

## Information de l'Unité PSPS sur la kétamine

<b>A l'intention des</b>	Infirmiers et infirmières scolaires, médecins scolaires, médiateurs et médiatrices scolaires, délégués et déléguées PSPS.
<b>Message-clé</b>	<p>La consommation récréative de la kétamine est en hausse, notamment chez les jeunes.</p> <p>La kétamine (chlorhydrate de kétamine) est un narcotique de synthèse qui provoque des états dissociatifs et des hallucinations.</p> <p>La kétamine peut entraîner une dépendance avec des symptômes psychiques. Son utilisation chronique endommage la vessie, le foie et les reins parfois de manière irréversible.</p> <p>En milieu scolaire les jeunes consommateur-trice-s doivent être orientés vers l'infirmier-e scolaire pour une évaluation.</p>
<b>Contexte</b>	<p>La kétamine est un narcotique de synthèse et fait partie des hallucinogènes dissociatifs.</p> <p>Initialement consommée en milieu festif, sa consommation est en hausse depuis 2019, notamment chez les jeunes.</p> <p>La kétamine, qui se présente sous forme de poudre ou de liquide, présente des risques importants pour la santé.</p>
<b>Connaissances actuelles</b>	<p><i>Effets</i> Les effets de la kétamine dépendent de plusieurs facteurs tels que la quantité absorbée, le contexte, la fréquence de consommation, l'âge et le poids de la personne, ainsi que le mode de consommation.</p> <p>La kétamine est principalement utilisée par voie intranasale et plus rarement injectée ou fumée.</p> <p>A faible dose, les effets peuvent ressembler à une sensation d'ivresse, une anesthésie sensorielle et des hallucinations légères. À dose moyenne ou haute, la kétamine provoque une dissociation croissante entre l'esprit et le corps ou une impression de fondre dans l'environnement. L'utilisateur a l'impression de sortir de son corps et l'effet anesthésique peut l'empêcher de bouger.</p> <p><i>Risques et complications</i> A forte dose, la kétamine peut entraîner un état dissociatif intense appelé « K-hole » ou « trou noir », caractérisé par une perte totale de repères, une impossibilité de bouger et de</p>

parler, des hallucinations intenses et effrayantes. Ce phénomène est décrit par certaines personnes comme une expérience de mort imminente.

L'usage chronique de kétamine peut induire le développement du « ketamine bladder syndrome »<sup>1</sup>, une atteinte sévère du système rénal pouvant être irréversible et nécessiter la réfection ou l'ablation de la vessie.

Des douleurs abdominales (k-pain) sont également observées chez les usagers réguliers. Ils peuvent être liées avec une atteinte gastrique, hépatique ou de la vessie.

**Recommandations** En cas de repérage, une évaluation peut être faite par le duo médico-infirmier.

Les professionnel-le-s en contact avec les usager-ère-s doivent orienter les jeunes vers le centre compétent.

Pour un accompagnement spécialisées jeunes peuvent être orienté-e-s auprès de l'Unité DEPART du CHUV. Téléphone : +41 21 314 77 54

DEPART CENTRE : Av. de la Gare 34, 1022 Chavannes-près-Renens

DEPART NORD : La Brinaz 13, 1142 Montagny-près-Yverdon

DEPART EST : Avenue des Alpes 66, 1820 Montreux

DEPART OUEST : Avenue Reverdil 4, 1260 Nyon

<https://www.chuv.ch/fr/fiches-psy/programme-depart-reperage-evaluation-et-accompagnement-dadolescents-consommateurs-de-substances>

---

<sup>1</sup> Miction douloureuse ; sang dans les urines.

<b>Liens d'information</b>	<p>Centrale nationale de coordination des addictions, Infodrog. Kétamine, information pour les professionnel·les des addictions : <a href="https://www.infodrog.ch/files/content/factsheets/2024-03_fiche-ketamine-prof_fr.pdf">https://www.infodrog.ch/files/content/factsheets/2024-03_fiche-ketamine-prof_fr.pdf</a></p> <p>Drugs – just say know : <a href="https://fr.know-drugs.ch/substances/ketamine/10">https://fr.know-drugs.ch/substances/ketamine/10</a></p> <p>Association Nightlife Vaud : <a href="https://nightlifevaud.ch/">https://nightlifevaud.ch/</a></p> <p>Kétamine : une substance récréative qui fait mal. Revue médicale suisse 2024 ; 20 : 784-7 <a href="https://www.revmed.ch/revue-medicale-suisse/2024/revue-medicale-suisse-870/ketamine-une-substance-recreative-qui-fait-mal#tab=tab-toc">https://www.revmed.ch/revue-medicale-suisse/2024/revue-medicale-suisse-870/ketamine-une-substance-recreative-qui-fait-mal#tab=tab-toc</a></p> <p>Le dico des drogues : <a href="http://www.drogues-info-service.fr">www.drogues-info-service.fr</a></p>
<b>Auteure</b>	<p>Sylvie Bonjour, cheffe de projet du programme de prévention des conduites addictives en milieu scolaire</p>
<b>Relecture</b>	<p>Alexandra Papastéfanou, responsable cantonale des délégué·e·s PPS</p> <p>Béatrice Casini-Matt, responsable a.i. des infirmier·ères scolaires</p> <p>Cristina Fiorini, médecin référente à l'Unité PPS</p> <p>Sophie Schubert, responsable cantonale de la médiation scolaire</p>
<b>Date</b>	<p>Septembre 2024</p>
<b>Lu et approuvé</b>	<p>Marie Torres, responsable a.i. de l'Unité PPS</p>

**Annexe**

**Flyer d'information**

Ce flyer peut être commandé auprès de l'Unité PSPS auprès de [sylvie.bonjour@vd.ch](mailto:sylvie.bonjour@vd.ch)

# KÉTAMINE

La kétamine (chlorhydrate de kétamine) est un narcotique de synthèse et fait partie des hallucinogènes dissociatifs. Les effets de la kétamine dépendent fortement des caractéristiques de la personne, de la quantité et de la fréquence des consommations.

L'usage détourné de la kétamine comporte de nombreux risques à court et long terme, tels que :



- Troubles de la coordination
- Insensibilité à la douleur
- Étourdissement
- K-Hole « trou noir », un état de dissociation intense avec risque de coma et de décès
- Risque de « bad trip » (hallucinations angoissantes, anxiété, bouffées délirantes)
- Risque d'addiction et d'accoutumance à la dose en cas d'usage prolongé
- Atteintes somatiques

**Risques pour les reins, la vessie et le foie**

→ L'usage prolongé et/ou répété de kétamine endommage la vessie (« Ketamine bladder syndrom »), les reins et le foie.

→ En cas de symptômes (perte de contrôle de la vessie, sensation de brûlures, sang dans les urines, douleurs dans le bas du ventre et/ou le bas du dos), il est important de ne pas s'automédiquer mais de consulter sa/son médecin rapidement et d'interrompre sa consommation. En cas de poursuite d'usage malgré les symptômes, les atteintes peuvent être graves et irréversibles.

*Pour plus d'informations sur la kétamine et sur la réduction des risques, vous pouvez consulter le site [know-drugs.ch](http://know-drugs.ch) ou scanner directement le QR code ci-contre*

- PCRDR. Avril 2024