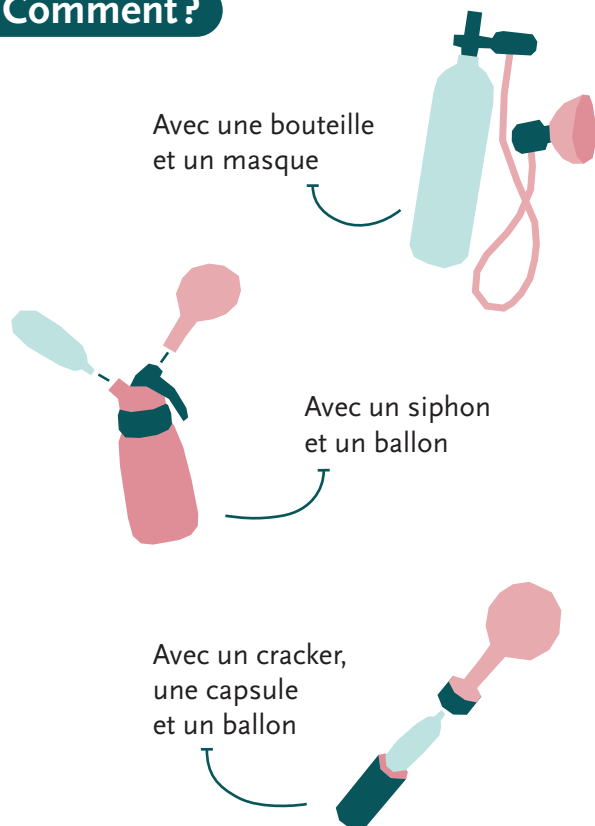


## Qu'est-ce que c'est ?

Il s'agit d'un gaz ( $N_2O$  aussi appelé gaz hilarant) utilisé dans la pâtisserie et par les médecins, majoritairement les dentistes, comme gaz anesthésiant, dans le cadre d'un **protocole médical strict**. Même si les médecins l'utilisent il comporte des risques et des effets secondaires dangereux. Consommé pour le loisir, ses effets durent 2 à 3 minutes.

En vente libre **MAIS PAS SANS DANGER!**  
Le caractère légal n'évite pas le danger : souviens-toi des risques du tabac et de l'alcool !

## Comment ?



## Réduire les risques

- **Consommer assis** pour ne pas tomber
- Faire attention aux briquets et aux cigarettes (le proto est **inflammable**)
- Faire attention aux **brûlures** utiliser un cracker type «VIP» ( avec un revêtement en caoutchouc notamment) ou se protéger les mains
- Laisser le temps au gaz de se réchauffer en consommant dans le ballon, et **surtout pas directement sur le siphon**
- Consommer avec des **personnes de confiance** pour éviter les accidents
- **Respirer le gaz par intermittence** en respirant de l'air normal pour reprendre de l'oxygène
- Se mettre dans un **lieu aéré**
- **Ne pas consommer tous les jours** pour ne pas s'habituer et garder les effets
- **Ne pas multiplier les ballons** malgré les effets courts et rapides

### ATTENTION :

Si tu as par exemple de **l'asthme, de l'hypertension**, etc, sois très prudent avec ce produit

Ne conduis **ni voiture, ni deux-roues** (moto, scooter, etc.) après avoir pris du proto.

## Faire attention aux mélanges

**Évite les mélanges** (alcool, cannabis, produits hallucinogènes etc).

L'utilisation avec **la chicha** dans un espace fermé renforce **les risques d'asphyxie et de perte de connaissance**.

# Le protoxyde d'azote

*Le proto ou les ballons*

Conception graphique et illustrations : Marjorie Garry

Flyer élaboré par l'Association Charonne-Oppelia en y associant les jeunes accompagnés par les équipes de prévention spécialisée d'ArcEA (Seine13) et de la Fondation Jeunesse Feu-Vert 75 (Rébeval).

## Des effets hilarants:



Rire, ivresse,  
sentiment de joie



Déformation  
de la vue



Gain  
d'énergie



Déformation  
des sons

## Des effets pas si marrants:

**Manque d'oxygène** (indispensable au fonctionnement du cerveau et des organes), qui peut **entraîner une asphyxie** (perte de connaissance « on tombe dans les pommes »)

**Risque de brûlures** si on est en contact direct avec la capsule

Perte du réflexe de la toux avec un **risque de « fausse route »**

**Risque de chutes**



## Autres effets possibles:

Nausées / vomissements,  
diarrhées

Vertiges

Maux de tête

Pensées brouillées,  
perte de mémoire

Perte de repères,  
du temps / de l'espace

### MAIS AUSSI des problèmes neurologiques avec:

Diminution des sens  
(vue, audition, toucher)

Difficulté  
à coordonner  
les mouvements,  
à parler

Fourmillements / engourdissements  
des doigts / des orteils

Fatigue importante  
qui dure dans le temps

## Effets sur le long terme:

Hallucinations  
visuelles

Troubles  
de l'érection

Humeur changeante  
(parano)

Palpitations et cœur  
qui bat trop vite

Troubles  
de mémoire

Besoin de prendre  
des doses plus fortes  
pour garder les mêmes  
effets

Lors de l'arrêt après  
des prises importantes  
et prolongées : anxiété,  
agitation, maux de ventre,  
etc...

### Possibles problèmes neurologiques qui sont parfois définitifs:

engourdissements des doigts et des orteils, difficulté à marcher, sensations de décharges électriques dans la nuque, paralysie des jambes, etc.