

LE DEXTROMÉTHORPHANE (DXM)

CE QU'IL FAUT SAVOIR

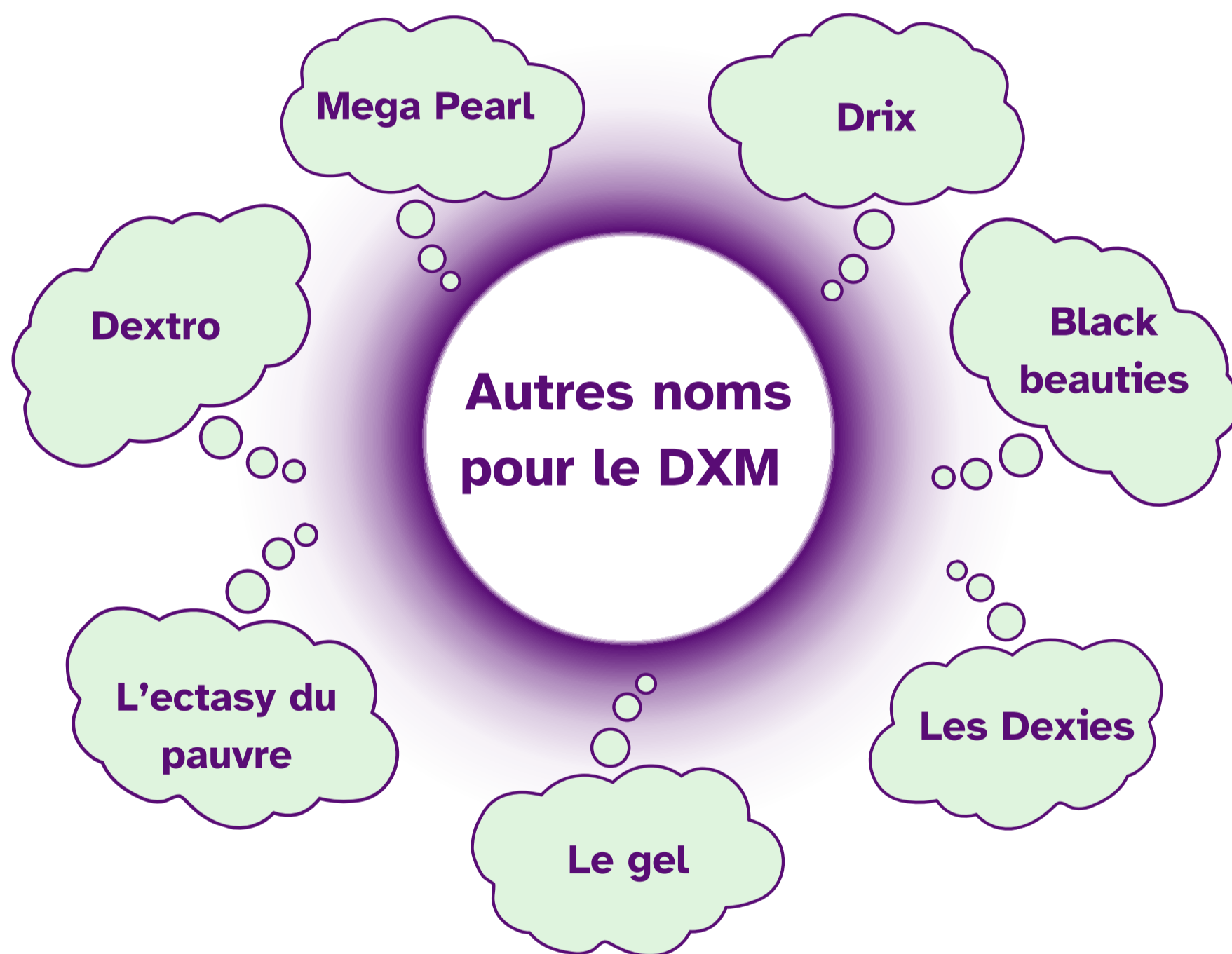
Qu'est-ce que c'est ?

LE DXM peut être psychoactif

Le dextrométhorphan (DXM) est un antitussif que l'on trouve dans de nombreux types de médicaments contre la toux. Il peut être utilisé à mauvais escient car, à hautes doses, il peut provoquer des hallucinations et rendre euphorique.

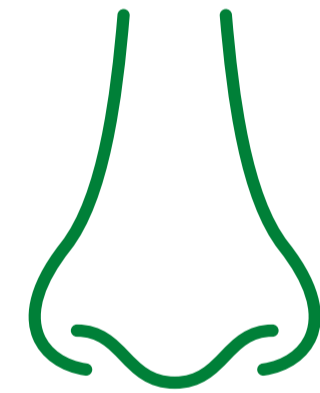


Le DXM se présente généralement sous la forme d'un liquide mais peut contenir d'autres substances contre la toux et le rhume, telles que l'acétaminophène, l'ibuprofène et la pseudoéphédrine.



Comment le consommer ?

Le dextrométhorphan se consomme par voie orale ou par inhalation.



Quels sont ses effets ?



La sévérité des effets du DXM dépend de la dose.



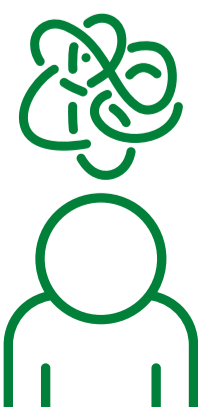
Il peut entraîner des changements de comportement, comme des rires intempestifs et de l'agitation.



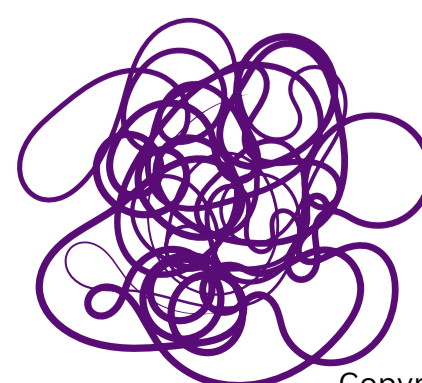
À fortes doses, le DXM provoque une accélération du rythme cardiaque et une élévation de la température. Cela peut même conduire à un arrêt cardiaque.



Le DXM peut également entraîner une perte de coordination, notamment en ce qui concerne la marche en ligne droite. Cela augmente le risque de blessures accidentelles.



Le DXM peut également provoquer des hallucinations et des psychoses. Cela peut conduire à la paranoïa et à une perte totale de contact avec la réalité.



Le sevrage du DXM peut durer jusqu'à 3 semaines et se traduire par des vomissements et des diarrhées sévères, des douleurs musculaires et des difficultés à dormir.

LE DEXTROMÉTHORPHANE (DXM)

Quand faut-il demander de l'aide en urgence ?



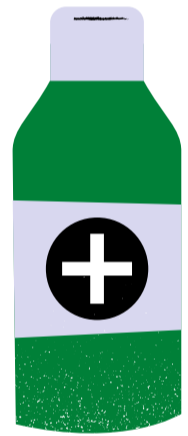
Empoisonnement ou surdose : La prise d'une quantité de DXM supérieure à celle que l'organisme peut supporter, ou la combinaison de DXM avec d'autres substances.

Signes : Fréquence cardiaque rapide, surchauffe, transpiration, paranoïa et psychose extrêmes, difficultés à marcher et pupilles dilatées.

Chercher de l'aide immédiatement! Les intoxications ou surdoses de DXM peuvent entraîner un arrêt cardiaque, un coma, voire la mort.

Le saviez-vous?

Les médicaments contre la toux qui contiennent du DXM contiennent généralement d'autres ingrédients qui peuvent également être nocifs en grandes quantités, tels que des analgésiques (acétaminophène ou ibuprofène) et des décongestionnants (pseudoéphédrine).



Comment rester en sécurité ?



Ne pas consommer de DXM est la meilleure façon de rester en sécurité et d'éviter les problèmes.

Si tu décides quand même de consommer de DXM, considère ces stratégies de réduction des risques

- 1 Ne mélangez pas !** Le mélange de DXM avec d'autres substances peut augmenter considérablement le risque d'effets secondaires graves, y compris le surdosage.
- 2 Planifiez votre sécurité.** Prévoyez un moyen de transport après l'utilisation du DXM.
- 3 Le choix du moment est important !** Évitez de consommer du DXM si vous travaillez ou si vous allez à l'école. Il peut nuire à votre concentration et à votre jugement.
- 4 Consommez avec modération.** Une consommation régulière peut affecter votre santé et vos relations avec les autres. Elle peut conduire à la dépendance.
- 5 Consommez dans un endroit familial.** Cela réduit le risque de blessures accidentelles et d'anxiété.
- 6 Ne consommez pas seule.** Il faut toujours avoir une amie.e avec toi et assure-toi que tes ami.e.s rentrent chez eux en toute sécurité. Partage ta position avec une personne de confiance.

TOUX ET RHUME

À doses régulières, le DXM est très sécuritaire et n'a généralement pas d'effets secondaires.

Avant de prendre un médicament contre la toux, vérifiez toujours la posologie indiquée sur l'étiquette.

En cas de doute, demandez au pharmacien !

Pour en savoir plus, visitez notre site:

www.DECYDE.ca/fr