

Les addictions

du 16 mars au 2 avril 2026

Les addictions désignent tous les comportements de dépendance qu'il s'agisse du tabac, de l'alcool ou de la drogue, ou même de passions envahissantes sans prise de substance (jeux d'argent, jeux vidéos...).

Les addictions sont causes de drames familiaux, de maladies graves et de décès. Leur coût social est de plus en plus lourd.

Sommaire :

- 1, Être addict, c'est quoi ?
- 2, Tabac et nicotine
- 3, Alcool
- 4, Drogues et substances dérivées
- 5, Ecrans, réseaux sociaux, jeux virtuels
- 6, Jeux d'argent
- 7, Achats, sexe, sport
- 8, Causes de l'addiction
- 9, Liberté !

Cette exposition nous a été gracieusement prêtée par le Département du Nord - Médiathèque départementale du Nord



DROGUES ET SUBSTANCES DÉTOURNÉES

De nombreuses drogues ont d'abord été des médicaments. **La cocaïne et l'opium** (dont on extrait **la morphine et l'héroïne**) ont été utilisées pour calmer la douleur et l'angoisse. **Le LSD et l'ecstasy** sont des produits synthétisés, qui ont été testés en psychiatrie et finalement interdits.

Le **cannabis**, relaxant et euphorisant, peut générer angoisse et panique en cas de fortes doses. Il est addictif et toxique pour les poumons lorsqu'il est fumé comme le tabac.

La **cocaïne** procure du plaisir et une sensation de puissance. Son usage répété peut entraîner un épuisement physique et psychique et des symptômes anxieux et dépressifs. Sa consommation a beaucoup augmenté ces dernières années, surtout chez les jeunes.

Les **opioïdes** (tramadol, codéine, héroïne, morphine, fentanyl...) sont des antidouleurs puissants également consommés pour leurs effets euphorisants. Ils créent de très fortes dépendances : le manque se manifeste par des douleurs violentes, des vomissements, une anxiété extrême qui poussent à répéter les doses. Le risque principal est la surdose, ou l'overdose, qui peut causer la mort par arrêt respiratoire.

Les **médicaments** anxiolytiques ou hypnotiques sont assez fréquemment détournés de leurs usages médicaux et peuvent aussi devenir addictifs.

Le **partage des seringues** peut transmettre des virus (hépatite C, hépatite B, SIDA).

Le partage de **pailles** (pour sniffer) peut transmettre l'hépatite C.

Ces dernières décennies, **la consommation des drogues a explosé**, car leur culture est plus rentable que celles des plantes alimentaires. Leur diffusion s'est amplifiée avec la mondialisation et la livraison à domicile.



CAUSES DE L'ADDICTION

L'addiction masque souvent une souffrance, un stress ou un mal de vivre.
À l'adolescence, la recherche du plaisir, la fête, l'effet de groupe, le goût du risque et de la transgression, favorisent les premières expériences de **sensations fortes**.
La perte de contrôle et l'addiction peuvent s'installer, le plus souvent chez les sujets **fragiles ou en situation difficile**.



Les traumatismes de l'enfance, les ruptures affectives ou familiales, le harcèlement au travail, le stress, et l'**offre croissante de substances addictives**, sont autant de situations qui peuvent pousser à rechercher une détente, un soulagement dans le tabac, l'alcool ou la drogue.
Ce plaisir permet parfois de **surmonter** des difficultés momentanées.