© Drogues Info Service - 4 décembre 2025

Reconnaître une overdose et sauver des vies

De nombreuses drogues peuvent provoquer une surdose...

A l'occasion de la journée internationale de sensibilisation aux overdoses (31 août), nous redonnons quelques informations essentielles pour reconnaître une situation de surdosage et savoir réagir.

Qu'est-ce qu'une surdose ?

Il y a surdose (overdose) d'une drogue lorsque le corps ne peut pas supporter la quantité de drogue absorbée. La surdose peut avoir des conséquences graves pour la santé et notamment dans le pire des cas entraîner la mort. **Cependant on peut réagir à une surdose.**

Les substances sources de surdose sont notamment :

- les drogues ou médicaments opioïdes : héroïne, méthadone, morphine, fentanyl, oxycodone, codéine, tramadol, poudre d'opium, buprénorphine…
- les drogues stimulantes : cocaïne, amphétamines, méthamphétamine, ecstasy/MDMA…
- l'alcool
- les drogues de synthèse : cannabinoïdes de synthèse, cathinones (3-MMC, 4-MEC…)
- le GHB, la kétamine
- les médicaments de la famille des benzodiazépines

L'association de certaines de ces drogues augmente les risques de surdose.

Qui est concerné ?

Personne n'est à l'abri d'une surdose mais, contrairement à une idée reçue ce ne sont pas les usagers actifs qui sont les plus exposés. Voici une liste de situations où le risque de surdose est particulièrement élevé:

- consommer une drogue pour la première fois
- reprendre une consommation après avoir fait un sevrage

- consommer une drogue par injection : l'injection est le mode de consommation le plus à risque pour faire une surdose
- consommer plusieurs substances (y compris alcool et certains médicaments)

Reconnaître une surdose

D'une manière générale :

- **une baisse importante de la vigilance et/ou la perte de conscience** est un signe d'alerte de surdose pour les opioïdes, l'alcool, les benzodiazépines, le GHB/GBL ou la kétamine
- **les signes cardiaques** (douleur à la poitrine, tachycardie, …) **ou convulsifs** (crispation, douleurs abdominales, nausées, vomissements...) sont des signes d'alerte pour les drogues stimulantes (cocaïne, amphétamines, méthamphétamine, ecstasy, cathinones…) ou les cannabinoïdes de synthèse

Ce sont des signes généraux, chaque substance peut avoir des signes d'alerte spécifiques. Nous vous invitons à consulter les fiches du Dico des Drogues qui comprennent toutes une rubrique « risques et complications » qui apporte plus de détails.

Face à une surdose comment réagir ?

Face à des signes inquiétants de perte de vigilance, de perte de conscience, de convulsion ou de poids sur la poitrine il faut, **dans cet ordre** :

1. **Réagir vite**, ne pas attendre de voir comment la situation va évoluer
2. **Appeler immédiatement et sans hésiter les secours : 15 ou 112** en indiquant bien les produits qui ont pu être consommés. Les secours sont tenus au secret médical, il n'y a pas de conséquences juridiques au fait d'appeler les secours pour sauver une personne.
3. Pour les intoxications par opioïde : appliquer sans attendre un antidote à base de **naloxone** (voir ci-dessous)
4. Si la personne a perdu conscience et ne respire plus : appliquer les gestes de premier secours (faire un massage cardiaque ou utiliser un défibrillateur, dégager les voies respiratoires et pratiquer la respiration assistée)
5. Si la personne a perdu conscience et respire : dégager ses voies respiratoires et la mettre en position latérale de sécurité
6. Lorsque les secours arrivent : passer le relais en indiquant les produits consommés ou administrés (naloxone) et à quelle heure

Où s'informer, se former, s'équiper ?

S'informer, se former et s'équiper pour porter secours est une précaution qui concerne tout le monde et pas uniquement les usagers de drogues.

La formation Prévention et Secours Civique de niveau 1 (PSC1) permet de se former aux gestes de premier secours et ainsi d'être capable de réagir dans un grand nombre de situations. C'est une formation payante (environ 60-70 euros) d'une journée proposée par de nombreux organismes dont la Croix-Rouge, la Protection Civile, les Pompiers.

La formation en ligne pour réagir à une surdose opioïde est proposée sur la plateforme inter-associative naloxone.fr. C'est une formation entièrement gratuite d'une heure à l'issue de laquelle il est possible d'obtenir une certification. Cette formation explique notamment comment reconnaître une overdose d'opioïde, comment réagir, comment administrer un kit anti-overdose à base de naloxone et quels gestes de premier secours appliquer.

Il est possible de s’équiper préventivement de kits à base de naloxone. La naloxone est un antidote d’action rapide à utiliser en cas de surdose provoquée par un opioïde. Le Prenoxad est un kit d’injection de naloxone actuellement disponible en pharmacie, dans les CSAPA (Centres de soins, d’accompagnement et de prévention en addictologie) et les CAARUD (Centres d’accueil et d’accompagnement à la réduction des risques). Il peut être obtenu gratuitement auprès d’un CSAPA ou d’un CAARUD ou sur prescription médicale. Il coûte 23 euros en pharmacie. D’ici la fin de 2021, Nyxoid, un spray nasal à base de naloxone, sera également disponible pour lutter contre les surdoses d’opioïdes.

La Fédération Addiction met également à disposition et en téléchargement le flyer les surdoses d’opioïdes, comment réagir ?