

TIPS

By



Le *proto*, qu'est ce que c'est ?

Quels sont les principaux effets du protoxyde d'azote ?

A court terme : euphorie, hallucinations visuelles et auditives : En cas de consommations répétées : atteintes neurologiques et troubles de l'érection

Combien de temps durent les effets du protoxyde d'azote ?

2 à 3 minutes

Est-il dangereux de prendre le volant après avoir consommé ?

Oui, la vigilance est amoindrie pendant 30 minutes après la prise. Il vaut mieux attendre 1h pour que les effets se soient totalement dissipés

C'est quoi ?

Le **protoxyde d'azote**, appelé aussi "ballon" est un **gaz hilarant** initialement utilisé dans l'alimentaire (ex : cartouche pour siphon). C'est aussi un **anesthésiant** dans le domaine médical, classé dans la liste 1 des substances vénéneuses.

Les risques immédiats :

- **Brûlures graves** du nez, de la bouche, des cordes vocales
- Manque d'oxygène : **asphyxie** pouvant entraîner une perte de connaissance =risque de chute
- **Troubles du rythme cardiaque** et convulsions
- **Vertiges**, désorientation et troubles de la vigilance
- **Perte** du réflexe de la toux et de la déglutition, pouvant entraîner un risque de vomissement vers les poumons

Les risques à long terme :

- **Atteintes neurologiques** : perte de mémoire, paralysie progressive, carence en vitamine B12
- **Dépendance** potentielle et syndrome de sevrage



Que dit la loi ?

Son inhalation récréative présente des risques réels pour la santé. Depuis juin 2021, le protoxyde d'azote est **interdit à la vente** pour les **mineurs**. Encourager un mineur à consommer **est puni** de 15 000 euros d'amende.

Ne pas consommer est toujours mieux, mais si tu le fais :

- Évite de consommer **seul-e**,
- Ne consomme pas **debout**,
- N'inhale jamais le **gaz directement** en sortie de cartouche, tu pourrais te brûler,
- Fais des **pauses**, n'inhale pas en continu,
- Éloigne les cartouches des **flammes**,
- **Ne multiplie pas** les prises et **ne mélange pas** avec l'alcool ou d'autres produits psychoactifs,
- Ne prends pas le **volant** après avoir consommé.



Écologie

Que ce soit les cartouches en métal ou bien les ballons en plastique/latex, évite de les jeter dans la nature, ils se dégradent très lentement.

d'en parler

besoin

