

LA VÉRITÉ SUR

# L'ECSTASY

XTC X Hug  
pilule de l'amour E  
jelly beans

[nonaladrogue.org](http://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](http://drugfreeworld.org) et nous envoyer un e-mail à [info@drugfreeworld.org](mailto: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.**



# Danser avec LA MORT ?

L'ecstasy est illégale. En France, le trafic d'ecstasy fait l'objet d'une pénalisation sévère qui s'est durcie depuis la fin des années 1980 : les peines encourues peuvent aller jusqu'à la réclusion criminelle à perpétuité et une amende de 7,5 millions d'euros. En 2003, plus de 798 personnes ont été interpellées pour trafic ou usage d'ecstasy ; plus de 2 millions de comprimés d'ecstasy et 0,3 tonne d'amphétamines ont été saisis en France (19 millions de comprimés dans les pays de l'Union européenne).

En France, le nombre de personnes âgées de 12 à 75 ans ayant consommé de l'ecstasy au moins une fois dans leur vie est estimé à 500 000, dont 200 000 usagers au cours de l'année.

L'ecstasy est une drogue de synthèse extrêmement dangereuse quand elle est mélangée à de l'alcool, et elle fait des ravages. Des jeunes sont morts parfois après une seule dose. Depuis 1994, quand l'ecstasy est devenue la drogue des boîtes de nuit et des « raves », les incidents signalés par les services des urgences ont augmenté de plus de 1200 %.



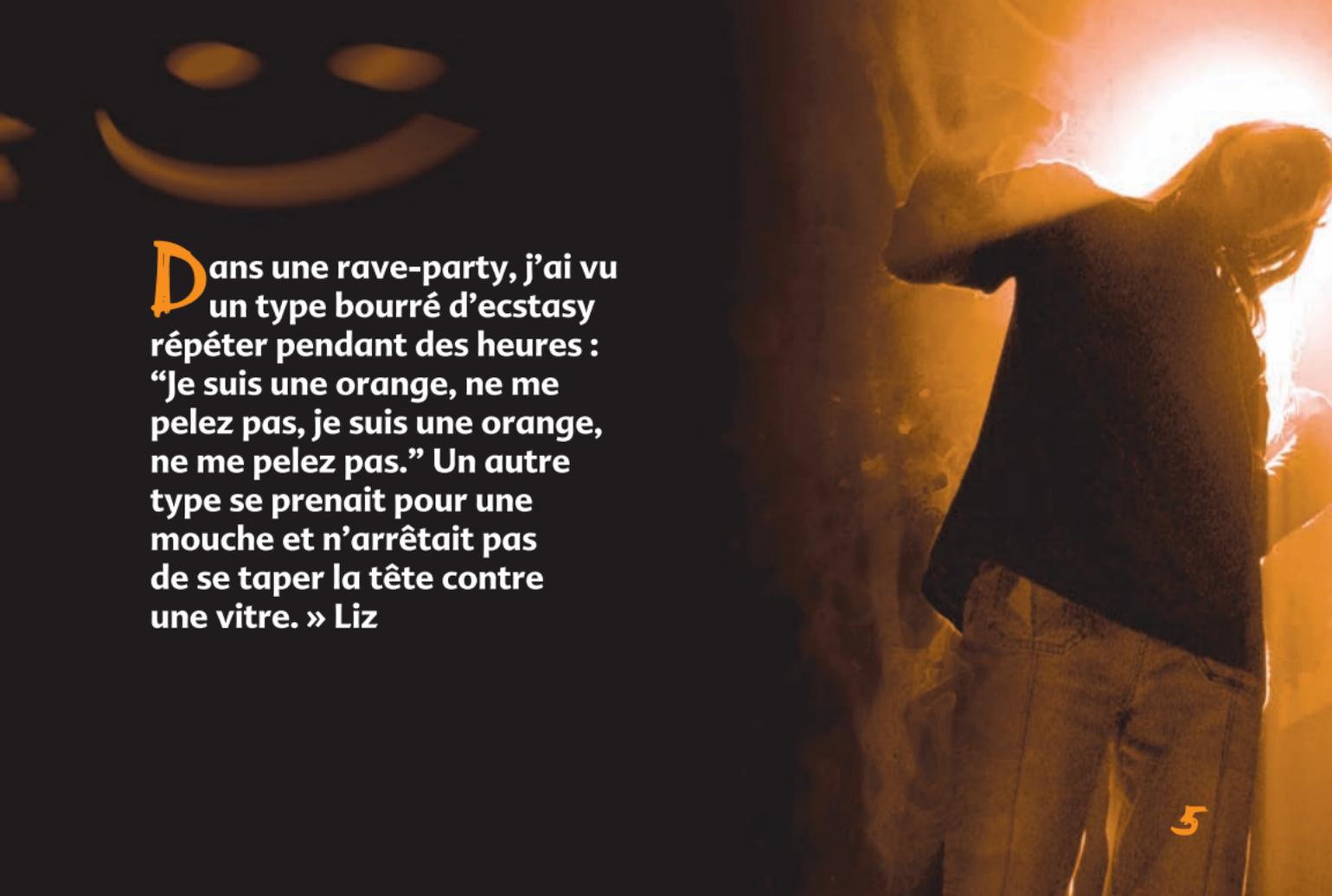
# Voulez-vous vraiment participer à ce genre de feuf ?

**N**iki pensait, comme la plupart des jeunes qui vont dans les raves, échapper à ses problèmes et passer un bon moment. Elle avait projeté d'y passer la nuit avec ses amis. L'un d'entre eux avait une bouteille d'ecstasy liquide dans sa voiture et ils ont commencé à en prendre. Bientôt la drogue a commencé à agir et Niki a dansé, dansé et dansé, bien au-delà de ses limites habituelles. Comme l'un de ses amis

l'a raconté plus tard à la police : « Niki ne sentait plus rien. »

Le lendemain matin, Niki était morte. L'ecstasy l'avait emportée.

« Ça ne m'arrivera pas. Pas à moi... » Qu'en savez-vous réellement ? Voulez-vous vraiment courir le risque ?

A person in a dark hoodie is dancing in a rave party. The background is dark with a large, glowing smiley face (:) in the upper left corner. The scene is lit with warm, orange light, creating a hazy atmosphere. The person is seen from the back, with their arms raised, suggesting they are dancing. The overall mood is energetic and surreal.

**D**ans une rave-party, j'ai vu un type bourré d'ecstasy répéter pendant des heures : "Je suis une orange, ne me pelez pas, je suis une orange, ne me pelez pas." Un autre type se prenait pour une mouche et n'arrêtait pas de se taper la tête contre une vitre. » Liz

# L'ecstasy, qu'est-ce que c'est ?

L'ecstasy a été développée pour la première fois en 1912 par le géant pharmaceutique allemand Merck. L'ecstasy était d'abord connu sous le nom de méthylène-dioxyméthamphétamine (MDMA). En 1953, la MDMA a été utilisée par l'armée américaine lors de recherches sur la guerre psychologique ; elle a refait surface dans les années 1960 comme psychotrope pour « diminuer les inhibitions ». C'est seulement après 1970 que la MDMA est devenue une drogue récréative illégale.

Dans les années 1980, la MDMA est présentée comme « le truc le plus chaud dans la quête incessante de la pilule du bonheur » et devient la drogue à la mode. En 1984, la MDMA, encore autorisée, est vendue sous le nom d'« ecstasy », mais en 1985 son usage est interdit aux États-Unis à cause des risques qu'elle fait courir.

Depuis, l'ecstasy est devenue un terme « marketing » générique utilisé par les dealers qui vendent des produits du genre « ecstasy » pouvant contenir peu ou pas du tout de MDMA.

Si les effets de la MDMA elle-même peuvent être nocifs, ce qu'on appelle aujourd'hui ecstasy peut contenir une large variété de substances : MDA, MDE, LSD, cocaïne, héroïne, amphétamines, méthamphétamine, voire mort-aux-rats, caféine, vermifuge pour chiens, etc. Malgré les jolis logos figurant sur les pilules, c'est ce qui rend l'ecstasy particulièrement dangereuse et provoque de nombreux accidents chez ceux qui en prennent pour la première fois : un consommateur ne sait jamais vraiment ce qu'il avale. Les risques augmentent quand le consommateur augmente la dose pour essayer de planer comme avant, car il peut sans le savoir absorber une combinaison de drogues entièrement différente.

L'ecstasy se présente en général sous forme de comprimé, mais peut aussi être injectée ou prise autrement. L'ecstasy liquide est en fait du GHB (Gamma Hydroxybutyrate), qui a des effets déprimeurs sur le système nerveux : cette substance se trouve aussi dans les déboucheurs de canalisations, les nettoyeurs pour sols ou les solvants de dégraissage.

# Noms courants

- Adam
- Air ball
- Cadillac
- California
- Sunset
- Clarté
- Essence
- E
- Es
- Éléphants
- Eve
- Hug
- Hug drug
- Pilule de l'amour
- Jelly beans
- Speed de l'amoureux
- Snowball
- XE
- XTC
- X

# Rêve ou cauchemar ?

- En France, le nombre de personnes à avoir utilisé de l'ecstasy au moins une fois est estimé à 900 000, et celui de personnes à en avoir consommé en cours d'année à 200 000. Parmi les jeunes adultes (de 18 à 25 ans), 4 % en ont utilisé au moins une fois.
- On trouve surtout des consommateurs d'ecstasy dans les cercles récréatifs de la techno. En France, entre 2003 et 2004, 70 % des 1 496 personnes sondées dans ces milieux avaient pris de l'ecstasy.
- En Suisse, 2 % de la population a déjà pris de l'ecstasy.
- 92 % pour cent des personnes qui commencent à prendre de l'ecstasy prennent d'autres drogues par la suite, comme le cannabis, les amphétamines, la cocaïne et l'héroïne.



# Une pilule de l'amour

## le grand mensonge

**L'**ecstasy est souvent appelée « la pilule de l'amour » parce qu'elle intensifierait les perceptions des couleurs et du son ainsi que les soi-disant sensations tactiles, en particulier dans les rapports sexuels.

Mais l'ecstasy contient souvent des hallucinogènes, drogues qui agissent sur le mental et amènent les gens à voir ou à ressentir des choses qui ne sont pas vraiment là. Les hallucinogènes brouillent les images emmagasinées dans le mental et peuvent replonger une personne dans une expérience effrayante ou triste de son passé, où elle se bloque sans même s'en rendre compte.



**I** n'y a rien de mal à participer à des rave-parties, à condition de ne pas prendre d'ecsta. Dès que tu commences à en prendre, tu penses que les gens qui te conseillent d'arrêter sont tous des idiots. Tu crois que tu as découvert quelque chose d'extraordinaire. Mais quand tu as pris goût à l'ecstasy, c'est trop tard, tu es pris dans l'engrenage. »

Pat

L'histoire de la drogue est remplie de mensonges. L'ecstasy « pilule de l'amour » n'est qu'une fausse promesse de plus.

L'ecstasy est éprouvante émotionnellement et les consommateurs souffrent souvent de dépression, de confusion, d'anxiété prononcée, de paranoïa<sup>1</sup>, d'épisodes psychotiques et d'autres problèmes psychologiques.

1. paranoïa : suspicion, méfiance et peur des autres personnes.



Heureusement, je suis vivante, mais je garde le souvenir de ces jours, mois et années de traumatisme. Je devrai faire face à ce souvenir toute ma vie... J'en ai vu de toutes les couleurs : dépression, anxiété, douleurs, cauchemars, maux de tête : j'ai vécu tout ça à cause de l'ecstasy. J'en suis presque morte. Il a suffi d'une nuit, de quelques pilules d'ecstasy et d'alcool. Cette drogue est létale et j'ai de la chance de n'en être sortie vivante. C'est incroyablement dur de devoir faire face continuellement à ces cauchemars. Je me réveille en sueur, soulagée de voir que ce n'était qu'un autre cauchemar. J'espère qu'un jour les cauchemars disparaîtront... Aucune défonce n'en vaut la peine. »

Megan

# Les conséquences de la consommation d'ecstasy

L'ecstasy neutralise les signaux d'alarme normaux émis par le corps. En conséquence, après avoir pris la drogue, un individu risque d'aller au-delà des limites de sa résistance physique. Par exemple, une personne qui prend de l'ecstasy peut ne pas se rendre compte qu'elle a trop chaud et elle peut s'évanouir ou même mourir d'un coup de chaleur.

Une étude menée par le centre de recherche pour l'aide sociale de l'université du Texas a révélé que les effets rapportés à long terme de l'ecstasy comprenaient le plus souvent une dépression et une capacité réduite à se concentrer. Les chercheurs ont également découvert que l'usage répété d'ecstasy s'accompagnait de somnolence, de mauvaise humeur et de troubles de l'anxiété, de tremblements ou de tressaillements et de problèmes de mémoire.

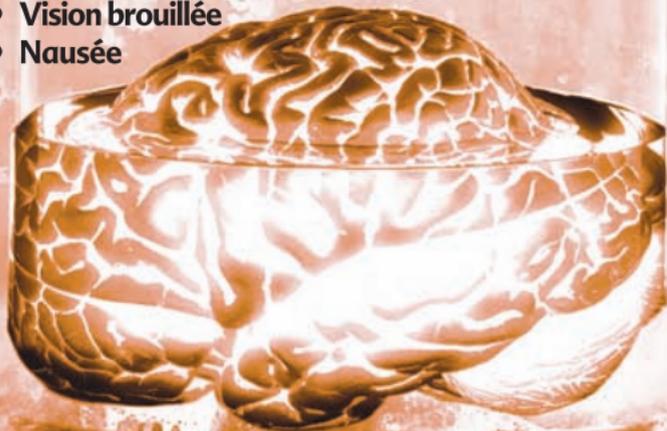
## EFFETS À COURT TERME

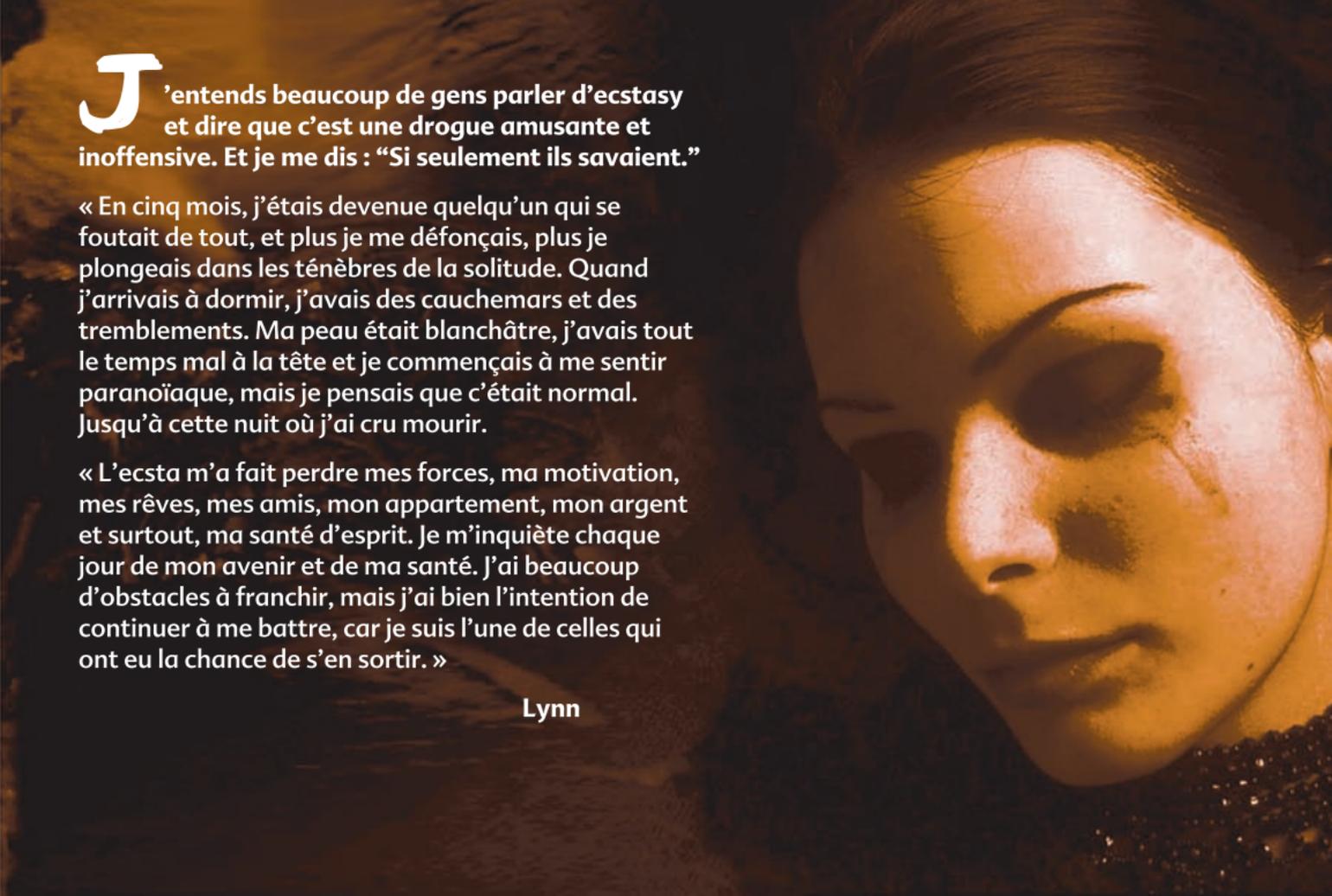
- Jugement altéré
- Sens déformé de l'affection
- États confusionnels
- Dépression
- Insomnie
- Anxiété sévère
- Paranoïa
- État de manque
- Contraction musculaire
- Évanouissements et frissons ou gonflements
- Trismus (crispation des muscles de la mâchoire)
- Vision brouillée
- Nausée

## EFFETS À LONG TERME

- Lésions cérébrales affectant la pensée et la mémoire
- Lésions des parties du cerveau régulant des fonctions vitales comme l'étude, le sommeil et l'émotion
- C'est comme si le tableau de contrôle du cerveau avait été démantelé puis mal reconnecté
- Dégénérescence des fibres et des terminaisons nerveuses
- Dépression, anxiété, perte de mémoire
- Insuffisance rénale
- Hémorragie
- Psychose
- Collapsus cardiovasculaire<sup>1</sup>
- Convulsions
- Décès

1. collapsus cardiovasculaire : chute de la pression exercée sur la paroi des artères par le sang qui s'y trouve.





**J**'entends beaucoup de gens parler d'ecstasy et dire que c'est une drogue amusante et inoffensive. Et je me dis : "Si seulement ils savaient."

« En cinq mois, j'étais devenue quelqu'un qui se foutait de tout, et plus je me défonçais, plus je plongeais dans les ténèbres de la solitude. Quand j'arrivais à dormir, j'avais des cauchemars et des tremblements. Ma peau était blanchâtre, j'avais tout le temps mal à la tête et je commençais à me sentir paranoïaque, mais je pensais que c'était normal. Jusqu'à cette nuit où j'ai cru mourir.

« L'ecsta m'a fait perdre mes forces, ma motivation, mes rêves, mes amis, mon appartement, mon argent et surtout, ma santé d'esprit. Je m'inquiète chaque jour de mon avenir et de ma santé. J'ai beaucoup d'obstacles à franchir, mais j'ai bien l'intention de continuer à me battre, car je suis l'une de celles qui ont eu la chance de s'en sortir. »

**Lynn**

A close-up photograph of a person's hand holding a pipe, with smoke rising from the bowl. In the foreground, there is a pile of white powder, likely cocaine, on a dark surface. Several small, round, metallic objects, possibly pills or capsules, are scattered nearby. The lighting is warm and focused on the hand and the pipe.

Est-ce que je peux devenir  
accro à l'ecstasy?

L'ecstasy peut-elle provoquer une dépendance ? Beaucoup le pensent. En tout cas, un consommateur est exposé à 4 dangers véritables :

**DANGER N° 1 :** En 1995, moins de 10 % des pilules d'ecstasy sur le marché étaient de la MDMA pure. Aujourd'hui, le consommateur d'ecstasy absorbe en général un mélange de drogues variées et souvent toxiques.

**DANGER N° 2 :** Il faut continuellement augmenter les quantités absorbées pour obtenir des effets identiques. Les consommateurs disent que l'effet de l'ecstasy est considérablement réduit après la première dose. Comme la personne prend des quantités de drogue de plus en plus grandes, les effets secondaires nocifs augmentent en conséquence.

Puisque l'effet créé par la drogue diminue, une personne essaye souvent d'autres drogues encore plus dangereuses.

**DANGER N° 3 :** Les consommateurs ressentent parfois le besoin de prendre d'autres drogues comme l'héroïne ou la cocaïne afin d'apaiser une douleur mentale ou physique survenant quand les effets de l'ecstasy se dissipent ; 92 % de ceux qui prennent de l'ecstasy prennent également d'autres drogues dangereuses.

**DANGER N° 4 :** L'idée fautive selon laquelle on ne se sent bien qu'en prenant de l'ecstasy amène quelqu'un à en prendre bien plus souvent qu'à l'occasion des raves et des soirées technos. Comme pour les autres drogues stimulantes, les gens continuent à en prendre en dépit des effets secondaires physiques désagréables.



# Informations scientifiques

**D**e très nombreuses études ont été menées sur l'ecstasy. Ces études montrent que :

- L'absorption d'ecstasy peut provoquer une défaillance du foie, comme dans le cas de cette jeune fille de 14 ans qui est décédée malgré la greffe du foie tentée par les médecins pour la sauver.
- L'ecstasy est parfois mélangée à des substances comme la mort-aux-rats.
- Des jeunes sont morts de déshydratation, d'épuisement ou de crise cardiaque après une overdose d'ecstasy.
- L'ecstasy peut endommager les reins, le foie et le cerveau, créant notamment des lésions durables des tissus cérébraux.
- Même une petite quantité d'ecstasy peut être assez toxique pour empoisonner le système nerveux et causer des lésions irréparables.

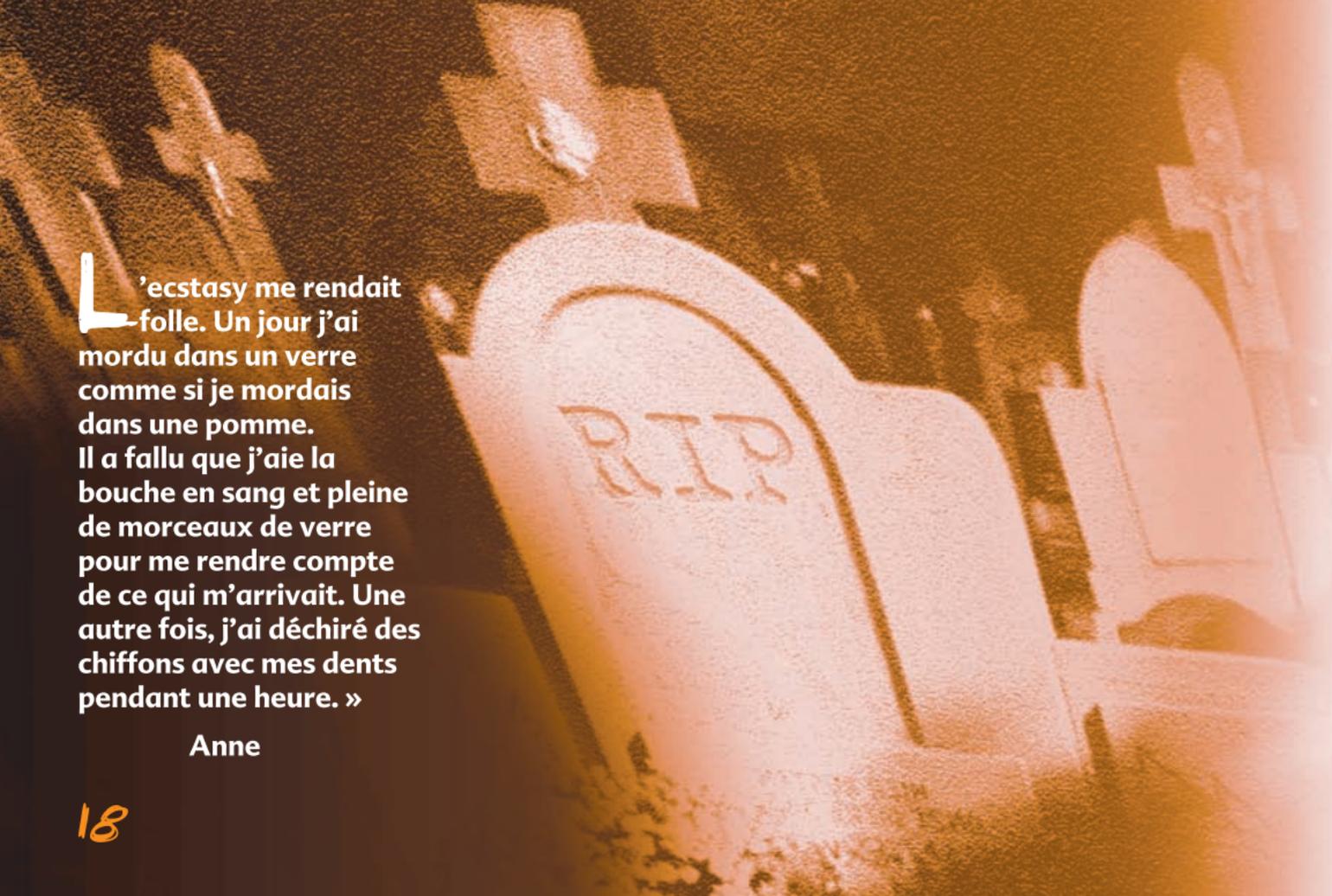
# Couper court au battage médiatique sur les drogues

L'image « positive » de la drogue provient en grande partie de la publicité que lui a faite le monde du cinéma et de la musique.

Quand une nouvelle substance apparaît sur le marché, elle n'est souvent considérée comme dangereuse que bien plus tard, lorsque le mal est fait. Dans ce cas, l'idée

fausse que la drogue est « inoffensive » a déjà largement fait son chemin.

L'ecstasy a fait l'objet d'une propagande de ce genre. Comme l'a fait remarquer un observateur de la presse : « C'est presque comme si un génie du marketing lui avait préparé une campagne publicitaire sur mesure. »



L'ecstasy me rendait folle. Un jour j'ai mordu dans un verre comme si je mordais dans une pomme. Il a fallu que j'aie la bouche en sang et pleine de morceaux de verre pour me rendre compte de ce qui m'arrivait. Une autre fois, j'ai déchiré des chiffons avec mes dents pendant une heure. »

Anne

# Ce que les dealers vous diront

**L**orsque 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 que si vous prenez de l'ecstasy, “vous aurez beaucoup de filles”. »

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.**

# 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.

20

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

Drug Enforcement  
Administration

National Institute on Drug  
Abuse

Drug Policy Information  
Clearinghouse

« Club Drugs Facts & Figures, »  
Office of National Drug Control  
Policy

Rapport international de  
2008 sur la toxicomanie et  
la criminalité du Bureau des  
Nations Unies

Center for Substance Abuse  
Research

British Medical Journal

National Institutes of Health  
Department of Health (UK)

Étude nationale de 2007 sur  
l'usage de stupéfiants et la  
santé

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

Exploitation des Rapports  
d'Activités, Type de Centres  
Specialisés de Soins aux  
Toxicomanes, 1998-2001, C.  
Palle, C. Bernard, E. Sevenier,  
H. Morfini, Observatoire  
français des drogues et des  
toxicomanies

*L'Hebdo*, 23 octobre 2008

PHOTOGRAPHIES:

Page 7 : stockxpert.com  
Page 18 : stockxpert.com,  
bigstockphoto.com

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