisonne et vous tue.

C'est vrai pour toute drogue. Seule la quantité requise pour atteindre ces effets diffère.

Mais la plupart des drogues comportent un autre risque : elles affectent directement le mental. Elles peuvent modifier la perception qu'a l'utilisateur par rapport à ce qui survient autour de lui. Par la suite, les actions de la personne peuvent s'avérer bizarres, irrationnelles, inappropriées, voire destructrices.

Les drogues bloquent toutes les sensations, désirables ou non. Ainsi, tout en apportant une aide à court terme en soulageant la douleur, elles effacent également toute capacité et vivacité en troublant la pensée.

Les médicaments sont des drogues conçues pour accélérer, ralentir ou modifier d'une façon ou d'une autre la manière dont votre corps fonctionne, pour tenter d'améliorer son fonctionnement. Ils sont parfois nécessaires. Mais cela reste des drogues : ils agissent en tant que stimulants ou sédatifs, et en prendre trop peut vous tuer. Aussi, si vous n'utilisez pas ces médicaments selon leur prescription, ils peuvent s'avérer aussi dangereux que des drogues illégales.

La solution est de s'informer et de ne jamais commencer à prendre de drogues.

POURQUOI LES GENS PRENNENT-ILS DE LA DROGUE ?

Les gens prennent de la drogue parce qu'ils veulent changer quelque chose dans leur vie.

Voici quelques-unes des raisons données par les jeunes :

- Pour se sentir dans le coup
- Pour s'évader ou se relaxer
- Par ennui
- Pour se sentir adulte
- Pour se rebeller
- Pour faire une expérience

Ils pensent que la drogue est une solution. Mais en fin de compte, elle devient le problème.

Aussi difficile que cela puisse être de faire face à ses problèmes, les conséquences de la consommation de drogues sont toujours pires que le problème que l'on essaye de résoudre en en prenant. La solution est de s'informer et de ne jamais commencer à prendre de drogues.

SOURCES

Observatoire européen des drogues et des toxicomanies, Rapport annuel 2007

Bureau des Nations Unies sur les drogues et le crime, rapport sur le LSD, 1998

Ministère de la Justice américain, rapport du National Drug Intelligence Center, mai 2003

Agence américaine de lutte contre la drogue

« Plusieurs rapports d'études sur les hallucinogènes et les drogues dissociatives », Institut National Américain sur l'usage de stupéfiants

Bureau américain pour le contrôle des drogues, rapport sur les hallucinogènes, septembre 2005

Acid Dreams: The Complete Social History of LSD—The CIA, the Sixties, and Beyond, Martin A. Lee and Bruce Shlain, Grove Press, (édition révisée), mars 1986

www.drogues.gouv.fr. (Site Web de la Mission Interministérielle de Lutte contre les Drogues et la Toxicomanie, France)

Hopkins Medical News

U.S. Substance Abuse and Mental Health Services Administration

« Situation sur les amphétamines, l'ecstasy et le LSD in Europe », Observatoire européen des drogues et des toxicomanies

Rapport TREND (Tendances Récentes Et Nouvelles Drogues) de février 2008, Observatoire européen des drogues et des toxicomanies

ESCAPAD (Enquête sur la Santé et les Consommations lors de l'Appel de Préparation A la Défense)

PHOTOGRAPHIES :
Page 5 : DEA ; page 14 : la Fondation Albert Hofmann ; page 15 : AP/Timothy Leary ; DEA/arrestation de Timothy Leary

Des millions de livrets comme celui-ci ont été distribués dans le monde, en 22 langues. Au fur et à mesure que de nouvelles drogues apparaissent et que l'on découvre leurs effets, les livrets existants sont mis à jour et de nouveaux sont créés.

Les livrets sont publiés par la Foundation for a DrugFree World, association d'intérêt général à but non lucratif basée à Los Angeles, en Californie.

La fondation fournit des documents d'information, des conseils et coordonne la prévention à travers ses différents réseaux. Elle travaille avec des jeunes, des parents, des éducateurs, des associations et des agences gouvernementales — tous ceux qui veulent aider les gens à mener une vie sans drogue.

CE QUE VOUS DEVEZ SAVOIR

Ce livret fait partie d'une série de brochures d'information sur les drogues les plus courantes comme le cannabis, l'alcool, l'ecstasy, la cocaïne, le crack, la cristal meth, la méthamphétamine, les drogues par inhalation, l'héroïne, le LSD, ainsi que l'abus de drogues sur ordonnance. Muni de ces informations, le lecteur peut prendre la décision de mener une vie sans drogue.

Pour plus d'informations ou pour obtenir d'autres exemplaires de ce livret ou d'autres livrets de cette série, contactez :

Foundation for a Drug-Free World
1626 N. Wilcox Avenue, #1297
Los Angeles, CA 90028 USA
1-818-952-5260
info@drugfreeworld.org
drugfreeworld.org

FRANCE
Association de prévention
Non à la drogue, Oui à la vie
576 Chemin du Charrel
13400 Aubagne
+33-1 44 74 61 68
info@nonaladrogue.org
nonaladrogue.org

BELGIQUE
Foundation for a Drug-Free Europe
Rue de la Loi, 91, 1040 Bruxelles
+32-2 280 4049
info@fdfe.eu/fdfe.org

SUISSE
Association
Dites Non à la Drogue, Oui à la Vie
Case postale 504, 1001 Lausanne
information@adnad.org
nonaladrogue.ch

QUEBEC
Non à la Drogue, Oui à la vie
665-667 rue Saint-Joseph Est
Québec, Québec, Canada

© 2009 Foundation for a Drug-Free World. Tous droits de reproduction et d'adaptation réservés.
Imprimé par OCDM, 3400 S Susan Street, Santa Ana, CA 92704, USA. Article 20841-7-FRE