



FICHE AMBASSADEUR – TIANEPTINE

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

- « C'est un antidépresseur, c'est pas une drogue. »
- « Ça aide à se sentir mieux, à se concentrer. »
- « Ça donne un petit effet, mais c'est pas dangereux. »

Ce que ça cache parfois :

La tianeptine est un médicament détourné de son usage médical. Mal utilisée, elle provoque des effets proches des opioïdes... et peut rendre fortement dépendant, avec des symptômes de sevrage sévères.

2. Ce que c'est :

La tianeptine est un médicament à visée antidépresseur, autorisé dans certains pays (pas partout).

Mais à fortes doses, elle agit comme un opiacé, bien plus qu'un antidépresseur.

Effets recherchés :

- Euphorie légère
- Apaisement psychique
- Meilleure concentration
- Réduction temporaire du stress ou des ruminations

En France, elle est souvent consommée hors cadre médical, sous le nom de "ZaZa", "Tianna Red", "Neptune's Fix", achetée en ligne.

3. Ce que l'on constate chez certains jeunes

Ce qu'ils recherchent :

- Un effet stimulant ou calmant, selon la dose
- Couper l'anxiété, la tristesse, les pensées lourdes
- Tenir au quotidien, sans passer par un suivi médical
- Se "réparer" seul, à leur manière

Ce qu'ils vivent parfois :

- Accoutumance très rapide
- Augmentation progressive des doses
- Troubles du sommeil, irritabilité, crises d'angoisse
- Symptômes de sevrage intenses (sueurs, douleurs, agitation)
- Difficulté à se confier, honte liée à l'achat sur le net

4. Ce que dit la médecine

Mécanisme d'action :

À faible dose, elle agit sur la sérotonine, comme un antidépresseur.

À dose élevée, elle se lie aux récepteurs opioïdes μ , provoquant un effet de type morphinique.

Ce qui la rend hautement addictive.

Risques à court terme :

- Somnolence, ralentissement moteur
- Confusion, troubles digestifs
- Vertiges, nausées, perte d'appétit
- Mélanges dangereux avec d'autres dépresseurs (alcool, anxiolytiques)

Risques à moyen/long terme :

- Dépendance sévère
- Sevrage difficile et douloureux
- Troubles cognitifs (trous de mémoire, perte d'attention)
- Risques sur le foie, les reins, le cœur
- Isolement social, repli, idées noires

5. Signes à repérer

(De façon bienveillante et attentive)

- Achat de gélules étranges, noms comme "ZaZa" ou "Tianna"
- Somnolence inexplicable, ralentissement
- Anxiété accrue, comportements compulsifs
- Réactions de manque ou d'irritabilité en cas d'arrêt
- Difficulté à arrêter malgré la volonté

6. Comment en parler ?

Sans juger, avec prudence et présence.

Il y a souvent de la souffrance derrière cette consommation.

- « Tu prends ça pour tenir, ou pour t'échapper ? »
- « T'as déjà essayé d'arrêter, ou c'est trop dur ? »
- « On peut trouver de l'aide, si tu veux. Je suis là. »

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 :

