

L'ecstasy, drogue de synthèse née dans les laboratoires du début du XX<sup>e</sup> siècle, s'est imposée dans les années 90 aux yeux du grand public comme la drogue des fêtes et des soirées de danse du mouvement techno. Elle fait aujourd'hui partie du mode de vie de certains adolescents et jeunes adultes. Difficile de trouver une drogue qui divise davantage les esprits: les uns voient en elle la «drogue de l'amour», les autres un toxique «tueur de neurones». Comment agissent l'«XTC» et ses analogues chimiques? Quels risques immédiats et à long terme sont-ils liés à sa consommation? Que peut faire la prévention?

# Ecstasy

L'ecstasy (MDMA) et ses dérivés (MMDA, MDA, MDEA et MBDM) forment une panoplie de substances psychotropes qui se présentent sous la forme de pilules multicolores vendues sur le marché noir sous différentes dénominations (ecsta, XTC, Adam, E, EX) et marques commerciales. Initialement, l'industrie pharmaceutique du début du XX<sup>e</sup> siècle l'a destinée à être utilisée comme coupe-faim. L'ecstasy a été ensuite testée comme «sérum de vérité» par les services secrets américains dans les années 60. Le mouvement hippie californien l'a plus tard vénérée comme «drogue de l'amour» et elle fut propagée comme «substance libératrice» par les adeptes du mouvement psychothérapeutique psycholytique. Elle s'est enfin solidement implantée dans différents mouvements de jeunes du monde occidental (techno, hip-hop) dans les années 80,


pour finir par être récemment décriée comme une drogue meurtrière et un toxique «tueur de neurones».

En 1985, l'ecstasy et ses analogues chimiques ont été placés sous le coup de la convention de l'ONU sur les substances psychotropes de 1971 et ont été interdits par la loi dans des pays, notamment aux États-Unis et en République fédérale d'Allemagne. En Suisse, l'ecstasy et ses dérivés tombent sous le coup de la loi sur les stupéfiants (LStup) dès 1986; la possession, l'achat et le commerce d'ecstasy sont donc punissables. En 2004, 775 personnes ont été dénoncées en Suisse pour consommation d'ecstasy.

## Pharmacologie

L'ecstasy, dont l'appellation chimique est 3,4 méthylènedioxyamphétamine (MDMA), ainsi que les substances à structure analogue (MMDA, MDA, MDEA et MBDM) font partie des drogues de synthèse.

Sur le plan neurobiologique, la MDMA et ses analogues induisent un accroissement de la production de sérotonine (médiateur chimique) et – très probablement, dans une moindre mesure – de dopamine et de noradrénaline (neurotransmetteurs) dans les zones cérébrales réputées être les centres des sentiments de plaisir et de récompense (effets entactogène et empathogène de la drogue). Mais comme l'ecstasy bloque du même coup le retour des médiateurs dans les cellules nerveuses, on pense




qu'une consommation chronique peut entraîner une baisse des concentrations de sérotonine ainsi que des modifications morphologiques dans le cerveau.

L'ecstasy et ses dérivés sont classés dans les drogues de synthèse (ou «designer drugs»), car ces substances ont été créées de toutes pièces dans des laboratoires et elles peuvent être transformées par une modification chimique mineure, ce qui permet notamment de contourner les interdictions légales.

Un grand nombre d'idées fausses sont véhiculées sur les drogues de synthèse. Par exemple, le GHB, qui est aussi connu sous le nom d'«ecstasy liquide», passe souvent pour une substance apparentée au groupe des MDMA, ce qui est erroné tant du point de vue de sa composition chimique que de ses effets.

La classification pharmacologique de l'ecstasy dans les entactogènes tient à ce que la substance facilite le contact avec le «moi profond», le psychisme et plus encore le monde émotionnel intérieur. L'ecstasy augmenterait également l'empathie émotionnelle et la communication avec les autres. Les consommateurs attendent de plus un état de relaxation, d'euphorie et de satisfaction, ainsi qu'un sentiment d'amour universel et même un engouement pour des idéaux, comme la promotion de la protection de la nature et de la paix dans le monde. C'est pourquoi on appelle aussi parfois ces drogues «empathogènes». Les différents effets de type amphétamines associés à la consommation d'ecstasy augmentent la vigilance et le niveau de performance; les effets hallucinogènes modifient la perception de l'espace et du temps.

Selon la drogue de synthèse et la dose absorbée, ce sont les effets stimulants ou hallucinogènes ou encore l'aspect introspectif et sensitif qui prennent le dessus. Les effets des drogues pures sont étroitement liés au dosage, les doses usuelles pesant entre 50 et 100 mg. L'ecstasy commence à agir après 20 à 60 minutes; les effets durent entre 2 et 6 heures. L'ecstasy et ses métabolites peuvent être décelés pendant 24 heures dans le sérum sanguin, trois jours dans l'urine et plusieurs mois dans les cheveux.



## Ecstasy en Suisse

Les consommateurs d'ecstasy sont essentiellement des personnes socialement intégrées et sans signe particulier. Elles en consomment uniquement le week-end à titre récréatif pour être plus performantes, souvent en association avec d'autres substances.

Selon les résultats de l'Enquête suisse sur la santé de 2002, 2,2% des 15 à 39 ans ont touché à l'ecstasy au moins une fois dans leur vie. Ce pourcentage n'a pas changé par rapport à l'enquête de 1997. Parmi les écoliers, 3,3% des 15 à 16 ans déclarent avoir déjà essayé l'ecstasy (Schmid et al., 2003), ce qui représente une augmentation par rapport à 1994 (1,8%). Dans l'étude complémentaire portant sur les 16 à 20 ans (Narring et al., 2003), 5,5% des filles et 10,5% des garçons ont déclaré avoir déjà pris de l'«ecstasy et speed» une fois dans leur vie. 1,7% des filles et 3,9% des garçons d'entre eux ont dit consommer ce genre de substances au moment de l'enquête.

Ces résultats tirés d'enquêtes faites par questionnaires auprès de la population générale ne doivent pas nous faire oublier que, dans certains groupes, la consommation est nettement plus élevée. Les connaisseurs de la scène nocturne de grandes villes comme Zurich, Genève, Bienne ou Lausanne estiment à quelque 30 à 70% la proportion de participants aux raves parties qui sont sous l'influence de l'ecstasy. Ces chiffres sont confirmés par des enquêtes ciblées (Ayer, Gmel & Schmid, 1997). Les travailleurs de rue signalent à travers leurs enquêtes non représentatives réalisées dans les soirées un nombre considérable d'adolescents et de jeunes adultes consommant régulièrement de l'ecstasy, souvent associée à de l'alcool, du cannabis, des amphétamines, de la cocaïne. Bon nombre de ces consommateurs qui se stimulent ainsi pour les fêtes du week-end utilisent ensuite des substances sédatives (alcool, cannabis, somnifères, voire héroïne) pour être aptes au travail.

L'évolution de la consommation d'ecstasy varie en fonction des tranches d'âge. Tandis que l'on continue d'observer une augmentation de l'usage chez les jeunes en âge scolaire, on constate plutôt une stagnation chez les jeunes adultes.

## Mode de consommation

L'ecstasy est principalement absorbée par voie orale sous forme de pilules. Mais elle peut aussi être «sniffée» ou fumée sous forme de poudre, ou encore injectée après avoir été dissoute dans un liquide.

Les pilules peuvent être de différentes couleurs et porter les motifs les plus variés. Leurs lieux de consommation et de vente privilégiés sont les clubs, les discothèques et les bars. Les pilules vendues dans ces endroits contiennent souvent des amphétamines ou d'autres mélanges. Les comprimés de MDMA pure peuvent aussi avoir été additionnés de drogues comme la caféine, la cocaïne, le LSD, la PCP, la kétamine et diverses substances de coupage.

Aujourd'hui, la popularité de l'ecstasy dépasse le cercle des adolescents et des jeunes adultes amateurs de culture techno: la «drogue de l'amour» se propage sur d'autres scènes de la jeunesse (house, hip-hop). Le mode de consommation do-

## Les conséquences à long terme de la consommation d'ecstasy

La consommation d'ecstasy peut aggraver les maladies, comme une pression sanguine élevée, les affections du système cardio-vasculaire, du foie ou des reins, un diabète, un glaucome ou des problèmes d'épilepsie.

On pense – sans en avoir la preuve malgré les expériences réalisées – que l'ecstasy peut entraîner des dommages neurotoxiques irréversibles au cerveau et déclencher des maladies dégénératives chroniques, comme la maladie de Parkinson.

On suspecte que des doses élevées et cumulées de MDMA déclenchent des modifications neurologiques chez l'être humain. Les processus cérébraux mettant en jeu la sérotonine (sommeil, activité psychomotrice, régulation des affects) pâtissent particulièrement de la consommation d'ecstasy sur une période prolongée. Le recours aux dernières techniques d'imagerie médicale (TEP) a permis de mettre en évi-

minant des pilules d'ecstasy dans les discothèques, les clubs et les fêtes ou autres raves est cyclique: la consommation se concentre surtout le week-end. Le consommateur recherche un moyen de briser la routine quotidienne à travers une expérience extatique mêlant danse et musique, dans laquelle l'absorption d'une pilule promettant davantage de bien-être (sensations plus intenses, meilleure communication, «fun» dans le groupe, performance accrue pour la danse) fait partie d'un rituel récréatif. L'ecstasy n'est pas une drogue qui s'utilise en solitaire: dopant récréatif, elle donne à son utilisateur l'illusion de pouvoir se mettre exactement dans le bon état d'esprit au bon moment.

Le désir de tenir la distance lors des marathons de danse organisés dans les discothèques ou les raves conduit le consommateur à adopter une stratégie de «recharge» en cas de diminution de l'effet. Il en résulte un risque d'épuisement et d'intoxication aiguë, en particulier dans les salles surchauffées et en cas de déshydratation insuffisante en boissons sans alcool.

Il existe de grandes différences de concentration des transporteurs de sérotonine en fonction du sexe. Les consommatrices chroniques d'ecstasy présentent à long terme une baisse de concentration plus prononcée de ces transporteurs, ce qui indique que les femmes sont plus sensibles que les hommes à une même dose d'ecstasy.

Différentes études ont établi que les dommages subis à long terme par le système nerveux central sont particulièrement patents dans le domaine cognitif; ils prennent par exemple la forme d'états confusionnels, de troubles de la mémoire et de la concentration, ainsi que d'une baisse de l'aptitude à l'apprentissage.

La consommation chronique de MDMA et de ses analogues peut entraîner des troubles psychiatriques durables (psychoses, dépressions, troubles de la personnalité), le plus souvent en relation avec des maladies existantes ou des prédispositions.

## Effets secondaires et risques

L'ecstasy a longtemps eu la réputation d'être une «drogue sûre». Mais plusieurs cas de décès impliquant l'ecstasy sur la scène techno, ainsi que les travaux scientifiques indiquant la neurotoxicité de cette drogue nécessitent une estimation plus élevée des risques.

Les effets secondaires et les risques liés à la consommation d'ecstasy et de ses analogues dépendent fortement de la dose absorbée; mais l'âge, le sexe, la masse corporelle, l'état de santé (fonctions rénale et hépatique), les prédispositions psychiques et l'état mental de la personne, sans oublier l'environnement social au moment de la consommation, influent sur les réactions de l'utilisateur à la prise de la drogue.

### Effets secondaires immédiats fréquents en cas d'absorption d'ecstasy:

- dilatation des pupilles et vue troublée
- sécheresse de la bouche
- crampes musculaires
- maux de tête, vertiges et nausée
- agitation psychomotrice
- défaut de vigilance
- troubles moteurs
- baisse de la capacité de jugement

### Les effets secondaires suivants peuvent perdurer quelques heures, voire plusieurs jours après la consommation d'ecstasy:

- insomnie
- apathie
- état dépressif
- angoisses

## Potentiel de dépendance

Le potentiel de dépendance de la MDMA est contesté. L'arrêt de la consommation d'ecstasy entraîne des manifestations psychiques de manque, comme les sautes d'humeur, les états dépressifs et une forte volonté de reprendre de la drogue. Une consommation fréquente d'ecstasy et de ses analogues induit une réaction

de tolérance, qui peut conduire à une augmentation des doses et de la fréquence des prises. On parle aussi souvent d'un retournement des effets: en cas de consommation fréquente, les effets positifs recherchés diminuent, tandis que les effets négatifs augmentent.

## Prévention

L'ecstasy est surtout consommée sur la scène techno et les scènes nocturnes, même si toutes les personnes qui fréquentent ces soirées n'en consomment pas forcément. Les personnes qui s'abstiennent d'en consommer doivent être confortées dans leur refus de la drogue. Pour les personnes qui ont décidé de consommer de l'ecstasy, le but de la prévention sera avant tout de chercher à réduire les risques.

Une étude montre que les consommateurs d'ecstasy ne s'adressent que rarement à un centre de conseil en matière de drogue. Pour atteindre le groupe-cible, la prévention doit être active sur le terrain. Ce genre de prévention pragmatique doit s'adapter sans cesse à la scène des soirées de danse, qui évolue très vite. Différentes expériences montrent que ces milieux ont un grand besoin d'informations étayées sur les substances psychoactives, leurs effets et leurs risques. Pour que les messages de prévention atteignent leur public, il faut les adapter en fonction des destinataires. Le premier message préventif demeure: il n'y a pas de consommation de drogue sans risques! Celui qui veut «assurer» ne doit pas consommer de drogue.

Outre la promotion des compétences psychosociales, la mise en place de modes de vie favorables à la santé et l'information sur les substances psychoactives, la prévention doit inclure des

systèmes de détection précoce et des mesures de réduction des dommages.

Une mesure de prévention secondaire parfois appliquée en Suisse, réalisée directement sur les lieux de consommation et propre à réduire les dommages causés par l'ecstasy, est le test de pilules d'ecstasy et d'autres drogues synthétiques dans un laboratoire mobile, pour connaître leur composition effective. Mais le laboratoire mobile ne doit pas être compris comme un feu vert à la consommation: ces tests doivent obligatoirement se faire avec le concours d'un professionnel et s'accompagner d'un dialogue avec le consommateur, d'une interprétation de l'analyse et de messages préventifs clairs. Avant d'instaurer ces laboratoires à une plus grande échelle, il faut que leur efficacité fasse l'objet d'une évaluation scientifique.

Enfin, les efforts de prévention doivent aussi s'inscrire à un niveau structurel. Citons à titre d'exemple: la formation du personnel des soirées, la remise de matériel d'information et l'adaptation des infrastructures (air frais, eau potable, endroits pour s'asseoir, salle de récupération etc.). Si tous les acteurs de la scène nocturne et des raves, les organisateurs, la police et les spécialistes de prévention, se mettent en réseau et instaurent une collaboration, une prévention efficace pourra alors se mettre en place.

## Risques d'intoxication

Les cas d'intoxication aiguë après une surdose d'ecstasy ou une consommation mixte (p. ex. avec de l'alcool) peuvent mettre la vie de la personne en danger. On peut les déceler à travers les symptômes suivants:

crampes  
déshydratation et surchauffe du corps (hypersudation)  
chute de la pression sanguine  
troubles cardio-vasculaires  
oedème pulmonaire  
dysfonction du foie et des reins

La surchauffe du corps est l'un des risques majeurs. Des heures de danse dans des locaux surchauffés et mal aérés, sans apport suffisant de liquide, aggravent le risque neurotoxique lié à ces substances.

L'ecstasy fait augmenter le taux de sérotonine dans le cerveau. Absorbée de pair avec d'autres substances agissant sur la sérotonine (par ex. antidépresseurs, lithium) l'ecstasy risque de déclencher un syndrome d'intoxication aiguë à la sérotonine, qui se manifeste par les symptômes corporels et psychiques suivants: excès de transpiration, diarrhée, surchauffe, nausée, vomissements, troubles du sommeil, tachycardie, ataxie (problèmes moteurs), angoisse, confusion, voire coma. La substance ritonavir augmente également la toxicité de l'ecstasy.