



Usage abusif  
de médicaments

# Consommation mixte de médicaments chez les adolescent·e·s et les jeunes adultes : des pratiques dangereuses

Hannah Wettstein, Alwin Bachmann, Markus Meury

**Depuis 2018, la Suisse déplore plusieurs dizaines de décès d'adolescent·e·s causés par la consommation de mélanges de médicaments et d'autres substances. Les benzodiazépines (par exemple Xanax®), les antitussifs à base de codéine ou de dextrométhorphan (Makatussin®, Bexine®, etc.), ainsi que les analgésiques et médicaments de substitution opioïdes sont les plus fréquemment utilisés. Ces événements ont sonné l'alarme. S'agit-il d'une suite tragique d'accidents ou d'une nouvelle tendance dangereuse en vogue à l'adolescence? Que sait-on des jeunes qui consomment des médicaments? Comment réagir?**

## Faits et chiffres

Jusqu'à présent, les études de référence d'envergure nationale ne permettaient pas de tirer des conclusions fiables sur l'étendue de la consommation de médicaments et de la consommation mixte chez les jeunes, ni sur les tendances ou les nouveaux phénomènes liés à ces pratiques. L'étude HBSC [1] est réalisée tous les quatre ans auprès d'un panel d'élèves de 11 à 15 ans. En 2022, elle a relevé de nouvelles données en la matière chez les élèves. Cette année-là, comme en 2018, environ 4 % des jeunes de quinze ans ont rapporté avoir pris au moins une fois dans leur vie un médicament dans l'intention de ressentir des effets psychoactifs. 4,9 % des jeunes filles ont indiqué avoir déjà consommé au moins une fois des tranquil-

lisants ou des analgésiques à des fins récréatives; 6 % des jeunes garçons ont déjà testé le «lean» ou «purple drank» (Delgrande et al., 2023). [2] Il s'agit de mélanges «fait maison» d'antitussif à base de codéine, de dihydrocodéine ou de dextrométhorphan, avec ajout de limonade, de bonbons et, souvent, d'alcool. A l'adolescence, les médicaments psychoactifs semblent, après l'alcool, le tabac et le cannabis, plus faciles à consommer que d'autres substances psychoactives. D'après l'étude HBSC, la majorité des jeunes de quinze ans se contente en général d'un usage expérimental.

Des études menées à l'échelle locale fournissent plus de précisions. La *Zürcher Jugendbefragung 2021*, une enquête réalisée auprès de jeunes Zurichoises et Zurichois, s'est penchée pour la première fois sur la

consommation de médicaments soumis à ordonnance mais non prescrits et sur la consommation mixte chez les élèves de 9<sup>e</sup> et 11<sup>e</sup> années. [3] La proportion d'élèves de 9<sup>e</sup> année (15–16 ans) ayant consommé des analgésiques opioïdes durant l'année écoulée est étonnamment élevée avec 10,3 %, ce qui est plus haut que chez les élèves de 11<sup>e</sup> année (Ribeaud & Loher, 2022). L'étude z-proso [4], représentative de l'agglomération zurichoise, montre que la prévalence de la consommation de médicaments (non prescrits) et d'autres substances psychoactives est nettement plus élevée chez les jeunes que dans des catégories d'âge comparables interrogées pour des études représentatives à l'échelle nationale: 56 % des jeunes de vingt ans ont indiqué avoir consommé du cannabis au cours des douze derniers mois et 10,8 %, de la cocaïne. La proportion était de 12,7 % pour la codéine, de 5 % pour les benzodiazépines et de 4,6 % pour les analgésiques opioïdes (Quednow et al., 2022).

Les données non représentatives issues des questionnaires remplis par les consommatrices et consommateurs recourant aux offres de *drug checking* fournissent elles aussi des résultats intéressants. La dernière évaluation montre en particulier que l'ampleur de la consommation moyenne de médicaments psychoactifs chez les jeunes interrogés est nettement supérieure à celle de l'échantillon total (Infodrog, 2022). [5]

D'autres sources de données indiquent aussi une augmentation de la consommation de médicaments et de la consommation mixte chez les jeunes. Tox Info Suisse (2021) [6] fait état d'une augmentation des demandes concernant la consommation abusive de benzodiazépines chez les adolescent·e·s et les jeunes adultes au cours des cinq dernières années. Selon une étude récente (Hooijman et al., 2022), les demandes concernant des intoxications liées aux opioïdes ont également augmenté entre 2000 et 2019. [7]

### Que sait-on des jeunes qui consomment des médicaments ou des mélanges de médicaments ?

Il convient d'inscrire les comportements de consommation et à risque des jeunes dans le contexte de la phase de dévelop-

pement qu'est l'adolescence. Explorer ou dépasser les limites et faire de nouvelles expériences sont des actes propres à cette phase. Pourtant, les raisons qui sous-tendent la consommation de substances psychoactives peuvent être très diverses : curiosité, amusement ou fête, expérience plus intense, pression de groupe et motivations sociales, volonté de tester les limites, automédication, régulation des émotions et du stress. Si la plupart des jeunes adultes ne consomment pas de substances psychoactives, excepté l'alcool et le café, les données montrent tout de même qu'un groupe important de jeunes est à la recherche d'expériences de consommation avec d'autres substances psychoactives et des médicaments.

Le motif d'autorégulation/automédication mérite une attention particulière. Selon différentes études récentes, la pandémie a aussi dégradé la santé psychique des adolescent·e·s et la jeune génération souffre de stress et de pression psychologique. [8] En parallèle, les demandes de traitement en psychiatrie ont augmenté, ce qui a entraîné une lourde charge, voire une surcharge des services de pédopsychiatrie. De toute évidence, certains jeunes ont recours à des substances psychoactives par stratégie de *coping* (ndlr : stratégies et comportements pour faire face à un problème/une situation difficile), notamment au cannabis pour ses effets calmants et, phénomène probablement plutôt nouveau chez les jeunes, aux benzodiazépines et à d'autres médicaments sédatifs. Les jeunes concernés risquent davantage de développer un comportement addictif.

D'après une analyse récente de la situation (Infodrog, 2022) [9], la consommation de médicaments non prescrits et la consommation mixte ne représentent pas des phénomènes isolés, ne se limitent pas à certaines scènes marginales et se retrouvent dans toutes les couches de la société. Selon les expert·e·s interrogé·e·s, la consommation de médicaments à des fins récréatives (par exemple d'antitussifs contenant de la codéine ou du dextrométhorphan) ne constitue pas un phénomène nouveau en général. En revanche, plusieurs éléments sont frappants : les consommatrices et consommateurs sont de plus en plus jeunes, la consommation dans le cadre privé ou en

solo devient plus fréquente et l'attrait ainsi que la disponibilité en particulier des benzodiazépines et des analgésiques opioïdes augmentent. Le mélange intentionnel de médicaments et d'alcool pour en renforcer les effets ou la consommation rapprochée et excessive de différentes substances sont aussi perçus comme des phénomènes plutôt nouveaux.

Il est également intéressant de noter que les jeunes consommatrices et consommateurs considèrent les médicaments (quel que soit le fournisseur) plus sûrs et plus purs que les substances illégales, et qu'ils ou elles ont le (faux) sentiment de ne pas courir de risques. De plus, sur le marché noir, les médicaments sont manifestement bon marché et faciles d'accès, ce qui accentue le risque qu'il s'agisse en réalité de produits contrefaits à base d'autres substances. Il est donc recommandé aux consommatrices et consommateurs de recourir aux offres de *drug checking*. [10]

Il existe plusieurs moyens de se procurer des médicaments soumis à ordonnance. [11] D'un côté, les petits fournisseurs du cercle d'ami·e·s et les dealers de rue proposent toujours plus souvent des

### Usage abusif: les médicaments les plus concernés

Les **antitussifs avec codéine** (par exemple Makatussin®), utilisés dans des mélanges appelés «lean» ou «purple drank», peuvent être aussi bien anesthésiants qu'euphorisants. Les **analgésiques opioïdes** (par exemple Tramadol®) servent à calmer la douleur, mais ont aussi un effet apaisant, sédatif ou psychotrope. L'effet peut varier selon l'opioïde. Les **benzodiazépines** (par exemple Xanax®) calment et désinhibent. Ces trois types de médicaments appartiennent au groupe des déprimeurs. [12] La **combinaison avec l'alcool** est très risquée et peut entraîner une perte de connaissance, des vomissements ainsi que des troubles de la motricité et de la mémoire. [13] La **combinaison avec l'alcool et d'autres déprimeurs** risque en outre de provoquer paralysie et insuffisance respiratoire.



# MON DRINK D'IMMUNITÉ

## VITAMINES C & D, SÉLÉNIUM & ZINC

POUR SOUTENIR LE  
SYSTÈME IMMUNITAIRE.



**IMMUN Biomed® est une quadruple  
association judicieuse pour votre  
système immunitaire**

**Vit  
C**

**Vitamine C 500 mg**

**Un booster pour le système immunitaire**  
Contribue à maintenir le fonctionne-  
ment normal du système immunitaire  
et du système nerveux.

**Vit  
D<sub>3</sub>**

**Vitamine D 20 µg (= 800 I.E.)**

**Vitamine du soleil**

La vitamine D contribue à un grand  
nombre de fonctions importantes  
du corps, comme par exemple à l'ab-  
sorption et l'utilisation normales du  
calcium et contribue par ailleurs de  
manière significative au fonctionne-  
ment normal du système immunitaire.

**Zn**

**Zinc 5.0 mg**

**Une substance vitale importante**

Le zinc contribue au fonctionnement  
normal du système immunitaire. Le  
zinc a aussi d'autres fonctions, comme  
celle de protéger les cellules du stress  
oxydatif ou contribuer à maintenir les  
os, la peau, les cheveux et les ongles en  
bonne santé.

**Se**

**Sélénium 70 µg**

**L'oligo-élément méconnu**

Le sélénium apporte une contribution  
essentielle au maintien de différents  
processus corporels. Le sélénium  
joue un rôle dans la production de  
substances défensives spécifiques et  
contribue à protéger les cellules du  
stress oxydatif.

[www.immun-biomed.ch](http://www.immun-biomed.ch)

Vitamine D<sub>3</sub>, vitamine C, zinc et sélénium  
contribuent au fonctionnement normal du système  
immunitaire. Les compléments alimentaires ne  
remplacent pas une alimentation variée et  
équilibrée et un mode de vie sain.

Biomed AG, CH-8600 Dübendorf  
© Biomed AG, 08/2023.  
All rights reserved.

**BioMed®**

médicaments psychoactifs. De l'autre, on peut observer que la transaction a de plus en plus lieu en ligne, par exemple par le biais de canaux de vente illégaux sur des services de messagerie ou les réseaux sociaux, ou de prétendues « pharmacies en ligne » sur internet et sur le darknet. Les jeunes ayant un usage expérimental, en particulier, semblent également se fournir dans l'armoire à pharmacie des parents ou des grands-parents ou auprès de personnes proches auxquelles des médicaments sont prescrits régulièrement. Il arrive aussi que des médicaments soient volés dans des établissements médicaux ou des dépôts, importés (par exemple Ksalol®) ou vendus illégalement par des pharmacies ou des médecins. De fausses ordonnances servent aussi à se procurer des médicaments psychoactifs. En outre, il peut arriver que des médicaments comme le Makatussin® circulent après avoir été vendus en pharmacie en raison du manque de sensibilisation du personnel.

### Approches préventives et possibilités d'action en pharmacie

En mettant des informations à disposition, en sensibilisant aux risques et en renvoyant aux interlocuteurs et interlocutrices approprié-e-s, les pharmacies peuvent jouer un rôle important dans la prévention de la consommation abusive et du mésusage de médicaments, ainsi que dans le repérage et l'intervention précoces auprès des jeunes concernés.

Les analgésiques opioïdes et les benzodiazépines ne peuvent être délivrés que sur ordonnance. La remise de sirops contre la toux à base de codéine ou de dextrométhorphanne doit impérativement être effectuée par un-e pharmacien-ne et être documentée. Un entretien de conseil prodigué par la pharmacie est recommandé. Par principe, il est préférable de ne pas remettre d'antitussifs soumis à documentation à des mineurs. Les personnes tenues au devoir de diligence médicale ne doivent en aucun cas soutenir une dépendance et, en cas de suspicion d'abus, doivent refuser la remise, le cas échéant en informant les autorités compétentes.

### Médicaments sans ordonnance : viser une communication ouverte

Instaurez un climat de confiance afin que la clientèle se sente libre de formuler ses doutes et ses questions. Clarifiez minutieusement à qui le médicament est destiné et dans quel but. En cas de soupçon, mieux vaut prendre le temps de déterminer avec soin la situation. Evitez les insinuations et fournissez des informations factuelles et précises. Renseignez-vous sur les aspects suivants :

- Les raisons (symptômes) pour lesquelles le médicament est nécessaire ; cette question peut aider à amorcer le dialogue ;
- A qui est destiné le médicament ;
- Lorsque le médicament est destiné à une autre personne, s'il est possible de l'appeler ;
- Le respect des quatre règles suivantes : indication claire, posologie minimale, utilisation brève, pas d'arrêt brusque [14] ;
- Enregistrement des données personnelles.

### Informez sur les risques

Informez les jeunes adultes qui consomment des médicaments psychoactifs des risques qui y sont associés. Soulignez les effets potentiellement dangereux des mélanges avec d'autres substances

(voir encadré). Donnez des informations factuelles et objectives. Évitez les insinuations et proposez des renseignements complémentaires (par exemple brochure, adresse du service régional spécialisé dans les questions d'addiction).

#### *Proposer des alternatives*

La pharmacie est libre de juger si elle doit fournir ou non ces médicaments. En cas de suspicion de mésusage, elle peut également proposer une alternative.

#### *Demander aux adultes s'ils ont des adolescent·e·s à la maison*

Expliquez aux adultes (parents, grands-parents) qu'ils doivent stocker leurs médicaments (par exemple Makatussin®, Xanax®) hors de portée des enfants et des adolescent·e·s. Les jeunes qui recherchent les effets de médicaments ou de combinaisons de médicaments commencent sou-

vent par regarder dans l'armoire à pharmacie familiale. Si les parents venaient à remarquer ce type de comportement chez leur enfant, l'essentiel est qu'ils en discutent avec lui.

#### *Médicaments soumis à ordonnance*

Si une ordonnance existe, mais que vous soupçonnez un abus, examinez-la tout en veillant à respecter les réglementations cantonales. Contactez le médecin qui a établi la prescription et documentez cette prise de contact ainsi que le résultat. En cas d'abus avéré, ne remettez pas le médicament, que vous disposiez ou non d'une ordonnance. Si vous soupçonnez un grave abus, informez-en anonymement le ou la pharmacien·ne cantonal·e. Cela permet de détecter les fausses ordonnances en circulation, et ces informations sont aussi utiles pour les médecins. Si l'ordonnance ne précise

pas la posologie, il est possible de le signaler au corps médical et, pour les prescriptions valables depuis longtemps, de procéder à une diminution appropriée. En cas de soupçon d'abus ou de mésusage, la pharmacie est libre de refuser les demandes particulières (retrait anticipé, la grand-mère ne peut pas venir elle-même, etc.), voire la remise pure et simple du médicament.

#### *Sensibiliser l'équipe*

Assurez-vous que votre équipe a connaissance du sujet et réfléchissez à votre manière de l'aborder. Avez-vous besoin de plus d'informations? Un fil conducteur pour les entretiens ou une formation seraient-ils utiles? Collaborer-vous déjà avec des spécialistes ou des services locaux, par ex. dans le domaine de la prévention, du conseil ou du *drug checking*? La mise en réseau et la

Annonce

# LACTIBIANE

**PENSEZ À VOTRE  
ÉCOSYSTÈME  
INTESTINAL**

LA MICRONUTRITION  
DEMANDEZ CONSEIL À VOTRE PHARMACIEN/DROGUISTE

### Le témoignage d'une pharmacie

Une pharmacie de Berne nous a décrit les expériences qu'elle a vécues et donné un aperçu de son quotidien – elle pour qui l'utilisation abusive de médicaments n'est pas un phénomène inconnu. « C'est presque avec fierté que nous accueillons aussi à la pharmacie des personnes connaissant ou ayant connu une addiction. Naturellement, les situations que nous rencontrons sont loin d'être toujours faciles, mais elles sont enrichissantes. »

### Quels sont les médicaments principalement concernés, et comment procédez-vous ?

« Outre les opiacés, les benzodiazépines représentent le plus grand défi dans notre pharmacie. Bien souvent, ce n'est qu'en consultant après coup le système pour connaître les achats effectués que l'on constate un abus. Lorsque nous avons un soupçon au sujet d'un médicament non soumis à ordonnance, nous refusons de le remettre et proposons une alternative appropriée. Chaque personne réagit différemment mais, en général, tout se passe bien. Nous continuerons à fonctionner de cette manière. »

### Que faites-vous en cas de soupçon d'abus ?

« Cela dépend des cas. Parfois, nous contactons les médecins. Dans d'autres cas, nous prions notre clientèle de demander à ces derniers une précision concernant la posologie lors d'une prochaine consultation. Nous en discutons aussi directement avec la clientèle, qui invoque souvent des prétextes, ce qui peut rajouter une difficulté. Mais c'est quand même une bonne chose, car notre clientèle sait ainsi que nous y faisons attention. »

Concernant les médicaments délivrés sur ordonnance, j'ai parfois l'impression que le document est rédigé rapidement et dans l'urgence. Cela crée des situations que je trouve difficiles et avec lesquelles j'ai du mal. »

### Quelle aide attendez-vous de la part du corps médical ?

« Des prescriptions plus précises, qui indiqueraient par exemple la posologie exacte et la durée du traitement, seraient bienvenues. Cela permettrait également de garantir que la médication a été discutée avec le ou la patient.e. »

collaboration sont essentielles pour la transmission des informations, la sensibilisation aux risques et le renvoi aux interlocutrices et interlocuteurs appropriés. ■

### Renseignements complémentaires et matériel d'information

Vous trouverez plus d'informations sur le sujet sur <https://addictionsuisse.ch/conso-mixte/> ou en scannant le QR code ci-contre :



### Adresses de correspondance

Alwin Bachmann  
Directeur adjoint, Infodrog  
Téléphone : 031 370 08 81  
Courriel : [a.bachmann@infodrog.ch](mailto:a.bachmann@infodrog.ch)  
[www.infodrog.ch](http://www.infodrog.ch)

Hannah Wettstein  
Collaboratrice scientifique,  
Addiction Suisse  
Téléphone : 021 321 29 11  
Courriel : [prevention@addictionsuisse.ch](mailto:prevention@addictionsuisse.ch)  
[www.addictionsuisse.ch](http://www.addictionsuisse.ch)

### Notes de bas de page

- [1] En Suisse, le projet d'étude Health Behaviour in Schoolaged Children (HBSC) est conduit par Addiction Suisse. Les résultats de l'étude sont disponibles en ligne, sous [www.addictionsuisse.ch](http://www.addictionsuisse.ch) → Recherche → Observer-et-comprendre → Santé des jeunes → Etude Health Behaviour in School-aged Children
- [2] Les chiffres élevés du «lean» comparés à la prévalence précédente laissent supposer que les personnes interrogées n'avaient pas pensé à ce genre de produits lors de la dernière enquête.
- [3] La fiche d'information et le rapport de l'étude sont disponibles sous <https://jacobscenter.uzh.ch> → Forschung → z-proso Gruppe → Die Zürcher Jugendbefragungen (ZYS) > ZYS 2021
- [4] Les résultats de l'étude sont disponibles en ligne, sous <https://karger.com/ear/article/28/3/186/823372/High-Prevalence-and-Early-Onsets-Legal-and-Illegal>; [www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8828938](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8828938); entretien avec Boris Quednow, le responsable de l'étude: [www.jacobscenter.uzh.ch/de/research/zproso/aboutus/medien/20211226-Interview-Boris-Quednow-NZZ.html](http://www.jacobscenter.uzh.ch/de/research/zproso/aboutus/medien/20211226-Interview-Boris-Quednow-NZZ.html) (en allemand).
- [5] Disponible en ligne, sous [www.infodrog.ch/files/content/nightlife/fr/2022\\_Cannabis\\_cocaine\\_ecstasy\\_Cie\\_2021\\_v02.pdf](http://www.infodrog.ch/files/content/nightlife/fr/2022_Cannabis_cocaine_ecstasy_Cie_2021_v02.pdf)

- [6] Disponible en ligne sous [www.toxinfo.ch/customer/files/878/9211581\\_Tox\\_JB-2020\\_FR\\_Web.pdf](http://www.toxinfo.ch/customer/files/878/9211581_Tox_JB-2020_FR_Web.pdf)
- [7] Disponible en ligne sous [www.thelancet.com/journals/lanepi/article/PIIS2666-7762\(22\)00131-4/fulltext](http://www.thelancet.com/journals/lanepi/article/PIIS2666-7762(22)00131-4/fulltext)
- [8] Voir par exemple [https://fachverbandsucht.ch/download/1397/20230328\\_Studie\\_Mental\\_Health\\_haf12.pdf](https://fachverbandsucht.ch/download/1397/20230328_Studie_Mental_Health_haf12.pdf) (en allemand).
- [9] Voir [www.infodrog.ch/fr/activites/consommation-mixte.html](http://www.infodrog.ch/fr/activites/consommation-mixte.html)
- [10] [www.safezone.ch/fr/alertes-actuelles](http://www.safezone.ch/fr/alertes-actuelles)
- [11] [www.infodrog.ch/files/content/ff-fr/Consommation\\_de\\_medicaments\\_et\\_mixte\\_chez\\_les\\_jeunes.pdf](http://www.infodrog.ch/files/content/ff-fr/Consommation_de_medicaments_et_mixte_chez_les_jeunes.pdf)
- [12] <https://fr.know-drugs.ch/substances>
- [13] <https://combi-checker.ch/>
- [14] [www.bag.admin.ch/bag/fr/home/gesund-leben/sucht-und-gesundheit/medikamentenmissbrauch.html](http://www.bag.admin.ch/bag/fr/home/gesund-leben/sucht-und-gesundheit/medikamentenmissbrauch.html)

### Bibliographie

- Delgrande Jordan, M./Balsiger, N./Schmidhauser, V. (2023): La consommation de substances psychoactives des 11 à 15 ans en Suisse – Situation en 2022 et évolution dans le temps – Résultats de l'étude Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) (rapport de recherche no 149). Lausanne: Addiction Suisse.
- Hooijman, M. F./Martinez-De la Torre, A./Weiler, S./Burden, A. M. (2022): Opioid sales and opioid-related poisonings in Switzerland: A descriptive population-based time-series analysis. *The Lancet Regional Health – Europe* 2022 ;20 : 100437.
- Infodrog (éd.) (2022): Consommation de médicaments et consommation mixte chez les jeunes – Analyse de la situation et des besoins. Berne: Infodrog.
- Infodrog (éd.) (2022): Cannabis, cocaïne, ecstasy & Cie. Rapport 2022. Berne: Infodrog.
- Quednow, B.B./Steinhoff, A./Bechtiger, L./Ribeaud, D./Eisner M.P./Shanahan, L. (2022): High Prevalence and Early Onsets: Legal and Illegal Substance Use in an Urban Cohort of Young Adults in Switzerland. *Eur. Addict. Res.* 28(3): 186–198.
- Ribeaud, D./Loher, M. (2022): Entwicklung von Gewalterfahrungen Jugendlicher im Kanton Zürich 1999–2021. Rapport de recherche. Zurich: Jacobs Center for Productive Youth Development, Université de Zurich.
- Tox Info Suisse (éd.) (2021): Rapport annuel 2020. Zurich: Tox Info Suisse.