



FICHE AMBASSADEUR – IBOGAÏNE

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

Ce qu'on entend parfois :

- « C'est une plante sacrée, ça soigne les addictions. »
- « C'est naturel, donc pas dangereux. »
- « Tu fais un vrai voyage intérieur, ça transforme. »

Ce que ça cache parfois :

L'ibogaïne peut provoquer de longues dissociations, des troubles cardiaques graves, et parfois la mort.

Même si certains témoignent d'un "choc salvateur", l'usage sans encadrement médical ou rituel structuré est risqué, surtout chez les jeunes en détresse.

2. Ce que c'est :

L'ibogaïne est un alcaloïde extrait de l'iboga, un arbuste utilisé dans des rites traditionnels du Gabon.

À dose modérée, effets psychostimulants.

À dose forte, elle provoque un état hallucinatoire intense et prolongé (6 à 24 h).

Elle est parfois présentée comme un remède contre les dépendances (notamment à l'héroïne), mais aucun usage médical n'est autorisé en France.

Effets recherchés :

- Voyage introspectif intense
- Perte de repères temporels
- Supposé effet "réinitialisant" sur les comportements addictifs
- "Purge psychique" ou catharsis

3. Ce que l'on constate chez certains jeunes

Ce qu'ils recherchent :

- Rupture avec une spirale d'addiction ou d'angoisse
- Expérience de "guérison rapide"
- Sens mystique, rites "alternatifs"
- Recommencer à zéro, après une période difficile

Ce qu'ils vivent parfois :

- Crises d'angoisse au lieu de libération
- Trouble du rythme cardiaque, nausées violentes
- Vision cauchemardesque ou perte de soi
- Difficulté à revenir à un état stable
- Sensation d'échec si "ça ne marche pas"

4. Ce que dit la médecine

Mécanisme d'action :

L'ibogaïne agit sur plusieurs systèmes neuronaux :

- Blocage des canaux calciques (impact cardiaque)
- Action sur les récepteurs NMDA (dissociation, hallucinations)
- Modulation des systèmes dopaminergique et sérotoninergique

Elle perturbe profondément le rythme cardiaque et peut être mortelle à certaines doses, même prises une seule fois.

Risques à court terme :

- Troubles du rythme cardiaque (tachycardie, arythmies)
- Vomissements, diarrhées, troubles moteurs
- Déréalisation prolongée
- Risque de mort subite, en particulier si maladie cardiaque non détectée

Risques à long terme :

- Décompensation psychiatrique
- Troubles de la mémoire ou de l'attention
- Perte de repères émotionnels
- Risque de banalisation ou auto-prescription en boucle

5. Signes à repérer

(Avec attention, sans psychologiser à l'excès)

- Isolement après une "expérience" intense
- Discours ésotérique ou missionné ("je suis revenu différent")
- Fatigue extrême ou confusion prolongée
- Intérêt soudain pour les médecines "dures" ou rituels extrêmes
- Absence de souvenirs précis malgré longue période de solitude

6. Comment en parler ?

Ne pas moquer le côté mystique ou spirituel.

Valoriser l'envie de s'en sortir, sans valider l'outil risqué.

« Tu pensais que ça allait t'aider à sortir de quoi, au fond ? »

« Ce que tu as vécu, c'était un soulagement ou une tempête ? »

« Tu sais, il existe d'autres manières d'avancer. Moins dangereuses... »

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



www.aidonslesagrandir.com

