

# SOYEZ AU FAIT

DROGUES : OBTENEZ LES FAITS. CONNAISSEZ LES RISQUES.

Les ressources de Santé Canada sur les opioïdes peuvent être commandées et imprimées gratuitement à [Canada.ca/Opioïdes](http://Canada.ca/Opioïdes). Ils se trouvent sous l'onglet **Ressources** au bas de la page. Vous pouvez aussi [demander une tournée pour votre campus](#) ou partager la [version Web de la tournée Soyez au fait](#), qui comprend cinq activités interactives informatives sur les opioïdes et les risques qui y sont associés.



## Surdose d'opioïdes : Carte portefeuille

Cette carte portefeuille peut être imprimée ou commandée. Elle peut aider à faire mieux connaître les symptômes d'une surdose d'opioïdes, la marche à suivre pour sauver une vie et les protections que procure la *Loi sur les bons samaritains secourant les victimes de surdose*.



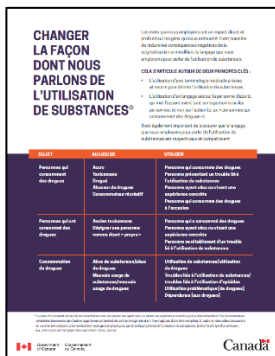
## Surdose d'opioïdes : affiche

Cette affiche peut être imprimée ou commandée et présentée lors d'événements publics ou être placée au sein de la communauté. Elle aide à mieux faire connaître les symptômes d'une surdose d'opioïdes et les étapes à suivre pour sauver une vie.



## Loi sur les bons samaritains secourant les victimes de surdose : affiche

Cette affiche peut être imprimée ou commandée et présentée lors d'événements publics ou être placée au sein de la communauté. Elle indique aux Canadiens ce qu'il faut faire en cas de surdose d'opioïde et où trouver les renseignements sur la *Loi sur les bons samaritains secourant les victimes de surdose*.



## Changer la façon dont nous parlons de l'utilisation de substances

Ce lexique peut être imprimé. Il est possible de réduire les conséquences négatives de la stigmatisation en modifiant le langage que nous employons pour parler de l'utilisation de substances. Voici quelques suggestions pour aider à réduire la stigmatisation dans nos conversations de tous les jours.

# Fiche d'information

Téléchargez et imprimez des informations importantes sur:

- [La crise des opioïdes au Canada](#)
- [Qu'est-ce que les opioïdes?](#)
- [Surdose d'opioïdes : Quoi faire](#)
- [La naloxone : Sauver une vie](#)
- [Consommation problématique d'opioïdes](#)
- [La stigmatisation : Pourquoi les mots comptent](#)
- [Parler des opioïdes avec votre professionnel de la santé](#)

### La crise des opioïdes au Canada

**Apprenez-en plus sur la crise des opioïdes au Canada**

Les opioïdes sont des médicaments puissants utilisés pour soulager la douleur. Cependant, ils ont aussi des effets secondaires graves, dont la dépendance et le surdosage. Depuis 2010, plus de 100 000 personnes sont mortes de surdosage d'opioïdes au Canada.

**Ne laissez pas cette crise vous effrayer :**

- Les opioïdes peuvent être utilisés de manière sûre.
- Il existe des ressources pour vous aider à gérer votre douleur.
- Vous pouvez obtenir de l'aide si vous êtes dépendant d'un opioïde.

**Comment les opioïdes peuvent-ils être utilisés de manière sûre ?**

Les opioïdes peuvent être utilisés de manière sûre si vous suivez les instructions de votre médecin et évitez de prendre plus que prescrit.

**Les opioïdes d'ordonnance peuvent être utilisés de manière sûre :**

- Lorsque vous prenez un opioïde d'ordonnance, suivez les instructions de votre médecin.
- Ne prenez pas plus que prescrit.
- Ne prenez pas d'autres médicaments sans l'avis de votre médecin.
- Évitez l'alcool.
- Ne conduisez pas de véhicule si vous prenez un opioïde.

**Le surdosage d'opioïdes est une urgence médicale. Appelez le 911 si vous ou quelqu'un d'autre a des symptômes de surdosage :**

- Perte de conscience.
- Respiration lente ou irrégulière.
- Pupilles en pointe.
- Peau bleue.

**SOYEZ AU FAIT** Obtenez les faits à [Canada.ca/Opioïdes](#)

### Qu'est-ce que les opioïdes?

**Qu'est-ce que les opioïdes ?**

Les opioïdes sont des médicaments puissants utilisés pour soulager la douleur. Ils sont dérivés de l'opium, une substance naturelle.

**Quelle est la différence entre les opioïdes légaux et les opioïdes illégaux ?**

Les opioïdes légaux sont des médicaments prescrits par un médecin. Les opioïdes illégaux sont des médicaments obtenus sans ordonnance, souvent sous forme de comprimés enrobés.

**Les opioïdes légaux ont des effets secondaires graves :**

- Somnolence
- Constipation
- Prise de poids
- Dépendance

**Qu'est-ce que la dépendance ?**

La dépendance est un état où une personne a besoin de plus de médicaments pour ressentir le même effet. Elle peut être causée par une utilisation prolongée de médicaments.

**Comment les opioïdes peuvent-ils être utilisés de manière sûre ?**

- Suivez les instructions de votre médecin.
- Ne prenez pas plus que prescrit.
- Évitez l'alcool.
- Ne conduisez pas de véhicule si vous prenez un opioïde.

**SOYEZ AU FAIT** Obtenez les faits à [Canada.ca/Opioïdes](#)

### Surdose d'opioïdes : Quoi faire

**Les opioïdes, comme la morphine, l'hydromorphone et l'oxycodone, sont des médicaments puissants utilisés pour soulager la douleur. Cependant, ils ont aussi des effets secondaires graves, dont la dépendance et le surdosage.**

**Pourquoi les opioïdes peuvent-ils être utilisés de manière sûre ?**

- Lorsque vous prenez un opioïde d'ordonnance, suivez les instructions de votre médecin.
- Ne prenez pas plus que prescrit.
- Évitez l'alcool.
- Ne conduisez pas de véhicule si vous prenez un opioïde.

**Les surdoses peuvent survenir si vous prenez :**

- Plus que prescrit.
- D'autres médicaments sans l'avis de votre médecin.
- De l'alcool.

**SOYEZ AU FAIT** Obtenez les faits à [Canada.ca/Opioïdes](#)

### La naloxone : Sauver une vie

**Qu'est-ce que la naloxone ?**

La naloxone est un médicament qui peut être utilisé pour inverser les effets d'un surdosage d'opioïdes.

**Pourquoi la naloxone est-elle si importante ?**

Elle peut sauver des vies en inversant les effets d'un surdosage d'opioïdes.

**La naloxone est-elle disponible partout ?**

Non, elle n'est pas disponible partout. Elle est disponible dans certaines pharmacies et centres de santé communautaire.

**SOYEZ AU FAIT** Obtenez les faits à [Canada.ca/Opioïdes](#)

### Consommation problématique d'opioïdes

**Qu'est-ce que la consommation problématique d'opioïdes ?**

C'est une utilisation de médicaments qui cause des problèmes de santé, de travail ou de relations personnelles.

**Les signes de consommation problématique d'opioïdes :**

- Prendre plus que prescrit.
- Prendre des médicaments sans ordonnance.
- Prendre des médicaments de quelqu'un d'autre.
- Prendre des médicaments dans des endroits publics.

**SOYEZ AU FAIT** Obtenez les faits à [Canada.ca/Opioïdes](#)

### La stigmatisation : Pourquoi les mots comptent

**La stigmatisation, c'est quoi ?**

C'est un traitement négatif envers une personne en raison de ses caractéristiques.

**Comment les personnes qui consomment des opioïdes sont-elles stigmatisées ?**

Elles sont souvent considérées comme des personnes sans scrupules ou des personnes qui ne peuvent pas contrôler leur consommation.

**SOYEZ AU FAIT** Obtenez les faits à [Canada.ca/Opioïdes](#)

### Parler des opioïdes avec votre professionnel de la santé

**Parler des opioïdes avec votre professionnel de la santé est important.**

Il peut vous aider à gérer votre douleur de manière sûre et à éviter les effets secondaires graves.

**SOYEZ AU FAIT** Obtenez les faits à [Canada.ca/Opioïdes](#)