

Substance Abuse or Dependence

Substance abuse is a pattern of using alcohol or drugs that leads to problems in a person's life. These problems can:

- Put others at risk for harm when driving, working with tools or watching children
- Cause problems with family or friends
- Cause trouble with the law, or at work or school

Substance dependence is the need for alcohol or drugs. A person continues to drink or use drugs in spite of problems in his or her life. The person often needs more alcohol or drugs over time to get the same effect. As dependence grows, the person slips further away from family and friends. Performance at work or school drops and health problems occur. This person may not be able to see how alcohol or drug use is affecting his or her life. There may be signs of physical or emotional distress when the person cuts back or stops use. This is called withdrawal.

Substances Most Often Abused

Alcohol is the most often abused drug. Substance abuse can be the use of legal or illegal substances. Substances most often abused include:

- Alcohol such as beer, wine and liquor
- Nicotine in cigarettes and chewing tobacco

Toxicomanie ou dépendance

La toxicomanie est un comportement d'usage d'alcool ou de drogues qui entraîne des problèmes dans la vie d'un individu. Ces problèmes peuvent :

- exposer les autres à des risques de préjudice lors de la conduite, du travail avec des outils, ou de la garde d'enfants
- entraîner des problèmes familiaux ou avec des amis
- entraîner des problèmes avec la justice, au travail ou à l'école

La **dépendance aux substances toxiques** est le besoin d'alcool ou de drogues. Une personne continue à boire ou à se droguer en dépit des problèmes dans sa vie. La personne a fréquemment besoin de plus en plus d'alcool ou de drogues avec le temps afin d'obtenir le même effet. Lorsque la dépendance est de plus en plus forte, la personne se détache de sa famille et de ses amis. Les performances au travail ou à l'école diminuent et des problèmes de santé font leur apparition. Il est probable que cette personne soit incapable de se rendre compte de l'effet de la consommation d'alcool ou de l'usage de drogue sur sa vie. On peut observer des signes de détresse physique ou émotionnelle lorsque la personne limite ou cesse son usage. C'est ce qu'on appelle le sevrage.

Substances les plus souvent utilisées

L'alcool est la drogue la plus fréquemment utilisée. La toxicomanie peut être l'usage de substances légales ou illégales. Les substances les plus souvent utilisées comprennent :

- l'alcool comme la bière, le vin et les spiritueux
- la nicotine dans les cigarettes et le tabac à chiquer

- Street or club drugs, such as marijuana, bath salts, cocaine or crack, or other inhalants such as glue, gas or paint.
- Prescription or over the counter medicines
- Muscle relaxants and medicines for anxiety or sleep
- Anabolic steroids

Signs of Substance Abuse or Dependency

Talk to your doctor, nurse or counselor about getting help if you have any of these signs:

- I get high or intoxicated on a regular basis.
- I lie about use, especially about how much or often I drink or use drugs.
- I become defensive or angry when confronted about my use.
- I avoid my family and friends.
- I prefer the company of other drinkers or users.
- I am less involved in activities that I used to enjoy.
- I talk a lot about alcohol or drugs.
- I pressure others to drink or use.
- I have been in trouble with the law.
- I take risks, such as driving when high or drunk, or take sexual risks.
- I perform poorly at work or school due to using before, during or after work or class.
- I feel depressed, hopeless, or suicidal.

- des drogues de la rue ou de club, telles que la marijuana, les sels de bain, la cocaïne ou crack, ou encore d'autres substances à inhaler comme la colle, l'essence ou la peinture
- des médicaments obtenus avec ou sans ordonnance
- des décontractants musculaires, des médicaments contre l'anxiété ou des somnifères
- des stéroïdes anabolisants

Signes de toxicomanie ou de dépendance

Parlez à votre médecin, infirmière ou conseiller pour obtenir de l'aide si vous présentez un de ces signes :

- Je me drogue ou suis intoxiqué(e) de manière régulière.
- Je mens sur mon usage, particulièrement sur les quantités ou la fréquence à laquelle je bois ou je prends des drogues.
- Je suis sur la défensive ou en colère lorsque je suis confronté(e) à mon usage.
- J'évite ma famille et mes amis.
- Je préfère la compagnie des autres consommateurs d'alcool ou de drogues.
- Je m'implique de moins en moins dans des activités que j'aimais auparavant.
- Je parle beaucoup de l'alcool ou de la drogue.
- J'incite les autres à boire ou à se droguer.
- J'ai eu des problèmes avec la justice.
- Je prends des risques, comme conduire lorsque je suis drogué(e) ou ivre, ou je prends des risques sexuels.
- Je n'ai pas de bons résultats au travail ou à l'école, car je me drogue avant, pendant ou après le travail ou les cours.
- Je me sens déprimé(e), désespéré(e), ou j'ai des pensées suicidaires.

Hotlines

There is help available 24 hours a day for the person using alcohol or drugs, as well as for family members and friends.

Organization	Website	Phone Number
Alcoholics Anonymous	www.aa.org	1-877-515-1255
Al-Anon / Alateen		1-888-425-2666
Ohio Tobacco Quitline		1-800-784-8669
Cocaine Hotline	www.ca.org	1-800-347-8998
Marijuana Anonymous	www.marijuana-anonymous.org	1-800-766-6779
Narcotics Anonymous	www.na.org	1-818-773-9999
Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA)	www.findtreatment.samhsa.gov	1-800-662-4357

Hotlines

La personne dépendante à l'alcool ou aux drogues, ainsi que les membres de sa famille ou ses amis, peuvent obtenir de l'aide 24 heures sur 24.

Organisme	Site web	Numéro de téléphone
Alcooliques anonymes	www.aa.org	1-877-515-1255
Al-Anon / Alateen		1-888-425-2666
Hotline de l'Ohio pour l'arrêt du tabac		1-800-784-8669
Hotline pour la cocaïne	www.ca.org	1-800-347-8998
Marijuana anonymes	www.marijuana-anonymous.org	1-800-766-6779
Narcotiques anonymes	www.na.org	1-818-773-9999
Administration des services liés à la toxicomanie et à la santé mentale (SAMHSA)	www.findtreatment.samhsa.gov	1-800-662-4357

2008 – 6/2012 Health Information Translations

Unless otherwise stated, user may print or download information from www.healthinfotranslations.org for personal, non-commercial use only. The medical information found on this website should not be used in place of a consultation with your doctor or other health care provider. You should always seek the advice of your doctor or other qualified health care provider before you start or stop any treatment or with any questions you may have about a medical condition. The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health System, OhioHealth and Nationwide Children's Hospital are not responsible for injuries or damages you may incur as a result of your stopping medical treatment or your failure to obtain medical treatment.

Substance Abuse or Dependence. French.