RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

ARRIVE
30 AVR. 2025

Agence Régionale de Santé Île-de-France

Service émetteur :
Direction de la Santé publique

Affaire suivie par le Département Personnes en Difficultés Spécifiques et addictions
Courriel : ars-idf-addictologie@ars.sante.fr

Madame Nathalie LALLIER
Maire
Mairie de Paray-Vieille-Poste
8, Place Henri Barbusse
91550 Paray-Vieille-Poste

PJ :
- Fiche « Alerte sur l'augmentation des complications neurologiques graves liées à la consommation de protoxyde d'azote »
- Brochure « Le proto, c'est trop risqué d'en rire »
- Affiche de la campagne « Le proto c'est trop risqué d'en rire »

Saint-Denis, le 24 avril 2025

Objet : Réponse à votre courrier concernant la motion visant à réglementer la législation de la consommation du protoxyde d'azote

Madame la Maire,

J'ai bien reçu votre courrier concernant la motion portée à délibération du conseil municipal de Paray-Vieille-Poste le 10 février 2025 et visant à réglementer la législation autour de la consommation de protoxyde d'azote. J'en ai pris connaissance avec la plus grande attention.

Je vous remercie de l'investissement de votre municipalité aussi bien sur les volets sanitaires que sécuritaires de cette importante question.

Les démarches de votre commune font écho au travail mené depuis plusieurs années par l'Agence régionale de santé (ARS) Île-de-France. Dès 2021, l'ARS a contribué à l'information des professionnels de santé en rédigeant, en collaboration avec des médecins neurologues et addictologues, une fiche relative aux complications addictologiques et neurologiques graves liées à la consommation de protoxyde d'azote. Vous trouverez cette fiche jointe au présent courrier.

Ce premier outil de communication et sensibilisation autour du protoxyde d'azote nous a amenés à porter le sujet auprès du grand public. En 2023, les ARS des Hauts-de-France et d'Île-de-France se sont associées pour travailler une campagne de communication et de prévention sur le protoxyde d'azote destinée aux jeunes entre 15 et 25 ans et leur entourage. Cette campagne, appelée « Le proto, c'est trop risqué d'en rire », s'est composée de contenus vidéos et audios, diffusés sur les réseaux sociaux, venant sensibiliser les jeunes à propos du protoxyde d'azote et ses risques.

La campagne s'est également dotée d'un site d'information pérenne parlonsproto.fr qui permet à toutes et tous de s'informer sur ce qu'est le protoxyde d'azote, quels sont les risques liés à sa consommation et comment pouvoir être accompagné par un professionnel de santé dans le cas d'une addiction à cette substance.

Vous trouverez sur ce site internet, les contenus audios et vidéos cités plus haut, ainsi que les supports physiques de cette campagne, à savoir des affiches et une brochure de quatre pages, pouvant être utilisés

pour affichage et distribution. Vous trouverez également cette affiche et la brochure jointes à ce courrier. L'ensemble de ces contenus, digitaux comme physiques, sont appropriables par toutes et tous, vous permettant de bénéficier de contenus à visée préventive et informative.

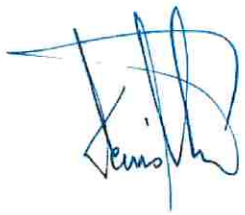
En parallèle, l'ARS Île-de-France accompagne un large réseau de professionnels de santé des secteurs de ville, médico-sociaux et hospitaliers à la prise en charge des addictions liées au protoxyde d'azote ainsi qu'à ses complications.

Enfin, l'Agence a contribué aux travaux parlementaires dans le cadre de la proposition de loi, examinée à l'Assemblée nationale, visant à interdire la vente aux particuliers de protoxyde d'azote.

Bien évidemment, je ne manquerai pas de relayer votre proposition de motion auprès des autorités ministérielles compétentes et je vous remercie à nouveau de votre démarche qui conforte encore davantage notre motivation.

Je vous prie d'agréer, Madame la maire, l'expression de ma considération distinguée.

Le Directeur général
de l'Agence régionale de santé
Île-de-France



Denis ROBIN

COMMENT RÉAGIR ?

> **Un bilan neurologique urgent** doit être réalisé avec IRM médullaire, dosage de vitamine B12, d'homocystéine et d'acide méthylamonique (métabolites de la vitamine B12). Une augmentation du VGM est souvent présente. **La normalité du dosage de vitamine B12 et du VGM n'élimine pas le diagnostic.**

Ce bilan permet **d'éliminer les diagnostics différentiels** de ces tableaux parfois très graves, comme le syndrôme de Guillain Barré ou la myélite inflammatoire.

> **Le traitement des complications neurologiques repose sur la supplémentation en vitamine B12, mais nécessite avant tout le sevrage.**
L'arrêt de toute consommation est donc impératif.

> **La prise en charge en neurologie doit s'accompagner d'une orientation addictologique et/ou psychiatrique.**

> Afin d'éviter des formes graves, **le repérage précoce** des patients consommateurs ou présentant des symptômes neurologiques mineurs (paresthésies des extrémités par exemple) est indispensable.

La prévention et le traitement reposent principalement sur le sevrage, puisque l'administration de vitamine B12 par voie orale seule n'a pas fait la preuve de son efficacité. **Une prise en charge pluridisciplinaire, neurologique et addictologique, apparaît indispensable.**

DES QUESTIONS ? BESOIN DE SIGNALER UN CAS ?

Afin de mieux connaître ces atteintes neurologiques et leur ampleur, nous vous remercions de signaler les cas évocateurs aux centres référents de l'Île-de-France :

> **Centre Antipoison de Paris**
Tel : 01 40 05 48 48
E-mail : alertes.rtu.lrb@aphp.fr
Horaires : 24/24h

Le Centre AntiPoison de Paris est un service hospitalier situé à l'Hôpital Fernand-Widal qui effectue des téléconsultations pour toute exposition potentielle ou avérée à des xénobiotiques (produits chimiques, médicamenteux, industriels et naturels) **pour le public comme pour les professionnels de santé.**

> **Centre d'Évaluation et d'Information sur la Pharmacodépendance et l'Addictovigilance (CEIP-A) de Paris**
Tel : 01 40 05 42 70
E-mail : ceip.addictovigilance-paris.lrb@aphp.fr
Horaires : de 9h à 18h

Le CEIP-A est spécialisé en pharmacologie, addictologie, toxicologie et épidémiologie. Ses missions sont notamment le recueil et l'évaluation des cas de pharmacodépendance, d'abus et d'usage détourné de substances psychoactives, à l'exception de l'alcool et du tabac.

Le CEIP-A invite **les professionnels de santé** à déclarer des situations observées chez leurs patients, dans une démarche d'amélioration de la santé publique, de prévention et de réduction des risques.

© Agence Régionale de Santé Île-de-France - Avril 2021 - Crédit photo : gettyimages

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

Agence Régionale de Santé Île-de-France

ALERTE SUR L'AUGMENTATION DES COMPLICATIONS NEUROLOGIQUES GRAVES LIÉES À LA CONSOMMATION DE PROTOXYDE D'AZOTE

L'augmentation au cours de ces derniers mois des atteintes neurologiques graves en rapport avec la consommation de protoxyde d'azote a été signalée à l'ARS Île-de-France par plusieurs professionnels neurologues de la région, le Centre AntiPoison de Paris et l'Addictovigilance. Cette fiche rappelle quelles sont les principales complications neurologiques provoquées par la consommation de protoxyde d'azote et la conduite à tenir en cas de suspicion pour mieux aider les professionnels à en repérer les symptômes.

QU'EST-CE QUE LE PROTOXYDE D'AZOTE ?

> Aussi appelé « proto » ou « gaz hilarant », c'est un gaz incolore et de saveur légèrement sucrée, utilisé notamment en milieu hospitalier en tant qu'**analgésique**. Il est consommé de façon détournée, à partir d'aérosols, notamment **capsules de chantilly, bonbonnes ou ballons.**

> **Inhalé, il provoque des réactions euphorisantes : rires incontrôlés, sensation d'ébriété, distorsions auditives ou visuelles.** Les effets apparaissent et disparaissent très rapidement. Son usage est de ce fait **banalisé**, surtout auprès des adolescents.

> L'abus de ce gaz est connu depuis de nombreuses années, même si sa consommation est en forte hausse depuis 5 ans. Dans le contexte de crise sanitaire liée à la Covid-19 (confinements, nombreuses restrictions, etc.), sa consommation est en **très nette recrudescence ces derniers mois.**

> Il concerne **un public de plus en plus jeune (13-20 ans).** Consommé dans un contexte récréatif de groupe, mais parfois aussi de façon isolée, le protoxyde d'azote peut également être associé à d'autres substances (alcool, cannabis, etc.).

> **Il a un potentiel d'abus et de dépendance avéré, mais largement sous-estimé, avec un risque de perte de contrôle : certains en consomment jusqu'à 200 cartouches par jour.**

> **Le syndrome de sevrage peut être important** avec anxiété, agitation, douleurs abdominales et tremblements.

QUELLES SONT LES COMPLICATIONS NEUROLOGIQUES?

Elles sont liées à une **consommation répétée ou abusive**, entrainant une **carence en vitamine B12** fonctionnelle et/ou des hypoxies répétées. Elles peuvent être de différents types :

> **Des signes d'atteinte médullaire ou des nerfs périphériques typiques d'une carence en vitamine B12 :**

- **paresthésies** (fourmillements, picotements) des membres inférieurs, parfois des membres supérieurs
- **vertiges, troubles de l'équilibre** avec ataxie
- **faiblesse motrice** avec tableaux de **paraplégie** (voire tétraplégie) décrits

> Une **anxiété** et des **céphalées** sont souvent associées.

La consommation de protoxyde d'azote n'est pas toujours exprimée ou reconnue par le patient, rendant plus difficile le diagnostic.

> **Autres risques possibles** : brûlures graves par explosion des bonbonnes, engelures cutanées dues au contact avec le gaz froid.

La récupération peut être incomplète. Des séquelles sont possibles et nécessitent une rééducation. Une **atteinte cognitive à long terme** n'est pas exclue en raison de la carence en vitamine B12 mais aussi des hypoxies cérébrales répétées.

LES DANGERS DE L'USAGE DÉTOURNÉ DU PROTOXYDE D'AZOTE

Chutes, traumatismes, brûlures, asphyxie, paralysie, mais aussi isolement, dépendance : les usages détournés du protoxyde d'azote présentent des **risques majeurs** pour la santé.

Le gaz hilarant est une substance consommée et expérimentée par de nombreux jeunes, dans un contexte festif mais aussi de manière individuelle. Prisée des collégiens, lycéens et étudiants, elle n'est pourtant pas sans risques. Le nombre de cas graves liés au mésusage ne cesse de croître depuis quelques années.

Pourquoi le protoxyde d'azote séduit-il autant les jeunes ?

LA RECHERCHE D'UN EFFET EUPHORISANT

La prise de protoxyde d'azote conduit, pendant quelques minutes, à des rires incontrôlés, une sensation d'ébriété, un état de flottement, ou encore des distorsions auditives ou visuelles. Les effets sont intenses pendant un court instant.

SON ASPECT RÉCRÉATIF ET FESTIF

Le protoxyde d'azote peut être perçu comme une drogue dite "sociale" car elle est souvent consommée en groupe, entre amis ou en soirée.

SON PRIX PEU ÉLEVÉ ET SA FACILITÉ D'ACCÈS

Les capsules ou bonbonnes de protoxyde d'azote restent relativement abordables. Bien que la vente de protoxyde d'azote soit interdite aux mineurs, il est assez facile pour les jeunes de s'en procurer.

UNE SUBSTANCE PERÇUE COMME INOFFENSIVE

Ses effets immédiats étant limités dans le temps, beaucoup pensent que le protoxyde d'azote n'est pas dangereux pour la santé, en comparaison avec d'autres drogues existantes.

Et pourtant, sa consommation peut engendrer des effets plus ou moins graves sur la santé des individus, dont certains peuvent être irréversibles.

LE PROTO, C'EST TROP RISQUÉ D'EN RIRE

Le protoxyde d'azote est une substance addictive pouvant engendrer une dépendance avec des symptômes plus ou moins graves, que la consommation soit occasionnelle ou fréquente.

Concrètement, quels sont les risques ?

SIGNES NEUROLOGIQUES

- Trouble de la sensibilité type fourmillements ou sensation de brûlures au toucher
- Perte de sensibilité
- Troubles de la marche
- Troubles cognitifs (trouble de la mémoire, du langage, de l'attention, de la perception du monde extérieur)
- Maux de tête
- Malaise
- Vertiges, trouble de l'équilibre

SIGNES ET PATHOLOGIES CARDIOVASCULAIRES

- Caillot sanguin qui se forme dans une veine (thrombose veineuse)
- Obstruction d'une artère des poumons (embolie pulmonaire)
- Accident vasculaire cérébral (AVC)
- Douleurs thoraciques
- Troubles du rythme cardiaque

TRAUMATISMES & CHUTES

- Accidents de la voie publique et de la route
- Brûlures occasionnées par le gaz très froid

MANIFESTATIONS PSYCHIATRIQUES

- Agitation, agressivité
- Hallucinations visuelles/auditives, délire paranoïaque
- Angoisse, anxiété, attaque de panique
- Tristesse, irritabilité, idées suicidaires
- Confusion, amnésie (perte de mémoire)
- Insomnie, trouble des cycles jours et nuits

LES RISQUES POUR LES AUTRES

Le protoxyde d'azote impacte aussi la vie des autres et la société :

- Accidents de la route : perte de contrôle du véhicule pouvant mettre en danger la vie d'autrui.
- Pollution des sols due aux capsules vides laissées sur la voie publique.

MAIS CE N'EST PAS RISQUÉ D'EN PARLER

Vous souhaitez être accompagné(e) sur votre consommation ?
Ou parler de la consommation d'un proche, d'un enfant ?

EN LIGNE

Des ressources à lire en ligne pour faire le point sur sa consommation à retrouver sur drogues-info-service.fr

PAR TÉLÉPHONE

DROGUES-INFO-SERVICE.FR
7j/7 de 8h à 2h. Appel anonyme et gratuit **0 800 23 13 13**

Un numéro de téléphone ouvert de 8h à 2h, 7 jours sur 7.
Votre appel est anonyme et gratuit. Que vous soyez concerné(e) directement ou indirectement par une consommation de drogues, vous y trouverez :

- Des professionnels formés aux problèmes d'usage et de dépendance
- Une écoute sans jugement et confidentielle
- Des informations précises, une aide personnalisée
- Des orientations adaptées à votre situation

EN PHYSIQUE

Au sein des Consultations Jeunes Consommateurs (CJC) ou bien dans les Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA).

Des lieux gratuits et confidentiels pour accueillir des jeunes en questionnement sur leur consommation, ainsi que leur entourage. Les jeunes peuvent s'y rendre seuls ou accompagnés de leur parent ou d'un proche. Les parents peuvent également être reçus avec ou sans le jeune concerné.

Retrouver la liste des lieux d'accueil :

Île-de-France

Pour en savoir plus, rendez-vous sur **parlons-proto.fr**

TBWA|Corporate - ©Getty Images

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

ars Agence Régionale de Santé Île-de-France