

Note à l'attention des élèves des collèges, lycées et de leurs familles

Usage détourné du protoxyde d'azote (« gaz hilarant ») : une pratique à hauts risques !



L'Agence régionale de santé Occitanie souhaite attirer l'attention des élèves et de leurs familles sur les **risques liés à l'usage détourné du protoxyde d'azote**, également appelé « gaz hilarant », « proto » ou « happy balloon ».

Le protoxyde d'azote est un gaz utilisé légalement dans les domaines médical et culinaire (notamment dans les cartouches pour siphons à Chantilly). Toutefois, son **usage par inhalation à des fins récréatives est en nette augmentation chez les adolescents et les jeunes adultes**, y compris chez des collégiens et lycéens.

Des signalements sanitaires préoccupants en Occitanie

Les centres régionaux d'addictovigilance d'Occitanie ont recensé de **nombreux cas graves**, nécessitant parfois une hospitalisation, en lien avec des consommations non médicales de protoxyde d'azote. Ces situations concernent majoritairement des **jeunes**, parfois mineurs, et surviennent aussi bien lors de consommations occasionnelles que répétées.

Des risques graves souvent ignorés : ne jouez pas avec votre santé !

L'inhalation de protoxyde d'azote expose à des risques immédiats et graves, notamment :

- **Asphyxie par manque d'oxygène**, pouvant entraîner un **décès**
- **Atteintes neurologiques sévères** et parfois **irréversibles** : fourmillements, troubles moteurs, paralysies, atteinte de la moelle épinière
- **Perte de connaissance**, malaises, chutes et accidents
- **Brûlures graves** du visage ou des mains liées au froid du gaz
- **Troubles** de la vigilance et de l'équilibre

L'inhalation de protoxyde d'azote présente des **risques majeurs pour la santé, que l'usage soit unique ou répété**. Le protoxyde d'azote est très oxydant : sa consommation entraîne l'inactivation de la vitamine B12, une vitamine très importante pour le fonctionnement du corps humain, de la moelle osseuse et de la moelle épinière.

Un cadre légal

Depuis la loi du 1er juin 2021, la vente de protoxyde d'azote est interdite aux mineurs. Le fait d'inciter un mineur à consommer ce produit dans un but récréatif est passible de sanctions pénales.

Appel à la vigilance et à la prévention

Les adolescents sont particulièrement exposés à la banalisation de ce produit, souvent perçu à tort comme légal et sans risque. Ce produit, souvent inhalé en voiture, cause de graves accidents de la route, en Occitanie comme dans le reste du pays.

La **prévention repose sur l'information, le dialogue et la vigilance des adultes**, ainsi que sur la **capacité des jeunes à faire des choix éclairés** pour protéger leur santé et celle des autres.

Parlez-en en famille !

En savoir plus : [ARS OCCITANIE](#)



En cas de malaise grave ou de perte de connaissance : appelez immédiatement le 15 (SAMU)

Pour toute information, conseil ou accompagnement : **Drogues Info Service – 0 800 23 13 13 (appel gratuit, 7j/7)**

Signalement d'un événement sanitaire : tout événement sanitaire indésirable peut être signalé via le portail national <https://signalement.social-sante.gouv.fr>, Catégorie : *Particulier / Autre produit / Produit ou substance à effet psychoactif*