



S'il faut être attentif à l'état de la planète que nous

Lettre N° XCIII Juin 2016

léguerons à nos enfants, il est majeur de nous

Président Pr. J. Costentin

préoccuper de l'état des enfants que nous lui léguerons--

Editeur en chef Pr. J.-P. Tillement

Editorial

Bonheur, plaisir, ont peu et même rien à voir avec les drogues

Pr. Jean Costentin

Au lycée, en composition de « philo », le sujet était : « Bonheur et plaisirs sont-ils liés ? ». Tête baissée, j'avais estimé qu'ils étaient indissociables ; pas de bonheur sans plaisirs ; le bonheur est la somme du plus grand nombre des plaisirs possibles. Près de cinquante années après avoir occupé mes pensées à bien d'autres thèmes (« le tourbillon de la vie », et mille autres sujets de réflexion, comme la recherche en offre tant), à l'heure où l'on revient à la philosophie, pour donner une cohérence à ce qu'on a vécu et observé, ce sujet de philo a ressurgi. Il prenait alors appui sur l'attention que je portais aux drogues et toxicomanies. Je suis arrivé alors à une toute autre réponse que celle donnée un demi-siècle auparavant. Le toxicomane m'apparaissait comme un être en quête de plaisir, au sens très restrictif de ce terme. Son appétit à le solliciter est d'autant plus aiguisé qu'il en attend l'apaisement d'un mal être, d'une incomplétude, de cicatrices psychologiques d'une enfance malmenée, de troubles anxieux ou dépressifs... Venant à expérimenter un psychotrope aux effets addictifs (donc une drogue), il en éprouve un plaisir plus intense que celui ressenti par les expérimentateurs sans problème existentiels, investis dans l'action (« le travail est le meilleur moyen d'escamoter la vie » disait Flaubert, visant en fait les problèmes existentiels). Des sensibilités individuelles invalident certaines drogues ; chez les uns, les

vomissements induits par la première cigarette ou le premier « plumer » alcoolique, ou chez d'autres le « *bad trip* » (le mauvais voyage / la pénible expérience) du premier « joint » ou du premier « pétard » de cannabis. Ces effets dissuasifs, s'ils l'emportent sur les effets appétitifs (dits encore « de récompense »), éloignent d'emblée l'expérimentateur de ces drogues. D'autres sensibilités individuelles font, au contraire, percevoir d'une façon magnifiée d'autres drogues, surtout si elles sont expérimentées dans un contexte d'initiation « favorable » (ludique, récréatif, amical, musical...). Mis à part ces derniers types d'expérimentation, ce que ressent celui qui use d'une drogue est l'apaisement d'un trouble. Il la perçoit d'une façon quasi thérapeutique. Très logiquement cela l'incite à en user, puis à en abuser. Le plaisir qu'il éprouve est à la mesure de son soulagement. Mais l'effet recherché donne lieu à une tolérance, qui lui impose d'en accroître les doses et /ou la fréquence des administrations, jusqu'au moment où l'effet devient imperceptible. Au fil de cette évolution la sensation de plaisir a disparu et, quand la drogue est éliminée un trouble apparaît, beaucoup plus intense que celui qui se manifestait avant l'entrée dans la toxicomanie. Ce trouble ne peut être dissipé que par une nouvelle administration de la drogue. Au plaisir qui prévalait au début de l'usage a fait place le besoin ; un besoin tyrannique, qui mobilise toute l'attention, toutes les pensées, tous les efforts, tous les moyens du sujet, (on doit dire alors du patient). La drogue devient l'unique objet de ses sentiments, il n'a d'autre attente que d'y accéder pour être soulagé. Dit de façon imagée, il y avait au départ un orifice dans la chambre à air qui se dégonflait, ayant posé dessus la rustine d'une drogue, celle-ci, loin de l'obturer a élargi la fuite à toute

l'étendue de cette rustine, mettant complètement à plat la chambre à air.

Au début du processus, il y avait peut-être le plaisir, plus sûrement le soulagement, l'apaisement ; puis l'usage a viré à l'abus, installant la dépendance, l'addiction, l'assujettissement, l'esclavage, la soumission à la drogue et, avec eux, le malheur. C'est la déchéance psychique et même physique, la rupture sociale, le chômage, les ruptures familiale, amicale, intellectuelle ; les troubles psychiques et bientôt psychiatriques. C'est la descente aux enfers dont, pourtant, les premières marches étaient fleuries. Qui se souvient à l'arrivée que leur descente avait pu s'apparenter au plaisir ? Il n'a jamais été question de bonheur dans cette chute. Claude Olivenstein, addictologue de l'hôpital Marmottan, disait « n'avoir jamais rencontré de drogué heureux ».

Les drogues peuvent faire éprouver un « plaisir » qui n'a pas de familiarité avec le bonheur ; elles ont, par contre, de grandes connivences avec le malheur, en décuplant celui qui avait pu inciter à s'approcher d'elles et d'en devenir captif.

Dépénalisation du cannabis l'Académie de Pharmacie (sa commission Substances vénéneuses et dopants) dit NON, preuves à l'appui !

Alors que certaines voix en France s'expriment publiquement pour une légalisation de l'usage du cannabis, l'Académie Nationale de Pharmacie réitère son opposition à un tel projet. Une légalisation serait un très mauvais message adressé à la jeunesse de notre pays et ses conséquences seraient catastrophiques en termes de santé publique, spécialement dans notre pays caractérisé par une consommation record en Europe.

En effet :

1/ En France, entre 1993 et 2014, la concentration moyenne de son principe actif, le tétrahydrocannabinol (THC), a considérablement augmenté (multipliée par 5) pour atteindre 20% dans la résine de cannabis et 13% dans l'herbe.

Certains font de cette augmentation des teneurs un argument pour la dépénalisation mettant en avant qu'elle sera contrôlée dans les produits vendus. Il n'en est rien puisque dans les pays qui l'ont adoptée, il est constaté une expansion de l'autoculture qui n'est jamais contrôlée.

2/ Le cannabis est un facteur d'accidents de plus en plus souvent présent sur les routes de France en raison de ses effets sur les fonctions cognitives et motrices (diminution de la vigilance et des réflexes, modifications de la perception du temps et des distances, rétrécissement du champ visuel, disparition des inhibitions et indifférence vis-à-vis de l'environnement, perturbations de la mémoire immédiate ...).

3/ Le cannabis peut perturber gravement la maturation cérébrale qui survient entre 12 et 20 ans. Modifiant les connexions entre les neurones, il peut déterminer des troubles délirants, hallucinatoires, cognitifs qui sont des manifestations caractéristiques de la schizophrénie.

4/ D'un usage régulier de cannabis sur plusieurs années peuvent émerger : une anxiété vive ; une dépression avec ses risques suicidaires ; un très important déclin des performances « scolaires » avec une diminution irréversible du Quotient Intellectuel (QI) ; l'escalade vers d'autres drogues, à l'origine de polytoxicomanies.

5/ La relation causale entre son usage chronique et diverses complications vasculaires touchant le cœur (infarctus), le cerveau (accident vasculaire) et les membres inférieurs (artérite) est maintenant bien établie.

6/ La fumée de cannabis possède un pouvoir cancérogène supérieur à celui du tabac.

7/ Le cannabis diminue la libido et la fertilité masculine. En effet, le THC se concentre dans les testicules et réduit la sécrétion de testostérone. Il est rendu responsable d'une variété agressive de cancer du testicule.

8/ Dans les pays ayant légalisé l'usage du cannabis, le constat est catastrophique :

- Banalisation du produit et augmentation du nombre de nouveaux usagers (aux

Etats-Unis, la comparaison inter-états indique que la prévalence d'usage est plus importante dans les états ayant légalisé que dans les autres)

- Augmentation du nombre de personnes dépendantes
- Accès plus facile à des variétés nouvelles et plus concentrées en principe actif (THC)
- Augmentation du risque de passage à d'autres drogues dures
- Explosion de l'autoculture et développement de nouveaux modes de consommation.
- Augmentation du nombre d'hospitalisations pour intoxications aiguës et chroniques
- Augmentation du nombre de cas d'ingestions accidentelles par des enfants
- Augmentation du nombre d'accidents de la route liés au cannabis

Nous disposons maintenant de la preuve que l'on meurt du cannabis, ce n'est donc pas une drogue douce

Compte tenu de toutes ces informations issues de publications scientifiques et médicales, la légalisation du cannabis serait la pire des solutions à adopter pour lutter dans notre pays contre ce fléau destructeur ; à l'heure où l'on mène une campagne contre le tabagisme, la légalisation de l'usage du cannabis serait « irresponsable ».

En revanche, il apparaît indispensable d'intensifier la lutte contre le trafic et de multiplier les actions de prévention et d'information notamment à l'attention de la jeunesse.

A ce communiqué est associée une longue liste de références bibliographiques qui établissent ses assertions ; nous n'avons pu la reproduire ici

Des proviseurs envisagent d'autoriser les élèves à fumer à l'intérieur des lycées, afin de les protéger des balles des terroristes.

Ou le degré zéro de l'imagination à l'éducation nationale.

Pr. Jean Costentin

Des attroupements d'élèves devant les lycées, aux intercours, pour fumer une cigarette de tabac ou d'autre chose, pourraient constituer des cibles pour des terroristes. Aussi, soucieux de la sécurité de leurs élèves, des proviseurs ont imaginé qu'ils pourraient les laisser fumer à l'intérieur de leurs établissements.

Il paraît opportun de souligner que le tabac, par sa toxicité, caracole très loin devant les risques d'attentats et qu'il est la première cause de mort évitable : un fumeur sur deux mourra d'une cause en relation avec sa consommation tabagique ; quant à ceux qui y survivront, i.e. mourront d'autre chose, ils auront, pour beaucoup, le choix (en attendant cet autre chose) entre : une artérite et ses éventuelles amputations (on peut très bien vivre sur une seule patte, comme les flamands roses, mais c'est plus facile sur deux); un angor, des séquelles d'infarctus du myocarde (troubles du rythme, insuffisance cardiaque), des séquelles neurologiques d'un accident vasculaire cérébral; des bronchites chroniques et autres B.P.C.O. Ajoutons qu'une jeune femme sur trois qui est fumeuse, est incapable, quand advient une grossesse, d'arrêter de fumer, avec les conséquences dont pâtrira l'enfant qui en naîtra...

Pour pallier le faible risque que font courir les balles des terroristes, une mesure de double salubrité consisterait à interdire aux potaches de sortir aux intercours pour fumer tout en maintenant l'interdiction de fumer dans le lycée ; ce qui contribuerait à la désintoxication des fumeurs. Une abstinence forcée de huit heures, pour la nicotine, dont on sait la brève demi-vie, est un moyen de retarder l'installation de l'addiction au tabac ainsi qu'une aide à la réduction d'une addiction déjà installée.

Disant cela, j'éprouve le sentiment de réinventer l'eau tiède. Comment se fait-il que notre éducation nationale n'ait pas, elle-même, exprimé cette idée aussi banale? L'éducation nationale, est aussi, ou devrait être, une éducation à la préservation de la santé. Il y a des dispositions qui ne coûtent rien et qui, du point de vue sanitaire, pourraient rapporter gros.

Fraîcheur de mots d'enfants

Pr. Jean Costentin

Lors d'une conférence que j'effectue tous les ans devant 300 collégiens réunis dans une grande salle de Dinard, j'exprimais, pour conclure un développement sur les perturbations éducatives provoquées par le haschisch (le chichon), une formule destinée à marquer les esprits : « Pétard du matin, poil dans la main, pétard du soir, trou de mémoire » et la prolongeais par le raccourci « le chichon ça rend con ». A l'issue de mon exposé vint vers moi, un trop mignon (trognon) gamin, blondinet, frisoté, aux joues poupinées et rosées. Très gentiment il m'assura qu'il avait bien aimé mon cours (compliment qui fait plaisir, venant de cet âge où l'on ne flagorne pas encore). Il ajouta cependant qu'il n'était pas d'accord avec le fait que le chichon ça rend bête (rectifiant ma rime impolie), car dit-il, pour fumer du cannabis, il faut l'être déjà.

En souvenir de tant de fraîcheur, mon discours n'est plus désormais « le chichon ça rend con » mais « la fumette ça rend bête ».

Le CNPERT va interroger les candidats à « la primaire », afin de vous informer de leurs engagements sur les drogues et toxicomanies

Madame la candidate, Monsieur le candidat, à la sélection primaire en vue de l'élection présidentielle de Mai 2017

Le Centre National de Prévention, d'Etudes et de Recherches sur les toxicomanies (C.N.P.E.R.T.) se présente à vous. Il réunit un peu plus d'une centaine de membres, sélectionnés par une cooptation interne, membres impliqués à des titres différents dans l'analyse des toxicomanies, sous des angles sanitaires (toxicologues, pharmacologues, cliniciens, pharmaciens, dentistes...), éducatifs (enseignants du secondaire et de l'enseignement supérieur), sociaux et sociétaux (juristes, membres de la société civile...) ayant une préoccupation commune centrée sur les jeunes dans leurs relations avec les toxicomanies. Notre formule fondatrice s'exprime : « S'il est important de se préoccuper de l'état de la planète que nous léguerons à nos enfants, il l'est beaucoup plus encore de se préoccuper de l'état des enfants que nous léguerons à cette planète ». Nous considérons que les toxicomanies s'inscrivent parmi les éléments majeurs qui conditionnent l'état présent et futur de notre nation, dans la compétition où l'inscrit la mondialisation. L'état dégradé de nos performances éducatives porte, entre autres, la marque de ces toxicomanies, elles sont la conséquence de démissions successives, de dénis et d'envois de signaux déplorables qui égarent l'opinion (enseignants, parents, enfants, et même les décideurs).

Le CNPERT estime très important, afin de permettre aux citoyens d'exercer leur choix d'un(e) candidat(e) en étant informés / éclairés sur leurs programmes respectifs, que la préoccupation toxicomaniaque s'intègre dans les éléments de leurs choix. C'est pourquoi nous venons vous interroger sur vos positions au regard des principaux éléments du programme d'action de notre CNPERT (éléments que nous croyons susceptibles de contenir, d'abord, et de

faire régresser, ensuite, le péril toxicomaniaque qui ronge notre pays).

A la fin du mois de septembre 2016 nous rendrons publiques vos réponses, sollicitant pour ce faire les médias et, quel que soit leur concours, notre réseau NET de destinataires afin qu'ils relaient largement, en cascade, les données de notre enquête.

Notre questionnaire comporte quatre colonnes : l'une pour exprimer votre accord (oui), une autre pour exprimer votre désaccord (non), une troisième où vous pouvez indiquer que vous ne vous prononcez pas (N.S.P.) ; et une dernière colonne pour vous permettre, le cas échéant, d'exprimer un très bref commentaire, une explication, une précision, que nous reproduirons.

Cette lettre-questionnaire vous est adressée en recommandé avec AR., afin d'éviter qu'elle ne s'égare. En l'absence de réponse reçue le nous considérerons que vous n'avez pas voulu répondre à notre questionnaire.

Notre CNPERT, apolitique et aconfessionnel, exprimera son jugement, par une note sur 20, affectée aux candidat(e)s interrogé(e)s. Cette note ne tiendra compte que de leurs réponses aux questions qui leur ont été posées.

Nous vous prions d'agréer, Madame la candidate, Monsieur le candidat, l'expression de nos meilleures et très respectueuses salutations.

Pr. Jean Costentin, président du CNPERT
et les membres du bureau

Etes-vous :

Pour verbaliser la consommation du tabac chez les mineurs

Pour renforcer les actions contre l'alcool chez les adolescents

Pour contrôler la consommation de cannabis au collège et au lycée

Opposé(e) à la dépénalisation du cannabis

Opposé(e) à la légalisation du cannabis

Pour revenir sur l'autorisation du « cannabis médicament »

Pour revenir sur l'autorisation des « salles de shoots »

Pour réformer la prescription et la dispensation du Subutex®

Pour ne rembourser que la seule Suboxone® (médicament destiné à éviter le mésusage du Subutex® par injection)

Pour le maintien de l'interdiction de la vente des vapoteurs aux mineurs

Pour considérer que les toxicomanies sont de graves problèmes sociétaux ?

Convaincu(e) de la nécessité de repenser la prévention des toxicomanies ?

Disposé(e) à contrôler l'usage fait de l'argent public par des associations privées «œuvrant» vs. Toxicomanies ?

Décidé(e) à reconsidérer le fonctionnement des structures « œuvrant » vs. les toxicomanies, afin de remédier à leur échec patent ?

Quels journaux français font la publicité de « *La marche mondiale du cannabis* » ?

Un ami très actif pour notre CNPERT (G.M.), s'est livré à la recherche des médias français qui ont annoncé « *La marche mondiale du cannabis* », déroulant en province sa XVIème édition, le 7 mai 2016. Ont contribué à cette opération de rabat journalistique et audiovisuel : « *La Nouvelle République* » ; « *Paris-Normandie* » ; Le « *Journal du dimanche* » ; « *L'Express* » ; « *L'Est Républicain* » ; « *Le Point* » ; « *La Voix du Nord* » ; Les « *Inrocks* » ; « *B.F.M.T.V.* » ; « *France Culture* ».

A notre surprise, ni « *le Monde* », ni « *Libération* », alors qu'ils sont en pointe dans le prosélytisme pro-cannabique, n'en ont fait état. Hasardons une explication. Cette marche n'aura lieu à Paris, que le 14 Mai. Peut-être ces deux journaux se réservent ils pour ce défilé-là, qui ne sera peut-être pas le « *bide* » que connaît régulièrement cette manifestation en province. Il ne faut pas annoncer une date, trop longtemps à l'avance, aux mémoires altérées par le shit / chichon / haschisch.

J.C.

Pourquoi ne fument ils pas de cannabis ?

Une enquête récente s'est fixée de savoir les raisons qui conduisaient une majorité de nos jeunes à s'abstenir de fumer du cannabis. Pour 60% d'entre eux, c'était en raison de sa toxicité ; pour les 40% restant, c'était en raison de son interdiction.

La légalisation du cannabis que certains appellent de leurs vœux aurait deux conséquences prévisibles :

- Ouvrir les portes de l'écluse à ceux qui étaient retenus par l'interdiction ;
- Remettre en question pour les autres la perception de sa nocivité / toxicité.

De là un énorme appel d'air ; ou plutôt à la fumée, dans notre jeunesse déjà championne de sa consommation.

J. Costentin

Blagounettes

On peut trouver au bar un type plein, qui se plaint, que ses verres soient vides...

Tous ses potes étant alcooliques on se demandait s'il ne l'était que par solidarité.

Se faire incinérer, c'est choisir le wagon fumeur – M. Galabru

J'étais près du Loch Ness, j'entrais dans un café et demandais à quel moment on pouvait voir le monstre. Il me fut répondu «après le sixième whisky ».

Mieux vaut paraître en avoir un grain qu'être exprès sot.

Je t'offrirai même un café dans le pire des cas.

Mieux vaut un blanc doux qu'un sot terne.

Circulez, Y a rien à boire !

La bière désaltère brun houblon, qui ne se met pas la pression.

Hommes des tavernes levaient le coude pour ne pas baisser les bras.

Il était tellement avide d'alcool, qu'on le trouvait toujours plein.

Inscrivez-vous au blog du CNPERT « drogaddiction.com », Vous serez informé des tous nouveaux messages que nous y introduisons, pour votre information sur les drogues et les toxicomanies. Il est gratuit et sans spam.