



FICHE AMBASSADEUR – AYAHUASCA

1. Ce qu'on ne dit pas toujours... mais qu'il faut savoir

Ce qu'on entend parfois :

- « C'est une médecine ancestrale. »
- « Ça m'a reconnecté à moi-même. »
- « C'est un rite sacré, pas une drogue. »

Ce que ça cache parfois :

L'ayahuasca peut provoquer des états psychiques extrêmes, des bouleversements émotionnels violents, voire des décompensations psychiatriques.

Son usage hors d'un cadre traditionnel solide ou sans accompagnement adapté peut laisser des traces durables.

2. Ce que c'est :

L'ayahuasca est une boisson rituelle amazonienne à base de lianes et de plantes.

Le mélange contient notamment du DMT (puissant hallucinogène), rendu actif par une autre plante qui bloque sa dégradation dans le corps (IMAO).

Effets recherchés :

- Vision mystique, introspection profonde
- Sensation d'unité ou de "vérité révélée"
- "Purge" émotionnelle ou physique (vomissements, pleurs)
- Expérience de transformation personnelle

3. Ce que l'on constate chez certains jeunes

Ce qu'ils recherchent :

- Une expérience intense, "hors du monde"
- Une réponse à une souffrance profonde (angoisse, perte, addiction)
- Un éveil spirituel ou une sortie de crise existentielle
- Une forme de rite initiatique

Ce qu'ils vivent parfois :

- Panique ou perte de repères
- Hallucinations angoissantes ("bad trip mystique")
- Crise de dissociation ou confusion mentale prolongée
- Réactivation de traumatismes
- Isolement après l'expérience, sentiment d'échec ou de rejet

4. Ce que dit la médecine

Mécanisme d'action :

- Le DMT (diméthyltryptamine) est un puissant hallucinogène.
- Il agit principalement sur les récepteurs sérotoninergiques (5-HT_{2A}), provoquant des visions et des modifications de la perception du temps et du soi.
- L'effet est renforcé par l'inhibition des monoamine oxydases (IMAO), ce qui prolonge l'action du DMT dans le corps.

Risques à court terme :

- Vomissements, diarrhées, malaises
- Crises d'angoisse aiguës
- Hallucinations effrayantes
- Trouble du rythme cardiaque
- Interaction dangereuse avec certains médicaments (notamment antidépresseurs)

Risques à long terme :

- Troubles psychiatriques déclenchés ou aggravés (psychose, dépression)
- Flashbacks, dissociation persistante
- Sentiment de déréalisation durable
- Difficulté à "redescendre" émotionnellement
- Confusion entre spiritualité et pathologie

5. Signes à repérer

(Dans une posture d'écoute, pas d'alerte excessive)

- Intérêt soudain pour les rituels chamaniques, les retraites isolées
- Perte de contact avec la réalité ou langage confus
- Repli sur soi après une "expérience" censée être positive
- Rejets de soins classiques, méfiance envers le monde "occidental"
- Recherche compulsive de nouveaux "voyages"

6. Comment en parler ?

Ne pas nier l'importance de l'expérience pour la personne.

Offrir un espace de parole **après-coup**, sans jugement.

- « Qu'est-ce que tu pensais trouver là-bas ? »
- « Est-ce que tu t'es senti compris ou seul, au final ? »
- « Si quelque chose t'a bouleversé, tu peux en parler ici aussi. »

Ressources utiles

- Drogues Info Service : 0800 23 13 13 (gratuit, anonyme)
- En ligne : www.drogues-info-service.fr
- Consultation Jeunes Consommateurs (CJC) dans de nombreuses villes
- Structures locales d'addictologie

QR Code :

