

## Le papillon épinglé

Par M. Nicolas Donzé, resp. de la toxicologie forensique et médicale à l'Institut central de l'Hôpital du Valais (ICHV) et collaborateur scientifique au Centre universitaire romand de médecine légale (CURML)

Fondation Domus, Espace Garance, 14 novembre 2013

---

**Pour cette 9<sup>e</sup> et dernière conférence de l'année, la Fondation Domus a donné la parole à Nicolas Donzé, un scientifique pas comme les autres, dont la vision et le discours rassemblent les foules. Cette fois encore, un public nombreux avait répondu à l'invitation et a pu découvrir la problématique des drogues et de la dépendance sous un éclairage nouveau. Une approche qui place l'humain au centre.**



20 heures, Nicolas Donzé entame sa conférence. Sur l'écran, ni schéma ni liste à puces, juste une photo. Celle d'un splendide lever de soleil «pris le matin même» de sa fenêtre, explique-t-il. Le ton est donné. «Ce, soir, je vous propose une approche différente de la problématique des drogues.»

Entrant dans le vif du sujet, Nicolas Donzé présente le cas d'une jeune homme de 27 ans, interpellé au milieu de la nuit par la police vaudoise en raison de sa conduite hésitante. Il avoue avoir bu plusieurs verres d'alcool, mais n'avoir fumé qu'un joint. Ses analyses révéleront un taux d'alcoolémie de 1,17 ‰ et de THC de 44 microgrammes. «A partir de 1,5 microgramme par litre, la conduite est déconseillée. De plus la valeur du THC-COOH (un métabolite inactif) révèle un consommateur régulier.» On ne peut cependant établir un lien certain entre le nombre de joints fumés en une soirée et le taux de THC. Car si l'on sait que le foie élimine 0.15 grammes d'alcool par heure, et ce dans n'importe quelle circonstance, on ignore véritablement la façon dont le corps humain réagit à court, moyen et long terme au cannabis.

### **Alcool-cannabis: alarmantes statistiques...**

Ne croyons pas cependant que l'alcool est une drogue inoffensive. «Elle est simplement admise par tous», lâche sourire en coin Nicolas Donzé. Et pourtant les statistiques sont alarmantes. En Valais, 10% des gens interceptés pour des contrôles de police sont alcoolisés, et le taux moyen d'alcoolémie est de 1,58‰, contre 1,35‰ pour les 15-25 ans! «Dès 2014, ceux qui afficheront un taux supérieur à 1,6‰ seront considérés comme des cas problématiques nécessitant d'être soignés.»

Quant au cannabis, l'augmentation des cas est saisissante. Entre 2007 et 2013, en Valais, le nombre de cas de drogue au volant – et le cannabis est la drogue la plus détectée aux urgences de l'hôpital – a été multiplié par 2,35, passant de 276 à 650

par année. Qui plus est, sur la route, une personne sur deux contrôlée positive affiche un taux supérieur à 40 microgrammes par litre de THC-COOH (le métabolite inactif), ce qui laisse supposer qu'il s'agit d'un fumeur régulier. Les statistiques ne peuvent cependant en dire davantage sur ce phénomène. Car cette drogue qui contient plus de 400 molécules chimiques agit de façon désordonnée. Selon son mode de consommation, un fumeur régulier pourra mettre jusqu'à 70 jours pour éliminer toute trace de drogue. Celui qui fume occasionnellement, 24 heures. Cependant, d'une personne à l'autre, les résultats peuvent être complètement différents.

### **Les secrets révélés des cannabinoïdes**

«Au cours du dernier quart de siècle, la science a fait des découvertes étonnantes au sujet des récepteurs cannabinoïdes», explique Nicolas Donzé. Ces récepteurs – sensibles au THC car notre corps fabrique lui-même de l'endocannabis –, se retrouvent dans la quasi totalité de notre organisme: système immunitaire, communication interneuronales, construction du cerveau, filtration de l'information, régulation de l'appétit, de la tension artérielle, fonction cardiaque, fécondation, motricité, etc. «Les pétards coupent l'appétit de vivre. Comment comprendre dès lors que certains militent pour la libéralisation du cannabis?!», s'étonne le scientifique.



### **Pourquoi consommons-nous? Pour oublier? Fuir? Nous libérer?**

Mais le problème du cannabis n'en est qu'un parmi d'autres. Chaque semaine, de nouvelles substances arrivent sur le marché. «L'opium est devenu la religion du peuple.» Et le scientifique d'enchaîner alors vers une réflexion sur le sens de la vie. «Quel est le problème? La drogue? Ou nous? Pourquoi consommons-nous? Pour oublier? Fuir? Nous libérer? Depuis que nous avons été chassés du paradis pour avoir désobéi et goûté à l'arbre de la connaissance, nous sommes perdus dans le paradis terrestre.» Dans une société qui multiplie les paradoxes, qui par exemple impose des standards de beauté faisant l'apologie de la maigreur, tandis que tout est mis en place pour nous faire grossir (explosion de l'offre dans les magasins, multiplication des fast-food, etc.), comment retrouver du sens?

«Papillons épinglés, les humains ont perdu l'envie de voler. Or les médicaments permettent d'ôter l'épingle, mais ne rendent pas l'envie de voler.» Mais cette envie existe en nous. «Vivre, c'est être en vie et avoir des envies, et ce naturellement, grâce aux 100 millions de neurones de notre cerveau!»

### **Première cible des drogues, le cerveau**

Lorsque notre cerveau, sous l'influence d'un stimuli quelconque – image, odeur, etc. – annonce une envie, nous tentons généralement de la satisfaire – à moins que cela soit contraire à notre éducation. Le plaisir ressenti est mémorisé, et la mémoire de ce

plaisir constitue en lui-même un nouveau stimulant. Avec le plaisir, notre corps libère de la dopamine. L'entier de ce fonctionnement est naturel.

«Les drogues agissent toutes, précisément, sur la dopamine. Certaines stimulent sa sécrétion de façon 1000 fois plus importante que le ferait naturellement le corps, et le cerveau trouve forcément ça génial! Il mémorise, et... se réjouit de la prochaine fois.» Le plaisir procuré est d'ailleurs tel que certains héroïnomanes en viennent à boudier la nourriture et le sexe, deux plaisirs bien connus de notre cerveau, tant l'effet qu'ils procurent est dérisoire en regard de celui offert par «l'héro». L'addiction menace. Et les ennuis ne font que commencer.

En effet, en cas de sur-sécrétion de dopamine, les récepteurs de dopamine se «rétractent» pour se protéger, et l'effet du plaisir est diminué. Il faut donc augmenter les prises pour compenser...

### **Les jeunes, premières cibles du risque d'addiction**

Et de projeter des scanners de cerveaux de personnes non dépendantes, et dépendantes, les premiers affichant des zones vertes incrustées d'une petite zone rouge, les seconds des zones entièrement vertes. «Dans ce scanner, on a soumis les personnes à des stimuli visuels ou auditifs. Chez les accros, les zones rouges, qui sont normalement stimulées dans ce genre de cas, ne réagissent plus. La sécrétion de dopamine est au point mort. Bien sûr, cet état n'est pas définitif, et ces gens peuvent récupérer cette capacité, mais... le voyage pour y arriver n'est conseillé à personne...»

Entre 15 et 25 ans, notre cerveau se construit de l'arrière vers l'avant. C'est précisément durant cette période qu'il est vulnérable, à l'âge où l'on est le plus apte à apprendre et où la nouveauté suscite la curiosité et l'appétit de connaissance. «Les commerciaux ont très bien compris notre soif naturelle de nouveauté, eux qui sortent un nouveau modèle d'iPhone régulièrement», sourit Nicolas Donzé. «Les drogues font également appel à cette curiosité. Pour notre cerveau, elles font partie des «choses à expérimenter». On essaie, on construit une mémoire du plaisir ressenti, on recommence, et on bâtit ainsi peu à peu notre propre prison.»

**«Si je devais résumer tout ceci à un seul message, ce serait donc: *Redevenons maître de nos envies!*»**



Après des applaudissements nourris, Nicolas Donzé s'est prêté au jeu des questions-réponses, notamment à celle d'un homme s'inquiétant du caractère artificiel des images de bonheur diffusées dans les médias. «Ce qu'on nous montre, ça n'est pas la vie réelle! Comment faire pour que les jeunes ne pensent pas que ça l'est? Faudrait-il interdire ce type d'image?»

«Effectivement, a confirmé Nicolas Donzé, la société du paraître tue l'être. Cependant les interdictions, l'expérience le démontre chaque jour, ne fonctionnent pas! La liberté, c'est la connaissance. Il faut donc informer et sensibiliser nos enfants au caractère illusoire des images qui leur sont montrées chaque jour.»

«Comment faire lorsqu'ils sont accros à leur téléphone?», a demandé une maman visiblement inquiète. «Apprendre à ne pas devenir dépendant, c'est une question d'éducation. Il faut retrouver la maîtrise de nos envies, de nos écrans, de notre iPhone. Moi-même, j'y travaille!»

**Lire aussi**

Nicolas Donzé, Marc Augsburger, [Cannabis, haschich & Cie: un enjeu pour l'individu, la famille et la société, collection Aire de famille, éditions Saint-Augustin, 2008](#)