



Protoxyde d'Azote

Santé publique : prévention et réduction des risques



Recommandation générale

- Toute consommation de produit psychoactif expose à des risques.
- C'est aussi le cas pour le gaz hilarant/Protoxyde d'azote.
- C'est pourquoi Il est toujours préférable de s'abstenir, en tout cas de reporter la consommation quand on se sent fatigué, stressé, mal ou qu'on éprouve de l'appréhension.

Emetteurs de l'information :

- Ministère de la santé, agences sanitaires (SpF, Anses...)
- Professionnels et acteurs de terrain



Réduction des risques

- **Consommer dans un contexte le moins à risque possible**

- Il est préférable de consommer dans un contexte rassurant, avec des gens de confiance qui peuvent apporter une aide en cas de difficulté.
- Éviter de consommer debout et préférer une position assise ou couchée afin d'éviter tout risque de chutes et de traumatismes.
- Éviter de consommer dans des espaces confinés
- Éviter les aérosols d'air sec et les bonbonnes vendues sur internet dont la composition est aléatoire.



Réduction des risques

► Prévenir les risques lors de l'usage 1/2

- Ne pas inhaler le gaz directement en sortie de cartouche, de siphon ou de cracker (tube qui permet de percer les cartouches) afin d'éviter tout risque de gelures des lèvres, de la bouche, et des cordes vocales.
- Se protéger les mains pour tenir la cartouche ou le cracker lors de l'expulsion du gaz pour éviter les gelures.
- Éloigner les bouteilles ou cartouches de toute flamme (briquet, bougie, cigarette...), car le protoxyde d'azote est inflammable.
- Ne pas inhaler avec un sac au-dessus de la tête. Cela prive le corps d'oxygène et plusieurs décès ont été associés à ces méthodes d'utilisation.
- Aspirer de l'air avant de respirer le ballon pour diminuer les risques d'asphyxie.
- Ne pas inspirer et expirer en continu dans le ballon : risque d'asphyxie (manque d'oxygène) ou de perte de connaissance. Respirer de l'air entre les prises afin de toujours assurer un bon apport en oxygène.



Réduction des risques

► Prévenir les risques lors de l'usage 2/2

- Ne pas multiplier les prises malgré l'effet fugace du produit.
- Ne pas fumer lors de l'inhalation de protoxyde d'azote
- Eviter l'association avec la consommation d'alcool
- Éviter l'usage de protoxyde d'azote en association avec d'autres médicaments, en particulier les stimulants, car les effets sur la tension artérielle et la fréquence cardiaque pourraient être à risque
- Ne pas tenir pas de bouteilles ou d'objet tranchant lors de l'inhalation (risque de coupure).
- Eviter le protoxyde d'azote en cas de grossesse ou d'allaitement.



En cas d'accident

- En cas de perte de connaissance, placer la personne en position latérale de sécurité.
- Appeler le 15



Action sur le contexte de vente

- ▶ Interdire la vente aux mineurs ?
- ▶ Faire figurer un avertissement sanitaire ?
- ▶ Imposer aux fabricants un dispositif de sécurité rendant l'inhalation impossible ?
- ▶ Imposer un conditionnement plus important en volume (augmentation indirecte du prix) ?
- ▶ Restreindre la vente aux professionnels de la restauration et de la pâtisserie ?
- ▶ Programme de prévention à destinations des jeunes
- ▶ Campagne sur l'axe « préservation de l'environnement » (thème sensible pour les jeunes)