

## Protoxyde d'azote : du gaz hilarant au rire mortel

Podcast écrit et lu par Melissa Lepoureau

Le protoxyde d'azote, ce fameux « gaz hilarant », fait de plus en plus de victimes chez les jeunes. Derrière l'euphorie se cachent des risques parfois fatals.

Bonjour à toutes et à tous, je suis Melissa Lepoureau et cette semaine dans Futura Santé, on va parler du protoxyde d'azote, ce fameux « gaz hilarant » que certains consomment pour rigoler... mais qui peut se révéler terriblement dangereux, parfois jusqu'au drame.

*[Le thème de Futura News décliné sur un style lofi.]*

On pourrait croire que le protoxyde d'azote, ce petit nuage euphorisant qu'on surnomme « gaz hilarant » ou « proto », est juste un moyen de se marrer entre potes. Spoiler : ce n'est pas si simple.

Le drame de Roubaix, où une adolescente de 17 ans a été retrouvée sans vie dimanche 16 novembre, remet brutalement les pendules à l'heure. Des bonbonnes de protoxyde d'azote étaient présentes dans son logement. L'enquête est en cours, mais le gaz hilarant est fortement suspecté.

Alors, c'est quoi exactement ce protoxyde d'azote ? Aussi appelé  $N_2O$ , ce gaz a des usages très variés. En médecine, il sert d'anesthésique. Dans la vie de tous les jours, il se cache dans les siphons à chantilly et même dans certaines applications industrielles. Bref, rien de dangereux... quand on suit les règles.

Le hic, c'est quand les jeunes décident de détourner ce produit pour se shooter à l'euphorie. Selon le Baromètre de Santé publique France, en 2022, 14 % des 18-24 ans avaient déjà testé le protoxyde d'azote. Plus de 3 % en avaient consommé dans l'année. Et depuis 2020, les signalements d'intoxications sont en constante augmentation.

Le problème ? Beaucoup pensent que ce gaz hilarant est inoffensif. Grave erreur. Les risques sont loin d'être anodins. Pourquoi le protoxyde d'azote peut-il être mortel ?

Si on en abuse, et surtout à intervalles rapprochés, ça peut provoquer des complications graves. L'une des plus dangereuses : les caillots sanguins. Ces thromboses peuvent se détacher et causer une embolie pulmonaire. En clair, une obstruction d'une artère dans les poumons qui peut tuer très rapidement.

Mais ce n'est pas tout. Quand on inhale beaucoup de protoxyde d'azote, il peut remplacer l'oxygène dans nos poumons. Privation d'oxygène = lésions cérébrales irréversibles, voire mort par asphyxie. Oui, rien que ça.

Et puis il y a les effets rapides et visibles : vertiges, perte de réflexes, troubles de l'équilibre, coordination en berne... Bref, vous risquez de finir par terre plus vite que prévu, et pas dans un fou rire.

Alors, si vous ou quelqu'un autour de vous consomme ce gaz, que faire en cas de souci ? Les signes d'alerte incluent engourdissements dans les bras et jambes, sensations de brûlure ou de décharge électrique, picotements, perte du toucher ou difficultés à marcher. Là, direction un médecin ou un centre antipoison, sans traîner.

Et si c'est plus grave : malaise, difficultés respiratoires, troubles de la conscience... pas de discussion possible, il faut composer immédiatement le 112, le 15 ou le 18. Chaque minute compte.

Le drame de Roubaix nous rappelle une réalité froide : le protoxyde d'azote n'est pas un simple délire entre amis. Même s'il se vend facilement, malgré les restrictions légales et l'interdiction aux mineurs, ses conséquences peuvent être irréversibles.

Le gaz hilarant, c'est rigolo... jusqu'à ce que ça ne le soit plus du tout. Une inhalation trop forte, et ce qui commence comme un fou rire peut se terminer en catastrophe.

Alors oui, ce « proto » est accessible et tente beaucoup de jeunes curieux, mais connaître les risques, c'est vital. Ce n'est pas juste une substance à tester pour rigoler un peu.

Le bilan est simple : euphorie instantanée, mais danger immédiat. Le protoxyde d'azote peut sembler fun, mais derrière le nuage blanc se cachent des conséquences potentiellement fatales.

Pour les jeunes et leurs proches, la vigilance est de mise. L'information et la prévention restent les meilleurs alliés.

En résumé : un petit rire ne vaut jamais le prix d'une vie. Protégez-vous, protégez vos amis, et surtout, ne sous-estimez jamais ce que ce gaz peut provoquer.

C'est tout pour cet épisode de Futura SANTÉ. Si ce podcast vous plaît, pensez à lui laisser une note et un commentaire, et n'hésitez pas à le partager autour de vous. Cette semaine, je vous recommande notre dernier épisode de Vitamine Tech, dans lequel Adèle Ndjaki vous parle de Néo, le premier robot domestique ! Sur ce, je vous souhaite une excellente journée ou une très bonne soirée, prenez soin de vous et je vous dis à la prochaine, dans Futura SANTÉ.