



La conduite après usage de sédatifs et les jeunes

Le présent résumé fait partie d'une série de quatre documents faisant un survol des données scientifiques actuelles sur les effets de plusieurs catégories de substances sur le comportement de conduite, tout en soulignant ce que cela implique pour les jeunes conducteurs. Ce résumé porte sur les sédatifs, et plus spécialement sur un groupe de sédatifs, les benzodiazépines. Mentionnons qu'il existe d'autres médicaments ayant des effets sédatifs ou déprimeurs (p. ex. les somnifères, certains antihistaminiques et les anticonvulsivants), mais comme ils ont souvent des mécanismes d'action très différents et font rarement l'objet d'un usage non médical, ils ne sont pas pris en compte ici. Les substances abordées dans les autres résumés de la série sont le cannabis, les stimulants et les opioïdes, car ces catégories englobent les drogues licites et illicites les plus couramment consommées par les jeunes. La série de résumés s'attarde aussi aux implications pour les jeunes conducteurs. Le présent résumé s'adresse à un large public, notamment les organismes qui délivrent les permis de conduire, les spécialistes en promotion de la santé et en prévention, les enseignants, les professionnels de la santé et les parents.

Définitions

Les sédatifs d'ordonnance sont des déprimeurs du système nerveux central, c.-à-d. qu'ils affaiblissent ou ralentissent les fonctions du corps. Ces médicaments servent surtout dans le traitement médicamenteux de l'anxiété et de l'insomnie.

L'usage de sédatifs chez les jeunes

En 2013, 3,6 % des Canadiens de 15 à 19 ans ont dit avoir pris des sédatifs dans les 12 mois précédents, ce taux atteignant 4,7 % chez les 20 à 24 ans.

Les sédatifs d'ordonnance sont généralement utilisés dans la prise en charge de l'anxiété, de l'insomnie et des troubles convulsifs. Même si ces médicaments ont des applications thérapeutiques, ils présentent un potentiel de mésusage en raison de leurs propriétés psychoactives. En 2012-2013, 1,1 % des élèves canadiens de la 6^e à la 12^e année avaient pris des sédatifs à des fins récréatives, et non médicales, dans la dernière année; ce chiffre s'établissait à 2,0 % pour la prise de somnifères à des fins analogues.

La conduite après usage de sédatifs chez les jeunes

De façon générale entre 2000 et 2010 au Canada, 11,2 % des conducteurs de véhicules à moteur mortellement blessés dans des accidents de la route ont testé positifs aux sédatifs. Les femmes étaient près de deux fois plus susceptibles que les hommes d'avoir pris des sédatifs avant l'accident (21,8 % contre 11,8 %, respectivement). De plus, 4,1 % des conducteurs mortellement blessés âgés de 16 à 24 ans ont testé positifs aux sédatifs. Cela dit, du côté des jeunes, la différence de pourcentage entre les filles et les garçons n'était pas aussi marquée, avec 5,1 % et 3,8 %, respectivement. Il faut noter qu'un dépistage de sédatifs positif n'implique pas forcément que les facultés du conducteur étaient affaiblies.



Statut juridique au Canada

Au Canada, les sédatifs d'ordonnance sont des substances contrôlées. Leur usage est légal sur ordonnance d'un professionnel de la santé autorisé (médecin) et par la seule personne à laquelle ils sont prescrits. Une personne condamnée pour possession, distribution, vente ou importation illégale se retrouvera avec un casier judiciaire, ce qui pourrait avoir des répercussions sur ses possibilités d'éducation, d'emploi et de voyage.

La conduite avec facultés affaiblies par un sédatif est une infraction au *Code criminel du Canada*, et les personnes jugées coupables encourent les mêmes peines que celles qui conduisent avec les facultés affaiblies par l'alcool. Des policiers spécialement formés peuvent exiger d'une personne soupçonnée de conduire sous l'effet de sédatifs de se soumettre à des tests comportementaux et de dépistage (p. ex. prélèvement d'un échantillon de sang, d'haleine ou de salive pour en analyser le contenu en drogue). Le refus d'obtempérer est une infraction assortie d'une peine équivalente à celle prévue pour la conduite avec facultés affaiblies.

Ingrédients actifs

Au Canada, la classe des benzodiazépines regroupe plus d'une dizaine de médicaments sédatifs ayant des applications médicales. Ces produits ont des propriétés différentes (rapidité d'action, durée des effets et ampleur d'effets spécifiques). Les benzodiazépines affectant directement certains récepteurs cérébraux responsables de l'éveil, le niveau global d'éveil s'en trouve diminué, et il s'ensuit un état de détente, une envie de dormir et une réactivité amoindrie aux stimuli externes.

Absorption, distribution, métabolisme et élimination

Les sédatifs sont habituellement ingérés, sous forme de capsules ou de comprimés. Certains se dissolvent sous la langue, pour une absorption rapide, et dans certaines situations médicales, l'injection d'une forme liquide est possible.

Avec l'ingestion, les sédatifs sont absorbés rapidement, et leur effet se manifeste en 15 à 30 minutes. Certains sédatifs sont décrits comme « à action prolongée » parce qu'ils se décomposent en produits aux effets semblables à ceux du médicament mère, alors que d'autres peuvent rester actifs jusqu'à 40 heures dans l'organisme. Les produits à action prolongée conviennent bien au traitement de l'anxiété, alors que ceux à action brève, eux, se prêtent davantage au traitement sporadique de l'insomnie.

Les sédatifs subissent une forte métabolisation dans le corps et sont éliminés dans l'urine.

Profils de consommation

Les sédatifs se présentent en différents dosages et sont habituellement ingérés (pilule, capsule ou liquide). Certaines personnes les consomment pour intensifier les effets de l'alcool ou des opioïdes – il est extrêmement dangereux de faire de tels mélanges, car ils peuvent entraîner une grave dépression des fonctions cérébrales, un coma ou même la mort.

La consommation régulière de sédatifs mène à l'apparition d'une tolérance, qui se traduit par une atténuation des effets du médicament et une augmentation de la dose pour continuer à obtenir l'effet recherché. Un sevrage brutal aura plusieurs conséquences : l'insomnie, l'agitation, l'irritabilité et des rêves désagréables pour une période pouvant aller jusqu'à quatre semaines.



Effets des sédatifs

Pris à des doses thérapeutiques, les sédatifs ont des effets tranquillisants, en plus d'amener une sensation de détente et de somnolence. Ils peuvent soulager l'insomnie et une détresse émotionnelle grave et causer de la somnolence et de l'incoordination. Certains effets des sédatifs ressemblent à ceux de l'alcool et provoquent un état d'intoxication caractérisé notamment par une altération du jugement et de la coordination motrice, des troubles de l'élocution et une diminution des inhibitions. Les sédatifs sont consommés à des fins non médicales pour la sensation de détente et d'intoxication qu'ils procurent. Consommés à plus fortes doses ou alors en combinaison avec d'autres drogues ou de l'alcool, les sédatifs peuvent entraîner la confusion, la désorientation, l'amnésie et la dépression.

Effets des sédatifs sur la conduite

Les effets de somnolence et d'altération de la coordination motrice des sédatifs peuvent grandement nuire à la capacité de conduire un véhicule à moteur de façon sécuritaire. Le temps de réaction ralentit, la somnolence, l'altération de la performance psychomotrice, une incoordination, une capacité d'attention partagée affaiblie, l'inattention, la multiplication des erreurs et la difficulté à suivre des directives qui en résultent peuvent durer de 4 à 24 heures après la consommation d'une seule dose, selon le produit consommé et la dose ingérée.

La consommation à long terme de sédatifs peut mener à une tolérance à certains effets d'affaiblissement engendrés par ces substances; ainsi, l'affaiblissement pourrait ne plus être évident. Une dose plus élevée serait nécessaire pour que l'affaiblissement soit de nouveau perceptible.

Les sédatifs au volant se manifestent par des comportements comparables à ceux de l'alcool au volant (p. ex. zigzaguer dans la circulation, éprouver de la difficulté à contrôler le véhicule, avoir un temps de réaction plus lent et avoir un comportement à risque).

Des études portant sur des accidents de la route révèlent que les conducteurs dépistés positifs aux sédatifs sont de deux à huit fois plus susceptibles d'être impliqués dans une collision mortelle que les conducteurs n'ayant pris ni alcool ni drogue.

Détecter les conducteurs aux facultés affaiblies par les sédatifs

Les conducteurs ayant consommé des sédatifs présentent souvent un ou plusieurs signes caractéristiques, dont :

- Mouvements oculaires brusques caractéristiques;
- Manque de coordination motrice;
- Troubles de l'équilibre;
- Air somnolent ou endormi.

Les signes et symptômes de l'usage de sédatifs ressemblent à ceux de l'usage d'alcool, l'odeur en moins. Pour les policiers, ces signes peuvent fournir des motifs raisonnables de soupçonner qu'il y a eu usage de drogue, leur permettant de demander au conducteur de se soumettre à un test de sobriété normalisé. Selon les observations du policier, le conducteur peut être tenu de l'accompagner au poste de police pour subir une évaluation faite par un agent formé au Programme d'évaluation et de classification des drogues (ECD) et fournir un échantillon de sang, d'urine ou de salive à des fins de dépistage.



Ce que cela implique pour les jeunes conducteurs

Il est bien connu que les jeunes conducteurs sont particulièrement à risque d'être impliqués dans une collision, déjà parce qu'ils sont relativement inexpérimentés à l'activité complexe de la conduite. Les jeunes à qui l'on a prescrit un sédatif devraient consulter leur médecin ou pharmacien concernant les risques de conduire sous l'effet de ce médicament. C'est pendant les deux premières semaines d'usage que les effets affaiblissants sont les plus marqués. L'affaiblissement de la capacité de conduire que provoquent ces médicaments peut être particulièrement prononcé chez ceux qui ne font que commencer à acquérir de l'expérience et à maîtriser les compétences nécessaires pour conduire un véhicule de façon sécuritaire dans des situations routières complexes. On peut s'attendre à voir un tel affaiblissement chez les jeunes qui consomment des sédatifs à des fins non médicales.

Voyager à bord d'un véhicule conduit par une personne ayant consommé des sédatifs est tout aussi dangereux. L'affaiblissement de la capacité de conduire pourrait ne pas être évident, incitant les passagers à penser que le conducteur est en état de les raccompagner en toute sécurité. Les passagers devraient donc éviter de voyager avec un conducteur qui a pris des sédatifs dans les heures précédentes, surtout s'ils ont été consommés avec de l'alcool ou d'autres substances.

Autres ressources

- Conduite avec facultés affaiblies au Canada (résumé thématique)
- Sédatifs et tranquillisants d'ordonnance (sommaire canadien sur la drogue)
- La conduite après usage de cannabis et les jeunes (résumé thématique)
- La conduite après usage de stimulants et les jeunes (résumé thématique)
- La conduite après usage d'opioïdes et les jeunes (résumé thématique)

Références sommaires

Drummer, O.H. Benzodiazepines – Effects of human performance and behavior, *Forensic Science Review*, vol. 14, n° 1-2, 2002, p. 1-14.

Dubois, S., M. Bédard et B. Weaver. The impact of benzodiazepines on safe driving, *Traffic Injury Prevention*, vol. 9, 2008, p. 404-413.

Engeland, A., S. Skurtveit et J. Morland. Risk of road traffic accidents associated with the prescription of drugs: A registry-based cohort study, *Annals of Epidemiology*, vol. 17, 2007, p. 597-602.

Julien, R.M., C.D. Advokat et J.E. Comaty. *A primer of drug action. A comprehensive guide to the actions, uses, and side effects of psychoactive drugs*, New York, Worth Publishers, 2010.

Santé Canada. *Résumé des résultats de l'Enquête sur le tabagisme chez les jeunes 2012-2013*, Ottawa (ON), auteur, 2013.

Statistique Canada. *Enquête canadienne sur le tabac, l'alcool et les drogues (ECTAD) : Sommaire des résultats pour 2013*, Ottawa (ON), auteur, 2015.

978-1-77178-248-7

© Centre canadien de lutte contre les toxicomanies, 2015



Centre canadien de lutte
contre les toxicomanies
Canadian Centre
on Substance Abuse

Le Centre canadien de lutte contre les toxicomanies transforme des vies en mobilisant les gens et les connaissances afin de réduire les méfaits de l'alcool et des drogues sur la société. En partenariat avec des organismes publics et privés et des organisations non gouvernementales, il travaille à améliorer la santé et la sécurité des Canadiens.

Les activités et les produits du CCLT sont réalisés grâce à la contribution financière de Santé Canada. Les opinions exprimées par le CCLT ne reflètent pas nécessairement celles du gouvernement du Canada.