



FICHE AMBASSADEUR – 5-MeO-DMT

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

- « C'est une molécule naturelle, sacrée. »
- « Tu fais un voyage intérieur, ça soigne l'âme. »
- « Ça dure juste 10 minutes, pas comme un trip normal. »

Ce que ça cache parfois :

La 5-MeO-DMT provoque une altération radicale de la conscience, parfois si intense qu'elle laisse des traces psychiques.

Son usage non encadré peut mener à des traumatismes, dissociations, ou comportements à risque, notamment chez les plus vulnérables.

2. Ce que c'est :

La 5-MeO-DMT est une molécule psychotrope, extraite :

- soit de sécrétions du crapaud *Bufo alvarius* (aussi appelé *toad*)
- soit de plantes d'Amazonie
- soit synthétisée en laboratoire

Elle est 5 fois plus puissante que la DMT classique.

Effet quasi immédiat (15 à 30 secondes) après inhalation ou vapotage.

Durée : 5 à 20 minutes.

Effets recherchés :

- Dissolution de l'ego
- Sensation d'unité ou d'extase
- Expérience mystique ou spirituelle intense
- Sentiment de "renaissance"

3. Ce que l'on constate chez certains jeunes

Ce qu'ils recherchent :

- Une expérience extrême ou initiatique
- Un apaisement existentiel profond
- Un accès rapide à des "révélation" intérieures
- Se libérer de douleurs psychiques

Ce qu'ils vivent parfois :

- Perte totale de repères pendant l'expérience
- Crises de panique ou d'angoisse
- Risque de repli ou de confusion après
- Réminiscences incontrôlées (flashbacks)
- Difficulté à parler de ce qu'ils ont vécu

4. Ce que dit la médecine

Mécanisme d'action :

La 5-MeO-DMT agit fortement sur les récepteurs sérotoninergiques (5-HT_{2A}).

Cela provoque une désorganisation sensorielle et cognitive, avec perte de contrôle temporaire.

Elle peut induire des états modifiés de conscience très profonds, proches de la syncope ou de la mort imminente.

Risques à court terme :

- Vomissements, paralysie temporaire
- Perte de conscience ou convulsions
- États dissociatifs ou dépersonnalisation
- Troubles du rythme cardiaque

Risques à moyen/long terme :

- Déclenchement de troubles psychiatriques latents (psychose, dépression sévère)
- Difficultés à réintégrer l'expérience
- Flashbacks, anxiété chronique
- Addictions psychologiques à l'"illumination"
- Sentiment d'être "déconnecté" de la réalité

5. Signes à repérer

(Avec délicatesse et non-intrusion)

- Discours ésotérique soudain ou fascination pour des rituels chamaniques
- Isolement émotionnel ou désorientation après usage
- Altérations de l'humeur ou du comportement
- Recherche de voyages "transcendants" à répétition
- Récit d'une expérience "mystique" mal vécue

6. Comment en parler ?

Sans se moquer, ni dramatiser.

C'est souvent vécu comme quelque chose de "sacré"... même quand ça a été douloureux.

« Tu t'attendais à ça, ou c'était plus fort que prévu ? »

« Tu en ressors comment, aujourd'hui ? »

« Tu veux en parler, ou poser ça quelque part ? »

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 :

