

# CHEMSEX

## PREMIERS SECOURS



*L'un des meilleurs moyen de se protéger ( nous et les autres ) dans les soirées chemsex est de pouvoir compter les uns sur les autres.*

*Pour cela il faut ::*

*Etre bien informé sur la réduction des risques et avoir des compétences en secourisme – Il faut aussi avoir à l'esprit que, nous sommes tous vulnérables sous Chems.*

*En sachant tout cela nous pouvons peut être éviter les accidents, les overdoses et les décès. C'est cela aussi qui peut nous aider à nous protéger et à protéger les personnes avec lesquelles nous avons des rapports sexuels.*

# CHEMSEX FIRST AID

*Cette brochure concerne des situations générales de premiers secours pour certaines urgences spécifiques liées aux chems.*

*Elle contient des informations sur comment faire appel à votre propre jugement et quand il ne faut pas le faire; quand faut il appeler les secours, ainsi que des conseils pour éviter certaines des urgences les plus courantes pouvant survenir lors de l'utilisation de chems.*

*Ce livret n'est pas une ressource complète pour la réduction des risques. Cette brochure se concentre sur les situations d'urgence et les premiers secours qui pourraient y être utiles. Les informations sur la réduction des risques concernant les chems sont beaucoup plus complètes. Ce document a été rédigé et mis en forme par David Stuart et Ignacio Labayen De Inza. Septembre 2018*

*Ce document est divisé en 4 sections*

1. *Urgences liées au GHB et au GBL ..... Page 3*
  - Si vous estimez qu'une personne est «trop perchée » avec du G, que pouvez-vous faire?.....Page 3
  - Que dois-je faire si une personne est endormie mais réveillable? .....Page 5
  - Que dois-je faire si une personne n'est pas réveillable / inconsciente.....Page 5
  - Que dois-je faire si quelqu'un a des symptômes de manque? .....Page 7
  - Comment puis-je éviter d'être trop « perché », ou de faire une overdose, ou de mourir? .....Page 7
2. *Urgences liées au Crystal de Méthamphétamine , à la méphédrone / aux cathinones / 3MMC / 4MMC ..... Page 8*
  - Si une personne est «trop perchée» avec de la méth ou de la meph, que dois-je faire?.....Page 8
  - Problèmes de consentement sexuel.....Page 9
  - Que dois-je faire si une personne souffre d'une psychose liée à l'usage de drogues? .....Page 10
  - Les risques de l'injection de drogues.....Page 12
  - Cathinones et problèmes cardiaques. ....Page 13
  - Overdose de méthamphétamine, de meph ou d'autres cathinones. ....Page 14
3. *Autres urgences pouvant survenir lors de l'utilisation de chems.....Page 15*
  - Objets introduits dans le rectum .....Page 15
  - Coupures, saignements, coups. ....Page 15
  - Infection par le VIH.....Page 16
  - Priapisme. ....Page 16
  - Anaphylaxie / réactions allergiques. ....Page 17
  - Agression sexuelle / agression physique.....Page 18
4. *Résumé des situations de premiers secours.....Page 19*
  - La police sera-t-elle également appelée si j'appelle les secours..... Page 20

# CHEMSEX FIRST AID

## Section 1: GHB / GBL

*Les risques les plus urgents associés au GHB / GBL sont:*

*Les dommages pouvant résulter des actions d'une personne, lorsqu'elle est sous produit et trop dosée. Overdose (trop de produit en peu de temps)*

*Symptômes de sevrage (lorsqu'une personne est physiquement dépendante au GHB / GBL, pris plusieurs fois par jour pendant plus de 7 jours, et arrête soudain le produit).*

### Si vous sentez que quelqu'un est « trop perché », que pouvez-vous faire?

Etre « trop perché » comporte des risques.

Bien qu'il soit important de respecter l'autonomie d'une personne dans ses choix il faut garder à l'esprit que, si son comportement laisse penser qu'il pourrait se mettre en danger, lui-même ou blesser d'autres personnes, ou qu'il pourrait ne pas être en mesure de consentir à ce qui se passe (ou risque de se passer) vous devez choisir d'intervenir. Bien évidemment, c'est une décision difficile à prendre, il faut observer son comportement, comme par exemple :

Est-il capable de se tenir debout, de se déplacer ?

Quand vous lui parlez, est-ce qu'il est capable de vous répondre ?

Est-ce qu'il vous reconnaît ou pas ?

Selon les cas, il y a des choses à faire et d'autres à ne pas faire.

Voici quelques conseils. (S'il ne répond pas du tout, reportez-vous au paragraphe suivants : pages 5 et 6) mais dans tous les cas :

**Ne pas chercher à faire vomir quelqu'un.** Bien que cela puisse sembler logique de chercher à faire vomir quelqu'un après la prise d'une dose potentiellement mortelle de GHB / GBL, cela comporte aussi d'autres risques tels que : aspiration, inhalation, infection des poumons et asphyxie. Vomir peut être une chose bénéfique quand le corps le fait naturellement et, dans ce cas cela ne doit jamais être évité, mais, le fait de chercher à provoquer un vomissement pour soi ou sur quelqu'un d'autre comporte d'autres risques pour la santé. Cela peut endommager l'estomac, l'œsophage et les voies respiratoires, ce n'est donc jamais conseillé, qu'il s'agisse d'absorption de produits dans un contexte de Chemsex ou tout autre contexte. Appelez les secours composer le 112 en Europe ou le 911 au Canada -Dites au régulateur médical que la personne a ingéré une dose potentiellement mortelle d'un toxique / de substances toxiques / de drogues.

**Ne lui donnez plus de drogues:** c'est un mythe que de penser que de donner un stimulant (par exemple, méthamphétamine, cocaïne ou méphédron) peut être bénéfique. Ce n'est pas vrai et cela ne fera qu'augmenter la toxicité du produit qui est à l'origine du problème.

La Règle est simple, ne faites jamais absorber d'autres drogues à une personne qui est trop perchée.

**Ne leur donnez pas non plus d'autres sortes de produits liquides.** C'est aussi un mythe de penser que faire boire du jus d'orange ou tout autre boisson sucrée peut être bénéfique à la santé. Au contraire, là encore, cela peut accélérer le passage de la drogue de l'estomac vers le sang. Sauf, bien sûr, si la personne est consciente et qu'elle demande à boire, ne l'en empêchez pas.

# CHEMSEX FIRST AID

**Si vous sentez qu'une personne a trop pris de G, que pouvez-vous faire?**

« Faire et ne pas faire » suite

**Il faut sécuriser l'environnement** c'est-à-dire faire cesser toute activité sexuelle et, au cas où la personne aurait commencé à se battre ou être dans une situation où il pourrait se faire mal, ou faire une crise d'épilepsie, il faut l'éloigner des objets qu'il pourrait heurter et ainsi se blesser. Si besoin, vous pouvez utiliser une couverture ou des vêtements pour lui protéger la tête d'éventuelles blessures.

**Quand faut-il Appeler les secours ?** Si quelqu'un sous produit peut encore se déplacer, être réactif et respirer, il n'est pas utile d'appeler des secours. Mais, si quelqu'un fait une crise, ou si vous observez que sa consommation de drogue a une incidence négative sur sa manière habituelle de se comporter, comme par exemple en prenant des risques vis-à-vis d'elle-même, ou celui d'autrui et que vous ne parvenez pas à protéger cette personne contre elle-même ou son entourage, appelez les secours. Lorsque les secours arrivent, il est vraiment très utile de leur dire quelles drogues ont été prises, la quantité et à quelle heure, si vous le savez. Rappelez aux secours que le GHB et le GBL sont des drogues entraînant une dépendance physique; par conséquent, les symptômes peuvent également être provoqués par des symptômes de sevrage, si la personne est physiquement dépendante.

**Si quelqu'un dort, cherchez à le réveiller**, si il ne peut pas se réveiller c'est peut être qu'il ne respire plus et est en train de tomber dans le coma. Cherchez à le réveiller et gardez-le éveillé et sous surveillance. Presque tous les décès qui surviennent se passent pendant que les gens dorment. Même si vous avez connaissance que cette personne a déjà fait de nombreux G-Hole qui n'ont été pas fatals, rien ne garantit qu'aujourd'hui celui-ci se réveillera si il fait un G-Hole. Donc, la chose la plus sûre à faire est de chercher à réveiller toute personne qui ne répond plus et de la maintenir éveillée. (Si la personne ne parvient pas à se réveiller, voir la section ci-dessous

**Ne pas oublier les problèmes de consentement** : beaucoup de gens peuvent avoir des relations sexuelles en ayant consommé du G en grande quantité, mais il faut avoir à l'esprit que, la prise de G à une certaine dose ne permet plus d'être en capacité de donner son consentement. De plus, ceux qui sont autour peuvent avoir eux-mêmes consommé en grande quantité du G et ne pas se rendre compte de ce qu'ils font car le G altère la conscience.

Si la personne ne répond pas à vos questions, si vous êtes incapable d'attirer son attention, si elle semble trop défoncée pour prendre en compte vos préoccupations, on peut légitimement penser qu'elle n'est plus en capacité de donner son consentement. Vous devez envisager sérieusement à prendre une décision à son sujet pour assurer sa sécurité.

*Benjamin ,tu as l'air vraiment trop perché bien que tu sembles passer un bon moment. Je suis perché aussi tu sais. Je suis inquiet de ta capacité à consentir, à avoir du sexe avec tout le monde comme ce que je vois, et je me demandais si on pouvait faire une pause ensemble dans la cuisine, se mettre un peu d'eau sur le visage dans la salle de bain, histoire de se détendre un peu, se ressaisir . "*

**Ou;**

*Bejamin, mon niveau de défonce m'inquiète, et je suis un peu inquiet sur ma capacité à consentir. Pourrais-tu venir quelques minutes dans la salle de bain afin de m'aider à me ressaisir, peut-être me passer un peu d'eau sur le visage? Ça me ferait du bien. "*

La façon dont la personne réagit à cela peut vous aider à avoir une meilleure idée de son niveau de défonce et de sa capacité à consentir et donc vous guider sur ce qu'il faut faire pour elle.

Suite à la page suivante....

# CHEMSEX FIRST AID

## **FAITES attention aux questions de consentement (suite):**

Si la personne a des difficultés à répondre à ces questions, et si votre instinct vous dit que son état à une incidence sur ses choix et sa capacité à consentir, la personne peut être en danger. Cette personne risque de demander plus de drogues ou avoir encore plus de relations sexuelles, alors qu'elle n'est pas forcément consciente et ne serait pas consentante. Prenez une décision et jugez si cette personne est en danger ou non, capable de consentir ou non. Un deuxième avis peut être utile si vous envisagez d'intervenir, quelqu'un autour, à qui vous faites confiance, choisissez une personne objective et bienveillante, puis décidez si vous devez intervenir pour assurer sa sécurité.

- arrêter tout sexe en cours
- arrêter toute prise de vue ou de film en cours
- empêcher quiconque de lui donner plus de drogues ou des liquides
- Empêcher-le de marcher dans des zones dangereuses comme sortir de la maison / appartement ou vers la piscine d'un sauna
- Empêcher-le d'envoyer des images explicites depuis son téléphone

et décidez si les secours doivent être appelés pour assurer sa sécurité . En cas de doute, le régulateur médical vous aidera à décider si l'intervention des secours est nécessaire. Il vaut mieux prévenir que guérir.

## **Si une personne est en train de dormir sous G (G-sleep), mais réveillable que dois-je faire?**

La respiration peut s'arrêter à tout moment lorsqu'une personne s'est endormie après consommation de G. Il peut y avoir des signes avant-coureurs comme une respiration difficile, ou des ronflements soudains, mais pas toujours. Les secours doivent être appelés si la respiration diminue à moins de huit inspirations par minute.

Bien que beaucoup de gens se réveillent naturellement d'un sommeil lié au G (G-sleep), vous ne pouvez pas garantir que la personne avec qui vous êtes aura cette chance. Réveillez-la et gardez-la éveillée. Appelez toujours les secours, vous ne perdrez pas votre temps et vous pourriez sauver une vie. Rappelons qu'à Londres, une personne meurt de G-sleep tous les mois.

S'ils peuvent être réveillés , gardés éveillés et observés, tant mieux. S'ils ne répondent pas, appelez toujours les secours. Sauver une vie!

## **Si une personne n'est pas RÉVEILLABLE / INCONSCIENTE sous G, que dois-je faire?**

Vérifiez si elle répond? Pouvez-vous la réveiller en la secouant un peu? Beaucoup? Comment est sa respiration? Est-elle irrégulière ou interrompue? Si la respiration diminue à moins de huit inspirations par minute, appelez les secours.

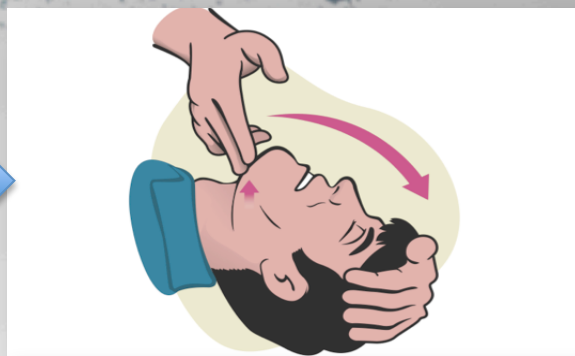
Essayez de serrer fermement ses muscles trapèze (c'est le muscle de l'épaule). Si cela ne le réveille pas, il est inconscient. Appelez une ambulance et suivez les instructions de premiers secours à la page suivante:

Suite à la page suivante....

# CHEMSEX FIRST AID

Quand une personne est inconsciente :  
appelez les secours et suivez ces instructions.

Mettez la personne sur le côté et inclinez sa tête en arrière pour dégager les voies respiratoires



Vérifiez que sa respiration est normale. regardez, écoutez, sentez



Si ELLE NE RESPIRE PAS, appelez les secours et démarrez la Réanimation cardio respiratoire - effectuez des compressions thoraciques en appuyant fermement au milieu de la poitrine, puis relâchez. Répétez cette opération à un rythme régulier



Si elle respire, mettez-le en position latérale de sécurité



Continued on next page...

# CHEMSEX FIRST AID

## **Que faire si quelqu'un présente des symptômes de sevrage dus au GHB / GBL – « cold turkey ou l'état de manque »**

Si une personne utilise du GHB ou du GBL plusieurs fois par jour, et ce, depuis au moins deux semaines, il est possible qu'elle ait développé une dépendance physique à la drogue. Si cette personne est en manque, elle risque d'avoir des symptômes de sevrage qui peuvent être extrêmement désagréables, mais également dangereux. Les symptômes à prendre en compte sont une panique extrême, des tremblements incontrôlables, de la confusion, une perte de la notion du temps ou de la mémoire, ou des crises convulsives. Cet état physique est appelé « délire » ou « Delirium Tremens » (« DT ») et peut facilement causer la mort. Les secours doivent absolument être appelés; informez le régulateur qu'une personne présente des symptômes de sevrage causés par la drogue, un produit qui crée une dépendance physique, le GHB. L'ambulance arrivera bientôt.

## **Comment puis-je éviter d'être « perché », de faire une overdose ou de mourir?**

Le truc pour éviter les overdoses et les décès, consiste à en prendre une quantité sans danger, à des intervalles de temps appropriés. Une « quantité sans danger » ou une « dose sans danger » varie énormément d'une personne à l'autre et dépend d'une grande variété de facteurs. Cela demande de l'expérience, des essais et des erreurs. Si vous n'êtes pas familier avec le dosage du G, il est toujours plus sage de commencer par une très faible dose (un exemple de faible dose de GBL pourrait être de 0,5 ml), et de l'augmenter si cela est inefficace, de façon très prudente. Sachez cependant que le dosage de G est l'élément le plus dangereux du chemsex et la cause du plus grand nombre de décès.

Évitez de répéter une dose dans les deux heures

Ne pas prendre du G de manière continue sur une durée 6 heures ou plus régulièrement - cela pourrait augmenter le risque d'overdose. Ne mélangez pas le GHB ou le GBL avec de la kétamine, de l'alcool, de l'héroïne, du valium, de la morphine ou d'autres dépresseurs / relaxants / analgésiques

Les personnes qui prennent des médicaments anti-VIH peuvent nécessiter des doses plus faibles, car leurs médicaments peuvent augmenter les effets de GHB / GBL, augmentant ainsi le risque d'overdose.

Bien que ce soit le GBL qui soit le plus couramment disponible et que le GBL soit généralement confondu avec le GHB il faut savoir que le GHB a une concentration très différente, et que la concentration varie plus que le GBL.

Soyez bien informé; n'hésitez pas à aller voir une association sensibilisée aux questions LGBT+ ou un service de traitement de la toxicomanie LGBT (ou tout service d'assistance aux toxicomanes qui connaît bien le GHB / GBL) afin d'avoir des informations sur la réduction des risques liés au GHB / GBL. Si vous préférez des informations sur la réduction des risques en ligne, consultez:

<https://www.aides.org/actualite/ghbgbl-une-brochure-de-prevention-pour-reduire-les-risques-et-maitriser-sa-consommation>

**Section 2 page suivante**

# CHEMSEX FIRST AID

## Section 2:

### Urgences liées au Crystal Méthamphétamine , à la méphédrone (cathinones)

*Les risques les plus urgents en matière de premiers secours sont associés au GHB / GBL. Le Crystal méthamphétamine ,la méphédrone (cathinones, dont la 3-MMC et la 4-MMC) sont également nocives*

#### **Les dommages comportementaux dus à un surdosage de méthamphétamine, de meph .**

Le surdosage de meth ou meph n'est pas comme le surdosage de G; une personne qui est très surdosée en méthamphétamine ou en meph est généralement très alerte, consciente de ce qui se passe autour d'elle, donc moins susceptible d'être maladroite, sujette aux chutes, aux coupures et aux éraflures que peut causer un surdosage en G. Être surdosé en meth ou en meph peut entraîner un comportement maniaque, des attaques de panique, une hyperactivité, ou avoir le comportement d'une personne invincible ou invulnérable à la douleur ; ce qui, bien sûr, peut lui faire prendre des risques graves.

#### **Que pouvez-vous faire si vous sentez qu'une personne est trop perchée à la meth ou de la méph, agit de manière bizarre, excessive ou surhumaine?**

##### Tout d'abord, que signifie «trop perchée»?

Respecter l'autonomie d'une personne par rapport à ses actions, ses choix et son comportement est très important.

Mais si son comportement suggère qu'il pourrait se blesser gravement, lui-même ou blesser d'autres personnes, ou qu'il pourrait ne pas être en mesure de consentir à des événements en cours ou sur le point de se produire, vous pouvez choisir d'intervenir. Bien sûr, c'est une décision difficile à prendre, pour pouvoir décider de ce qu'il faut faire il faut observer son comportement :

Est-il debout ou se déplace-t-il?

Quand vous lui parlez, répond-il ou vous reconnaît-il?

#### **Si tel est le cas, il y a des choses à faire et à ne pas faire.**

**Ne leur donnez plus de drogues;** une chose fréquente est de leur donner un relaxant comme du GHB / GBL ou du valium ou de l'alcool; cela peut aider, mais en faisant cela, vous augmentez la toxicité générale et le résultat peut être imprévisible. Il est également possible qu'il y ait déjà du G, du valium ou de l'alcool dans l'organisme de la personne. Il peut être très dangereux d'ajouter d'autres agents déprimeurs, ce qui peut entraîner une overdose. Même si vous avez pu par le passé que méthode était bonne ne le faites pas: les conséquences négatives l'emportent sur les conséquences positives, alors mieux vaut ne pas le faire. Donner à la personne plus de drogues augmentera la toxicité, et c'est la toxicité qui est la cause du problème. On risque plus d'aggraver la situation. La Règle est simple, ne donnez pas plus de drogue à une personne qui est trop perchée.

**Mettez le en sécurité par rapport à l'environnement;** toute activité sexuelle doit cesser, et si la personne agit de façon maniaque ou chaotique, éloignez-la des objets qui pourraient la heurter ou lui causer des blessures.

Suite à la page suivante....



# CHEMSEX FIRST AID

## **Si vous pensez qu'une personne est peut-être trop perchée-**

**Voici les choses à faire et à ne pas faire. suite ...**

**Appelez les secours.** Une personne sous produit qui se déplace, qui est réactive et qui respire n'a pas nécessairement besoin des secours; mais si leur taux de méthamphétamine / méph les amène à adopter un comportement préjudiciable pour eux-mêmes, pour vous-même ou pour les autres, et que vous ne pouvez pas protéger la personne (ou son entourage), appelez les services d'urgence. Lorsque les services d'urgence arrivent, il est vraiment utile de leur dire quelles drogues ont été prises, combien et à quelle date/heure, si vous le savez

### **Questions de consentement sexuel;**

Beaucoup de gens sont capables d'avoir du sexe en ayant pris de la méthamphétamine ou de la meph,. Mais il y a souvent « un moment » où quantité de produit consommé ne permet plus à quelqu'un d'être en capacité de donner son consentement. « Ce moment » est difficile à déterminer « en soi ». Seule, l'observation du comportement de quelqu'un peut permettre de déterminer si il y a un risque que cette personne ne soit plus en capacité de donner son consentement. Voici quelques signes à observer :

Si la personne ne répond pas à vos questions directes, si vous êtes incapable d'attirer son attention, si elle semble trop défoncée pour remarquer vos préoccupations, il est alors possible qu'elle ne puisse pas donner son consentement. Vous devez peut-être prendre une décision à son sujet - pour assurer sa sécurité.

*« Benjamin, tu sembles vraiment trop perché, tu sembles avoir passé un bon moment. Mais, là je ne sais plus trop, si c'est bon pour toi. Je suis perché aussi. Je suis un inquiet de ta capacité à consentir et je me demandais si nous pouvions faire une pause ensemble dans la cuisine ou aller nous mettre de l'eau sur la figure dans la salle de bain. Et nous ressaisir un peu ensemble.*

Ou;

*« Benjamin, mon niveau de défonce m'inquiète, et je suis un peu inquiet sur ma capacité à consentir. Pourrais-tu venir quelques minutes dans la salle de bain, ça me ferait du bien que tu me mettes un peu d'eau sur la figure, j'ai besoin de pour me ressaisir, peut-être me mettre de l'eau sur la figure? J'apprécierais vraiment.»*

La façon dont une personne réagit à vos propos va vous aider à avoir une meilleure idée de ses facultés à consentir. Si la personne a des difficultés à répondre à ces questions, et si votre instinct est que sa défonce a une incidence sur ses choix et sa capacité à consentir, la personne est en danger.

Une personne très dosée 5 ou qui a pris trop de méth)en méthamphétamine et / ou méph, peut présenter un comportement violent, avoir une envie extrême de sexe sans ne plus en percevoir les dangers ou concevoir les conséquences de son comportement. Elle peut demander plus de drogues ou inviter les autres à avoir du sexe avec elle sans pour autant être « en état » de consentir.. Il est aussi possible qu'elle tente de se faire une injection sans précaution et donc à risque. Il est aussi possible qu'elle puisse consommer beaucoup trop d'alcool ou de G et prendre des risques pour sa santé ce qu'elle pourrait regretter plus tard. Il faut savoir que quelqu'un qui est perché sous meph/meth peut ne pas avoir conscience que ce que vous faites vise à le protéger..

**Suite à la page suivante....**

# CHEMSEX FIRST AID

## **Ayez en tête les questions de consentement (suite)**

Prenez une décision et jugez si cette personne en danger ou non, consentante ou non. Un deuxième avis peut être utile si vous envisagez d'intervenir : quelqu'un autour, à qui vous faites confiance . Une personne objective et bienveillante. Décidez si vous devez intervenir pour assurer sa sécurité.

- *arrêter tout sexe en cours*
- *arrêter toute prise de vue ou de film en cours*
- *empêcher quiconque de lui donner plus de drogues ou des liquides*
- *Empêcher-le de marcher dans des zones dangereuses comme sortir de la maison / appartement ou vers la piscine d'un sauna*
- *Empêcher-le d'envoyer des images explicites depuis son téléphone*

et décidez si les secours doivent être appelés pour assurer sa sécurité ou si une blessure semble imminente et inévitable. En cas de doute, le régulateur médical vous aidera à décider si l'intervention des secours est nécessaire. Il vaut mieux prévenir que guérir. À Londres, une ambulance arrivera dans environ 8 minutes, quelle que soit votre adresse. Ce peut ne pas être le cas dans toutes les villes.

**La psychose** : "la psychose induite par les drogues" est un terme qui peut faire peur mais est pourtant un phénomène très courant lorsque l'on consomme de la Tina ou des Cathinones et que l'on manque de sommeil. Cela peut être très effrayant pour ceux qui l'expérimentent tout comme pour ceux qui l'observent.

Les symptômes communs liés au Chemsex peuvent être les suivants :

- *sentir comme la présence d'une personne qui écoute derrière la porte ou à l'extérieur de la maison*
- *Avoir le sentiment que le téléphone, le PC ou les appareils électriques sont mis sous écoute, qu'il y a des caméras cachées*
- *se sentir au centre d'un complot organisée par un gang ou par un culte*
- *se sentir une personne qui a causé une infection délibérée par le VIH ou l'hépatite C*
- *entendre des chuchotements ou des voix cruelles persécutrices ou se sentir suivi*
- *voir des présences flottantes dans le champ de vision périphérique*
- *sentir comme des insectes sous la peau ou avoir un besoin compulsif de se gratter la peau*
- *Avoir la conscience de coïncidences incroyables qu'aucune autre personne ne peut voir ou interpréter*
- *Avoir le sentiment d'être jugé par tout le monde pour être perché, pour avoir du sexe gay, pour avoir le HIV, pour être efféminé, pour ne pas être sexy, ne pas être raccord, pour avoir des fantaisies particulières ou des fétiches*
- *sentir que quelque chose d'urgent ou de dangereux se déroule*
- *Ne pas se sentir en sécurité*

# CHEMSEX FIRST AID

## La psychose – suite

La psychose induite par les drogues est le plus fréquemment associée au cristal de méthamphétamine, les cathinones comme la méphédrone, la 3 MMC, la 4 MMC. Cela se voit le plus souvent chez des personnes qui sont dans un environnement qu'elles perçoivent ou ressentent comme dangereux, c'est plus fréquent chez les personnes qui ont une vulnérabilité mentale, des personnes qui sont enclins à se sentir gênées ou qui peuvent éprouver de la honte, de la culpabilité ou des traumatismes associés avec la sexualité ou l'environnement social. C'est plus fréquent quand une personne a sauté une nuit de sommeil ou que la drogue a été injectée (à l'opposé de ce qui est sniffé, avalé, fumé, inséré dans le rectum).

En dehors de ces considérations, les psychoses induites par les drogues peuvent apparaître chez tout le monde et sont tout autant difficiles à prendre en charge qu'à observer.

L'aide la plus efficace que nous puissions offrir à une personne qui souffre d'une psychose causée par la drogue est de l'aider à se sentir en sécurité et détendue dans l'environnement dans lequel elle se trouve ; cela peut consister à changer l'éclairage, la musique, arrêter le porno qui pourrait être en cours ou l'amener dans une pièce où elle se sente plus en sécurité. Tout ce qui peut l'aider à se sentir plus en sécurité, plus détendue, moins " observé " est utile.

Tout cela est utile, mais ça ne permet pas de faire cesser les symptômes. Certaines personnes peuvent devenir un danger pour elles-mêmes ou pour d'autres dans leurs tentatives de se protéger ou de protéger les autres des dangers perçus lors d'hallucinations. Dans ce cas, il ne faut pas hésiter à appeler les secours ou la police si elle préfère . Dans de nombreux cas, la paranoïa qui pourrait être à l'origine de la psychose, pourrait rendre la personne méfiante vis-à-vis des urgences ,de la police et de vos propres efforts pour l'aider. Il n'est jamais agréable d'intervenir dans les libertés individuelles d'une personne mais si vous jugez une personne comme un danger potentiel pour elle-même ou pour autrui et qu'elle se méfie, ne veut pas appeler les services d'urgences ou la police, appelez vous-même ces services et laissez le régulateur au téléphone vous aider à choisir l'option de conduite la plus sûre.

*Suite page suivante*

# CHEMSEX FIRST AID

**Comment puis-je éviter les dommages liés à l'injection des drogues ?**

**Bien qu'il y ait un certain nombre de dommages liés à l'injection de drogues, 3 problèmes pourraient être considérés comme une urgence :**

- 1- une infection intraveineuse
- 2 - une infection par le VIH
- 3 - Une quantité d'air importante injectée dans la veine

**1 – l'infection intra-veineuse :** L'injection de produit dans la peau peut causer une infection cutanée due à l'aiguille autour du site de l'injection. L'infection peut se développer au cours des jours ou des semaines qui suivent l'injection. Ceci n'est, dans un premier, pas une urgence, mais pourrait le devenir si toutefois elle n'était pas traitée à temps. Il faut donc consulter un médecin dès que possible.

Parfois l'infection va directement dans la veine injectée. Certains types de bactéries peuvent causer une septicémie. Les symptômes de la septicémie commencent généralement très rapidement et se développent rapidement. Même au début de la maladie, une personne peut sembler très malade. Les premiers symptômes les plus courants sont les suivants : frissons, température corporelle élevée (fièvre), respiration très rapide, fréquence cardiaque rapide. Des symptômes plus graves commenceront à apparaître au fur et à mesure que la septicémie progressera sans traitement approprié ; en quelques minutes ou quelques heures. Ces symptômes sont les suivants :

- confusion ou incapacité à penser clairement
- nausée et vomissements
- points rouges qui apparaissent sur la peau
- Diminution des quantité d'urine (miction réduite)
- débit sanguin insuffisant (état de choc)

Si vous ou une personne qui vient de pratiquer une injection de drogues par intraveineuse présente ces symptômes appeler les secours dès que possible.

**2 – l'infection par le VIH :** si une personne séronégative utilise une aiguille qui pourrait avoir été utilisée par une personne infectée par le VIH, il existe un traitement appelé TPE (Prophylaxie Post Exposition) qui peut être pris dans les 48 heures qui suivent la prise le risque. Vous n'avez pas besoin d'appeler les secours. Il est primordial de se faire prescrire le TPE dans le délais de 48 heures indiqué. Si vous ne savez pas comment avoir accès au TPE dans votre ville, les services d'urgences le fournissent ou peuvent vous orienter vers un autre établissement.

# CHEMSEX FIRST AID

## ***Comment puis-je éviter les dommages en s'injectant des drogues?***

**3 – air injecté dans la veine :** L'injection de grandes quantités d'air dans une veine peut provoquer une embolie. Il s'agit rarement d'une urgence mais celle-ci peut rapidement le devenir lorsque ces symptômes apparaissent :

- difficulté à respirer ou insuffisance respiratoire
- douleur à la poitrine ou insuffisance cardiaque
- douleurs musculaires ou articulaires
- accident vasculaire cérébral
- changements dans l'état mental, comme la confusion ou la perte de conscience
- tension artérielle basse
- teinte peau bleue

Si vous ou une autre personne présentez l'un de ces symptômes après avoir injecté de l'air dans une veine, appelez les secours dès que possible.

## **Complication de la méphédrone et condition cardiaque pré-existantes.**

Les catinones (méphédrone, 3MMC, 4 MMC) sont toxiques pour les vaisseaux, favorisent les thromboses, provoquent une vaso-constriction et sont associés avec des infarctus aigus du myocarde. Cela signifie qu'ils peuvent endommager les parois de nos veines, provoquer potentiellement une coagulation du sang, entraîner une constriction des vaisseaux sanguins et éventuellement provoquer une crise cardiaque. Il se peut que la personne puisse sentir le sang couler à travers les vaisseaux rétrécis, ce qui peut provoquer des crises de panique qui sont souvent confondues avec des crises cardiaques. Mais de véritables crises cardiaques peuvent survenir et se produisent souvent lorsque des catinones sont utilisées. Les personnes qui ont une maladie cardiaque pré-existante devraient éviter tout particulièrement les catinones.

Si une personne qui consomme des catinones ou autres drogues présente l'un des symptômes suivants, appelez les secours :

- pression ou oppression à la poitrine
- douleur dans la poitrine, le dos, la mâchoire ou d'autres zones du haut du corps, qui durent plus de quelques minutes ou qui vont et viennent,
- essoufflement,
- transpiration
- nausée
- anxiété,
- toux
- vertiges,
- fréquence cardiaque rapide

*Suite page suivante*

# CHEMSEX FIRST AID

## **Les surdoses en Met/Meph (cathinones) :**

Les surdoses mortelles dues à ces médicaments sont assez rares mais elles peuvent arriver. Il est peu probable qu'elles se produisent lorsque l'on sniffe ou que l'on fume ces drogues mais dans de très rare cas, peuvent arriver par l'injection intraveineuse ou par une prise rectal (plug anal) trop importante.

Quand une personne injecte trop de méthamphétamines ou de cathinone, les symptômes sont généralement des maux de tête puissants et effrayants, un rythme cardiaque élevé, accompagnés d'une augmentation dangereuse de la température corporelle (fièvre). La personne sentira que quelque chose ne va pas, se sentira paniquée et aura très fortement envie de se calmer soit en s'allongeant, soit en prenant une douche ou un bain froid soit en sortant pour prendre l'air. Ces symptômes disparaissent généralement en 5 à 10 minutes. Tout ce que la personne peut faire pour se calmer ou se sentir plus calme est utile. Toutefois, si ces symptômes persistent plus de 5 à 10 minutes, ou si la température reste égale ou supérieure à 39,4 degrés Celsius, appelez les secours. Dites que la personne a injecté un stimulant et que sa température est très élevée, vous serez alors aidé par le professionnel compétent en ligne.

Remarques : parfois ces surdoses sont causées par des additifs à la drogue. Le Fentanyl est un additif courant au Canada ou aux Etats Unis, il s'agit d'un opiacé qui peut être fatal, même en très petites quantités. En Europe (septembre 2018) : il est très rare de trouver du Fentanyl dans la Meth, la Meph ou autres cathinones comme la 3 MMC ou la 4 MMC. Si l'overdose est causée par du Fentanyl, les symptômes seront différents : la personne perdra rapidement conscience et sa respiration va ralentir considérablement, elle peut même éventuellement s'arrêter (collapsus respiratoire), dans ce cas appelez les secours immédiatement.

# CHEMSEX FIRST AID

## Section 3: Autres urgences liées au chemsex

Par définition, les situations ci-dessous ne sont pas toutes des situations de "premiers secours" ; elles ne sont donc pas toutes couvertes de manière aussi complète qu'elles le méritent. Mais elles peuvent être des situations dangereuses et/ou bouleversantes.

### Introduction d'objet dans le rectum

Parfois, des objets peuvent être mis dans l'anus et nous pouvons avoir des difficultés à les enlever. Les muscles serrés, l'anxiété ou l'incapacité à se détendre, associés à la prise de drogues peuvent rendre la tâche plus difficile. Si quelques heures se sont écoulées et que le fait de se détendre ou de s'asseoir sur les toilettes n'a pas aidé, il peut être nécessaire d'aller aux urgences (les médecins généralistes ou les cabinets médicaux n'ont pas toujours l'équipement nécessaire pour évaluer le danger ou pour enlever l'objet ; les urgences est le bon endroit)

Si l'objet n'est pas conçu pour être utilisé dans le rectum ; si c'est quelque chose qui pourrait se casser à l'intérieur ou causer des dommages au rectum, il peut s'agir d'une situation d'urgence. Si l'objet introduit est accompagné d'autres symptômes comme des douleurs abdominales, des saignements rectaux, des nausées ou de la fièvre, il faut se rendre aux urgences dès que possible. Même si cela peut paraître embarrassant, c'est plus courant que vous ne le pensez et les Urgences ont l'habitude de voir ce genre de cas. Les perforations à l'intérieur de l'anus causées par des objets étrangers peuvent être dangereuses, alors mieux vaut prévenir que guérir ; il est donc primordial de se rendre aux urgences ou d'appeler les secours pour échanger avec eux par téléphone. Ils sauront vous aiguiller sur la démarche à suivre.

### Coupures, hématomes, saignements.

Toutes sortes de blessures peuvent être causés par des prises élevées et/ou non contrôlées de G ou par celles de méth/méph

**Blessure à la tête** ; appliquez quelque chose de froid sur la blessure, comme des petits pois congelés enveloppés dans une serviette. Si vous pensez que la blessure est grave ; s'ils commencent à agir bizarrement, deviennent somnolents ; s'ils vomissent ou si leur état se détériore, appelez les secours.

**Saigner abondamment** ; appliquer une pression sur la plaie, en utilisant tout ce qui est disponible, comme un morceau de vêtement ou une serviette. Le but est d'arrêter l'hémorragie. Si nécessaire, appeler les secours.

**Brûlures** : la meilleure façon de traiter une brûlure est de faire couler de l'eau froide dessus pendant au moins dix minutes. (Plus une brûlure est maintenue sous l'eau froide longtemps, moins le risque de cicatrices est élevé). Après avoir refroidi la brûlure pendant une longue période, recouvrez la brûlure d'un sac plastique propre.

# CHEMSEX FIRST AID

**Une infection probable par le VIH peut être considérée comme une urgence.**

**Le TPE (prophylaxie post-exposition)** doit être pris dans les **48 heures** pour éviter tous risques d'une infection au VIH. Le partage de seringues et l'éjaculation (interne) sont les formes les plus courantes d'infection par le VIH. Si la personne avec qui vous partagez des seringues ou qui a éjaculé en vous est connue comme étant séropositive, sous traitement avec une **charge virale indétectable, alors le TPE ne serait pas nécessaire**. Si la personne est séropositive et n'est pas sous traitement, un TPE est très recommandée. Si la personne est séronégative ou ne connaît pas son statut sérologique, un professionnel de santé peut évaluer les risques avec vous en fonction de ce que vous savez de ses antécédents sexuels.

*Des infections probables à d'autres IST (infection sexuellement transmissibles), y compris l'hépatite C, ne sont pas considérées comme une urgence (il y a une phrase que je ne trouve pas pertinente/ je ne sais pas comment la traduire : as there are no time-sensitive emergency prevention methods). Si vous vous rendez compte ou si vous pensez avoir une IST, évitez de la transmettre ! Après une nuit de sommeil (et les effets des drogues dissipés/atténués) consultez le docteur, le centre de santé et de sexualité ou l'hôpital de votre choix.*

**Le priapisme est une érection durable et douloureuse.**

Il peut causer des dommages permanents à votre pénis s'il n'est pas traité rapidement.

Le priapisme n'est pas très courant; il est communément connu des personnes atteintes de drépanocytose. Mais cela peut résulter du mélange de médicaments à fonction érectile (tels que le Viagra et Caverject) avec d'autres drogues pour de longues séances sexuelles.

Le priapisme peut se résoudre de lui-même en 2 heures. Vous pouvez toutefois essayer de réduire votre érection par :

## **Faire**

- éteindre le porno, changer l'ambiance de l'environnement
- essayer d'aller uriner
- prendre un bain chaud ou une douche
- boire beaucoup d'eau
- faire une promenade douce
- essayez des exercices, tels que des squats ou la course à pied
- prendre des analgésiques comme le paracétamol si vous en ressentez le besoin

## **Ne pas Faire**

- appliquez des blocs de glace ou de l'eau froide sur votre pénis
- avoir des relations sexuelles ou se masturber ou essayer d'éjaculer - votre érection ne disparaîtra pas
- boire de l'alcool
- Fumer



# CHEMSEX FIRST AID

## **Le priapisme continue ...**

Appelez les secours ou allez aux urgences si votre érection dure plus de 2 heures sans être stimulée.

Une érection qui dure aussi longtemps doit être traitée à l'hôpital le plus tôt possible pour vous éviter des dommages permanents au pénis.

Les traitements hospitaliers permettant de réduire votre érection par :

- des comprimés ou des injections directement dans votre pénis
- l'utilisation d'une aiguille pour drainer le sang de votre pénis (sous anesthésie locale)
- intervention chirurgicale pour drainer le sang grâce à une légère incision (anesthésie générale)

## **Anaphylaxie; réactions allergiques aux médicaments.**

De nombreux médicaments sont mélangés (ou «coupés») avec d'autres substances, ce qui affecte la qualité. Parfois, ces adjuvants peuvent être toxiques, ou nous pouvons avoir des réactions allergiques à eux. De même, une trop grande quantité de substance pure (non adultérée) peut entraîner une toxicité ou une réaction allergique. Parfois, lorsque la réaction allergique est extrême, cela peut être très dangereux, une «anaphylaxie» peut en résulter, ce qui peut constituer une situation d'urgence urgente. Ce sont les choses à rechercher:

- Difficulté à respirer
- Gonflement de la langue et de la gorge
- Yeux qui piquent ou qui piquent
- Une éruption de peau tachée
- Anxiété
- Signes de choc

"Choc", dans ce contexte, ne signifie pas la réaction émotionnelle à quelque chose de choquant, mais une urgence médicale dangereuse. Un choc survient lorsque le système circulatoire ne parvient pas à fournir suffisamment de sang oxygéné au corps, privant les organes vitaux de l'oxygène dont il a besoin pour fonctionner.

### **Les signes de choc incluent:**

- peau pâle, froide et moite
- Transpiration
- respiration rapide et superficielle
- faiblesse et vertiges
- se sentir malade et éventuellement vomir
- La soif
- Bâillement
- Soupirs

Consultez immédiatement un médecin si vous remarquez que quelqu'un présente l'un des signes de choc mentionnés ci-dessus..

Suite à la page suivante....

# CHEMSEX FIRST AID

## Agression sexuelle, agression physique

Une agression sexuelle peut devenir rapidement une situation d'urgence si quelqu'un est **en danger vis à vis de son agresseur**. Si c'est le cas, n'attendez pas pour contacter les secours le plus rapidement possible.

En ce qui concerne l'agression sexuelle, le temps qui suit l'agression a une importance. En effet l'examen médico-légal peut aider à recueillir des preuves médico-légales qu'il y a eu bien eu une agression, ce qui pourrait aider à obtenir une condamnation criminelle.

Toutes les villes n'ont pas de services dédiés aux victimes d'agression sexuelle et qui plus est sensibilisées aux agressions contre les hommes ou homosexuelles. Toutefois les secours peuvent vous fournir des renseignements sur les endroits où obtenir un soutien affectif, médico-légal ou juridique suite à une agression. Si ce n'est pas le cas, vous pouvez vous orienter vers un médecin de confiance, vers une association ou un service de santé sexuelle qui connaît bien les questions liées à la communauté LGBT.

*Parfois, après avoir vécu pendant quelques jours sous l'influence des chems et/ou dans un environnement sexuellement libéré, nous pouvons être moins empathique, moins sensible à la vulnérabilité des personnes avec qui nous avons des rapports sexuels. Il y a beaucoup de confusion en ce qui concerne le consentement dans un contexte de Chemsex, et les viols peuvent ne pas être aussi évidents d'autant plus que l'agresseur peut ne pas avoir conscience de commettre une agression sexuelle.*

*il se peut que nous soyons nous-mêmes–coupables d'agression sexuelle pendant soirée Chemsex,, sans en avoir eu conscience. La personne avec qui nous avons des relations sexuelles peut sembler consentante mais, sous l'influence des drogues elle peut ne pas être en état ou en capacité de donner son consentement. Etre ivre, sous l'influence de drogues ajouté au manque de sommeil ne permet pas d'avoir conscience des subtilités entre volonté et consentement.*

*Après coup, il peut être difficile d'assumer notre propre comportement, il ne faut pas hésiter à rechercher les conseils de personnes qui peuvent vous aider et vous soutenir. Beaucoup d'associations et de services dédiés sont sensibles à ce sujet et peuvent également aider celui qui serait désigné comme l'agresseur dans ce moment. (ou indiquer les services vers lesquels s'orienter).*

*La section 4 commence à la page suivante ....*

# CHEMSEX FIRST AID

## Section 4: SOMMAIRE, des situations de premiers secours

Les urgences les plus urgentes et les plus courantes dans les environnements chimiques comprennent:

- *Surdose de GHB/GBL*
- *Symptômes de sevrage du GHB/GBL*
- *Psychose/paranoïa/hallucinations/sentiment de persécution causés par la méth/meth*
- *Agressions sexuelles*
- *Méfais de l'injection*
- *Possible infection au VIH*
- *Surdose de meth/meph*
- *Problèmes cardiaques*
- *Accidents, coupures, saignements, hématomes, qui se produisent lors de plans chemsex.*

Mais il y a d'autres situations très urgentes qui peuvent se produire ; certaines sont liées au chemsex, d'autres non. Ce sont les situations de premiers secours qui sont généralement courantes.

- *perte de conscience*
- *un état de confusion aiguë*
- *des crises qui n'arrêtent pas*
- *douleur thoracique*
- *difficultés respiratoires*
- *saignements abondants qui ne peuvent être stoppés*
- *réactions allergiques graves*
- *brûlures graves*
- *Choc*

Appelez immédiatement les secours si vous ou quelqu'un d'autre est victime d'une crise cardiaque, d'un accident vasculaire cérébral (AVC) ou d'un traumatisme crânien grave. Chaque seconde compte.

### **Vous pouvez aider les secours en :**

- *Restez aussi calme que possible.*
- *Rappeler les secours si l'état de la personne change/évolue.*
- *S'il y a d'autres personnes avec vous, demandez à quelqu'un d'ouvrir la porte et de diriger les secours vers l'endroit où se trouve la personne en besoin.*
- *enfermer les animaux domestiques*
- *recueillir les effets personnels de la personne si ils sont éparpillés, surtout les pièces d'identité.*
- *avoir le plus d'information possible sur l'état de santé de la personne, sur les faits passés et les drogues prises. Toutes ces informations aideront les secours à pratiquer les meilleurs soins.*

# CHEMSEX FIRST AID

## Si j'appelle les secours, est-ce que la police sera également prévenue ?

Les lois varient d'un pays à l'autre et les pratiques peuvent également varier. Souvent, il s'agit d'une décision prise par la personne que vous avez en ligne lorsque vous appelez les secours ou bien par les secours dès leur arrivée.

La police peut être appelée si les secours

- soupçonnent qu'un crime a été commis
- s'ils estiment qu'il y a un danger sur les lieux, qu'une personne sur les lieux (y compris vous, les secours ou le patient lui-même) pourrait être blessée
- Si l'entrée dans les lieux doit être forcée

Toutes ces choses peuvent être arbitraires.

**La priorité dans ces cas est, quoiqu'il en soit, de soigner/sauver la vie d'une personne.** Toutefois, cela n'empêche pas la police de prendre des mesures à l'égard des crimes dont ils sont témoins sur les lieux.

Dans de nombreux pays (pas tous), le fait d'avoir des drogues dans le sang n'est pas illégal. Dans de nombreux pays, le fait d'avoir consommé de la drogue n'est pas illégal. Dans la plupart des cas, c'est le fait d'avoir de la drogue en sa possession qui est considéré comme un délit.

Il est essentiel que les secours aient connaissances des produits qui ont été pris par la personne en danger. **Cette information est primordiale et pourrait sauver la vie de cette personne.**

Si un policier vous pose des questions sur votre propre consommation de drogues et que vous n'êtes pas la personne assisté par les secours, vous pouvez choisir de ne pas y répondre avant d'avoir demandé conseil à un avocat.

Toutefois, si la police détermine qu'un délit/crime a été commis, ou s'il y a un décès qui nécessite une enquête, la rétention d'informations peut être considérée comme un délit dans certains pays.

**Cela peut-être évident, mais s'il n'y a pas de drogues sur le lieu où les secours se rendent, il est donc plus difficile pour la police de considérer qu'il y a un délit.**

**Le fait de retarder l'appel des secours pour attendre la dissipation des produits peut entraîner la mort d'une personne, et vous pourriez être tenu légalement responsable.**

**QUAND LES CHOSES TOURNENT MAL PENDANT UN PLAN CHEMSEX, OU PENDANT QUE VOUS ÊTES SOUS L'INFLUENCE DE DROGUES, CELA PEUT VITE DEVENIR TRÈS TERRIFIANT.**

**ESSAYEZ DE RESTER CALME, RESTEZ BIENVEILLANT ET, MALGRÉ TOUTE LES PRÉOCCUPATIONS QUI VOUS VIENNENT EN TÊTE, GARDEZ À L'ESPRIT ET FAITES-EN UNE PRIORITÉ « À CET INSTANT PRÉSENT VOUS AVEZ LA POSSIBILITÉ DE SAUVER UNE VIE EN AGISSANT RAPIDEMENT ET DE MANIÈRE RESPONSABLE. EN CAS DE DOUTE, APPELEZ LES SECOURS QUI SAURONT VOUS GUIDER DANS CETTE SITUATION ».**