

DR 9-PT : L'histoire de Sam : comment une ado de Walnut Creek s'est libérée de sa dépendance à la méthamphétamine*

San Francisco Chronicle

Christopher Heredia, rédacteur attitré de chroniques

Le mardi 6 mai 2003

Lorsque Sam a essayé la méthamphétamine pour la première fois avec ses camarades du secondaire de Walnut Creek l'année dernière, cela l'a effrayée. Mais ça lui a plu. Elle l'a réessayée, et réessayée.

Sam avait toujours détesté son corps, et maintenant elle perdait du poids. Elle trouvait finalement sa place. Elle avait été dépressive, mais la méthamphétamine avait changé les choses.

Peu de temps après toutefois, elle a commencé à se disputer avec ses parents et ses amies. Elle passait parfois des jours entiers dans sa chambre, craignant à tout moment d'entendre la police venir frapper à sa porte. Elle était persuadée qu'elle viendrait l'arrêter. Elle ne dormait plus. Elle ne pesait plus que 45 kg — alors qu'elle en pesait auparavant 66. Elle n'avait plus que la peau et les os. Elle perdait ses cheveux. Elle était seule.

Elle n'arrivait plus à se retrouver.

Au même moment où la consommation de méthamphétamine prenait des proportions épidémique dans les communautés gaies partout au pays, son usage prenait aussi des proportions alarmantes chez les jeunes des banlieues. Les études d'envergure nationale sur la santé révèlent que l'usage de la méthamphétamine croît plus rapidement chez les adolescents américains que l'usage de toute autre drogue. Seule la marijuana est davantage consommée que la méthamphétamine.

À l'échelle nationale, les spécialistes de la santé affirment que la méthamphétamine resserre sa poigne d'acier sur les jeunes des banlieues comme Sam parce qu'ils s'ennuient, sont perturbés et qu'ils sont prêts à faire le saut. Ils portent un lourd bagage émotionnel et recherchent une porte de sortie. Ils sont souvent déprimés et stressés au-delà du supportable. Peut-être souffrent-ils d'hyperactivité avec déficit de l'attention ou de trouble d'apprentissage qui n'a jamais été diagnostiqué.

« La méthamphétamine... ça tue, affirme Sam. Ça a foutu ma vie en l'air. »

Sam n'a que 17 ans. Elle vit à Walnut Creek avec ses parents et sa jeune sœur, une famille de classe moyenne à l'aise. La maison compte quatre chambres à coucher et trois salles de bain. L'entrée est privée. La famille possède une camionnette et un VUS, deux bateaux et une télévision à écran large.

(suite)

* Source : SAN FRANCISCO CHRONICLE par Christopher Heredia. Tous droits réservés 2003, *San Francisco Chronicle*. Reproduit avec l'autorisation du *San Francisco Chronicle* dans le format Autre livre par l'entremise du Copyright Clearance Center.
Reproduit avec l'autorisation du *San Francisco Chronicle* dans le format CD ROM par l'entremise du Copyright Clearance Center.

DR 9-PT : L'histoire de Sam : comment une ado de Walnut Creek s'est libérée de sa dépendance à la méthamphétamine (suite)

Mais de janvier à septembre 2002, leur vie a été un vrai enfer. Sam était perturbée et consommait de la méthamphétamine. Son père buvait beaucoup. Sa mère, qui souffre de dystrophie musculaire, était déjà épuisée.

Au cours de ces neuf mois d'agitation, Sam n'a jamais eu de difficulté à se procurer de la méthamphétamine. La drogue était bon marché – le prix courant pour une dose d'une soirée pour deux était de 40 \$ – et elle n'avait même pas toujours à payer. Sam dit qu'elle arrivait souvent que ses amies de la Northgate High School lui en fassent tout simplement cadeau.

« La meth est partout, dit-elle. Impossible d'y échapper. »

Et pourtant, elle y est parvenue. Et avec sa famille, elle espère maintenant que son témoignage – qui relate tout sauf son nom de famille – en aidera d'autres à s'en sortir.

Voici le témoignage de Sam.

La première fois

Durant l'adolescence, Sam n'avait aucun intérêt pour Britney Spears, ni pour les régimes alimentaires ni pour le sport. Elle préférait plutôt dessiner et écrire des poèmes. Elle téléchargeait de la musique à partir d'Internet. Son groupe favori était Sublime, dont le guitariste soliste, Bradley Nowell, une idole de Sam, est mort d'une surdose d'héroïne en 1996.

Sam portait le plus souvent un blue-jean et un sweatshirt. Elle se faisait un trait au crayon noir sur les paupières, et pour le reste, portait un maquillage plutôt discret.

À l'école, Sam ne faisait partie d'aucune bande. Sa jeune sœur, Jessica, est celle qui se donnait toujours des objectifs. À 15 ans, elle n'obtenait que des A à l'école et était une meneuse de claque au sourire éclatant lors des rencontres sportives avec d'autres écoles.

La famille de Sam menait une vie typique de banlieusards. Sa mère, Stephanie, travaille comme bénévole, et son père, Mike, est directeur des télécommunications. Sam se plaisait à fréquenter le centre commercial Sunvalley Mall de Concord et à gratter la guitare avec ses amis dans le parc.

À l'été 2001, Sam a fait l'expérience de l'alcool. Elle avait 16 ans. Sa boisson préférée était la bière – la MGD, sa marque favorite. Elle fumait aussi de la marijuana. Puis en janvier 2002, elle a essayé la cocaïne.

Elle ne connaissait rien de la méthamphétamine. Deux semaines après avoir pris de la cocaïne, une amie lui a offert de la méthamphétamine.

Comme elle se trouvait chez une amie, et que son amie en prenait, ça lui a paru O.K. Sam a ravalé ses craintes. Elles étaient en tout quatre filles. Elles en ont toutes reniflée.

(suite)

DR 9-PT : L'histoire de Sam : comment une ado de Walnut Creek s'est libérée de sa dépendance à la méthamphétamine (suite)

Puis elles en ont reniflée encore.

Sam et ses amies se plaisaient à utiliser le mot « tweek » pour parler de la méthamphétamine.

Peu de temps après, Sam reniflait ou fumait la meth chaque jour. Elle se sentait heureuse.

Ça la rendait bavarde, lui donnait plein d'énergie et ça lui a permis de perdre beaucoup de poids.

C'était les beaux jours, mais ça n'a pas duré.

Des signes d'ennuis

Vers la fin de février, une camarade de classe a appelé Stephanie. Sam ne s'était pas présentée en classe. L'ami disait qu'elle [Sam] était toujours sous l'effet de la drogue. Ses parents étaient fous de colère. Ils ont fait asseoir Sam et l'ont confrontée. Elle leur a menti. Elle leur a dit qu'elle ne faisait que fumer de la marijuana, rien de plus.

Lorsque plusieurs jours plus tard elle a avoué à ses parents qu'elle prenait de la méthamphétamine, ils ont été sous le choc. Puis ils se sont mis à s'inquiéter.

« C'est la pire des choses que tu puisses faire », lui ont-ils répondu.

Ils lui ont collé une interdiction de sortir d'une semaine. Sam y voyait une punition injuste, mais elle savait qu'elle les aurait à l'usure.

Elle a commencé par se faufiler par la fenêtre de sa chambre du rez-de-chaussée et à inventer des histoires à propos de ses fréquentations. Pendant ce temps, elle se limitait à fumer de la marijuana. Son amie n'avait pas de « tweek ». Elle a poursuivi son petit manège de janvier jusqu'à la fin d'août. Puis, un mercredi soir, elle a pris de la cocaïne offerte par une amie. Le jour suivant, la même amie avait de la « tweek ». C'était reparti.

Elle se tenait avec des camarades d'école qui vendaient de la drogue à temps perdu. Deux amis la fournissaient gratuitement en drogue ou lui en refilait pour presque rien.

Elle s'est éloignée de ses amies qui ne prenaient pas de drogue pour qu'elles ne découvrent pas son habitude. Elle avait honte. Elle était « à bout de nerf » – irritée, agitée et paranoïaque. Elle pensait que les gens épiaient ses moindres mouvements. Elle commençait à avoir des hallucinations.

Un jour, elle s'est rendue au centre commercial avec sa sœur. Elle a utilisé la carte de crédit de son père pour retirer un billet de 20 \$ au guichet automatique, pour acheter de la drogue. Son père l'a appris. Jessica lui a tout rapporté ce qu'avait fait sa grande sœur. Son père a explosé et a vertement sermonné Sam.

(suite)

DR 9-PT : L'histoire de Sam : comment une ado de Walnut Creek s'est libérée de sa dépendance à la méthamphétamine *(suite)*

Ce soir-là, Sam a fugué. Elle partait pour de bon. Elle s'est rendue chez une amie de Walnut Creek.

Elle a fumé pipe sur pipe de méthamphétamine, jusqu'à 7 h le lendemain matin. Pendant ce temps, ses parents l'ont désespérément cherchée toute la nuit. Ils l'ont finalement trouvée après avoir appelé ses amies l'une après l'autre. Ils l'ont ramenée à la maison.

À l'anniversaire de sa mère en août, elle était tellement dopée qu'elle ne voulait pas se joindre à la fête familiale dans un restaurant de Lafayette. Elle était épuisée et s'est endormie dans la voiture. Sa famille l'a forcée à entrer dans le restaurant. La seule chose à laquelle Sam pouvait penser était à quel point elle détestait se trouver là.

Elle se demandait si ses parents allaient remarquer à quel point ses pupilles étaient dilatées. Elle n'a rien mangé.

Pendant quatre semaines, tout au long du mois d'août, Sam a fumé de la méthamphétamine chaque jour. Après un épisode de fugue, son père l'a fait asseoir et lui a demandé si elle souhaitait avoir de l'aide. Elle a répondu que oui.

Début septembre, elle a entrepris une cure de désintoxication à la New Bridge Foundation, une clinique externe privée de Walnut Creek. Les assurances de ses parents couvraient la majeure partie des frais.

Sam a dû faire un pacte avec elle-même et avec sa famille. Elle a signé un contrat maison dans lequel il était dit, entre autres : « C'est la dernière fois aujourd'hui que je prends de la méthamphétamine ». Le contrat exigeait d'elle de dresser la liste des amis qu'elle promettait de ne plus fréquenter et de se soumettre à deux analyses d'urine par semaine pour détecter la présence de drogue.

Sam était en voie de se rétablir.

Une révélation choquante

Plusieurs semaines après avoir signé son contrat, Sam participait à une séance de thérapie familiale en compagnie de ses parents à la New Bridge Foundation. Il y avait dans la pièce des adolescents qui livraient leur témoignage.

Sam disait alors à ses parents qu'elle n'avait pas touché à la méthamphétamine depuis le début du traitement — et ils la croyaient. Mais au cours de cette séance, Sam s'est levée, a regardé Stephanie et Mike et a dit : « Papa et maman, j'en ai pris. »

Stephanie s'est sentie défaillir. Elle a commencé à sangloter. « Je croyais que c'était terminé, Sam. » Elle ne pouvait plus s'arrêter de pleurer.

Sam a rechuté deux autres fois.

(suite)

DR 9-PT : L'histoire de Sam : comment une ado de Walnut Creek s'est libérée de sa dépendance à la méthamphétamine (suite)

Se fixer des objectifs

Vers novembre 2002, Sam n'avait plus rien consommé depuis 45 jours – les rechutes appartenaient au passé.

Sam a convenu avec tout le monde qu'elle avait besoin de se fixer des objectifs pour se tenir loin de la drogue. Elle a rempli un formulaire de la New Bridge Foundation dans lequel étaient énumérés des signes avant-coureurs à surveiller : « manque de rencontres, isolement, colère/tristesse (sic), fréquenter des amis utilisateurs de drogues, fréquenter les fêtes entre amis (sic). »

Elle a aussi fait une liste de choses sur lesquelles travailler : « Maîtriser ma colère, rester occupée, exprimer mes sentiments, me tenir loin de la drogue. »

Presque à la même époque, Sam a commencé à voir un thérapeute, le Dr Alex Stalcup, de Lafayette, qui a diagnostiqué un état dépressif et a commencé à la traiter pour hyperactivité avec déficit de l'attention.

Malgré les progrès de Sam, le Dr Stalcup demeurait préoccupé. Le rétablissement de sa patiente était très fragile.

Soixante-quatrième jour sans drogue

Nous sommes maintenant en décembre, et, à Walnut Creek, la mère de Sam continue de s'adapter à la rude épreuve que constitue la dépendance de sa fille à la méthamphétamine.

« Je me laisse faire trop facilement », explique Stephanie, assise à la table de la cuisine. Elle a modifié ses techniques parentales. « Il m'a fallu du temps pour comprendre que les choses allaient mal, et je dois maintenant être ferme. Je ne veux pas non plus me mettre dans son chemin. J'essaie de la laisser régler ses problèmes. Nous prenons les choses au jour le jour. »

Stephanie et Mike ont retiré à Sam l'autorisation de conduire pour une période indéterminée. Ils l'ont obligée à revenir à la maison immédiatement après l'école ou toute rencontre des Narcotiques anonymes. Sa mère la conduit à ces rencontres.

Stephanie et Mike étaient aussi aux prises avec d'autres problèmes. Sam ne pouvait pas s'imaginer être à la maison parce qu'elle aurait été tentée par le vin et la bière que Mike garde au réfrigérateur. Après une discussion en famille au sujet des habitudes de consommation de Mike, il a été décidé qu'il n'y aurait plus d'alcool dans la maison.

Stephanie et Mike se sont rendus à une rencontre d'Al-Anon, un programme à l'intention des amis et familles de personnes alcooliques ou toxicomanes. C'est là qu'ils ont appris que la dépendance est une maladie, que ce n'est pas un choix personnel mais quelque chose qui ne dépend pas de la volonté.

(suite)

DR 9-PT : L'histoire de Sam : comment une ado de Walnut Creek s'est libérée de sa dépendance à la méthamphétamine (suite)

Cela les a aidés.

Les hauts et les bas

À sa 94^e journée dans drogue – au début de juin – Sam était de mauvaise humeur. Elle a dormi jusqu'au milieu de l'après-midi. Le médecin lui avait prescrit un nouvel antidépresseur.

Stephanie était entrée dans la chambre de Sam quelques jours auparavant et était convaincue d'avoir senti des relents d'alcool.

« Elle n'est tout simplement pas une personne heureuse, explique Stephanie. Je crois que ça a un lien avec ses antécédents d'hyperactivité avec déficit de l'attention et de dépression. Je suis très inquiète. Ça me fait peur. Il est normal pour une maman d'essayer d'arranger les choses, mais cela me dépasse. »

« Elle ne veut pas passer de temps avec sa famille. Elle veut éviter toute responsabilité. Elle n'a touché ni à ses devoirs ni à ses leçons. »

Le père de Sam croit aussi que la famille et ses problèmes ont quelque chose à voir avec l'évasion de Sam dans la drogue. Mais il précise que les expériences de l'adolescence et l'isolement de Sam ont aussi joué un rôle.

« Lorsque les enfants grandissent, nous, en tant que parents, nous tentons de leur transmettre nos valeurs, affirme Mike. Les cris, les hurlements, cela arrive à l'occasion dans toutes les familles. Ça a sans doute aussi contribué au problème. Lorsqu'ils ne réussissent pas bien à l'école, vous mettez de la pression sur eux, et ils cherchent à échapper aux pressions. »

« La méthamphétamine fait des ravages ici, et je suis certain que c'est partout comme cela. Nous sommes fiers d'elle, du fait qu'elle soit capable de s'en sortir, de ne plus y toucher. Peu de gens sont capables de faire cela. »

Chaque fois que Sam sort de la maison, Stephanie a peur qu'elle ne revienne plus – plus jamais. « Avec un peu de chance, elle demeurera en postcure. Nous allons utiliser toutes les ressources dont nous disposons. »

Stephanie s'inquiéterait peut-être moins si elle pouvait entendre les témoignages de sa propre fille.

Comme la fois où Sam a reçu un appel de Nouvel An d'une de ses anciennes amies avec qui elle prenait de la drogue.

« Elle m'a raconté qu'elle ne dormait plus depuis deux ou trois jours, explique Sam. Elle fréquente un revendeur de drogue. Ces gens ne m'attirent pas. Elle me disait : « Sortons ensemble. Je ne t'ai pas vue depuis longtemps. » Je ne voulais plus lui parler.

(suite)

DR 9-PT : L'histoire de Sam : comment une ado de Walnut Creek s'est libérée de sa dépendance à la méthamphétamine (suite)

« Je ne me suis jamais sentie aussi bien. Plus de mensonges, plus rien à cacher, plus de chaos. Plutôt que d'aborder les problèmes de manières inappropriées, nous trouvons des solutions. Je croyais que la méthamphétamine me procurait du plaisir. En réalité, ça n'avait rien d'agréable. »

Sam a fini par comprendre que l'ennui a joué un rôle dans sa dépendance à la méthamphétamine : « Tout le monde a beaucoup d'argent. Les parents donnent de l'argent aux enfants. Il n'y a rien à faire à Walnut Creek. La méthamphétamine vient mettre un peu de piment dans votre vie. C'est ma drogue favorite. C'est aussi la pire. C'est tellement sale. »

Un grand jour

« C'est très bien Sam! », déclare Amy Bush, enseignante, en lui remettant une lettre.
« C'est fait! de s'exclamer Sam. Je vais l'accrocher au mur. Youpi! »

Sam vient tout juste de terminer ses cours à la Nueva Vista Continuation High School.

« Il y eu des moments plutôt difficiles », ajoute à son tour Julie Hernandez, directrice de l'école Nueva Vista.

Le projet final de Sam, remis le 31 janvier, comptait plusieurs poèmes et un texte sur sa lutte contre sa dépendance à la méthamphétamine.

Sam a eu 18 ans le 4 juin. Elle recevra son diplôme le 8, après quoi elle projette de poursuivre ses études au Diablo Valley College à l'automne et de chercher un emploi. Son père lui a promis un Jeep et un téléphone cellulaire.

« J'ai des objectifs, des projets et des échéanciers et je dois me tenir loin de la drogue, explique-t-elle. Je ne peux pas consommer. Je pourrais en mourir. Les choses seront comme avant si je consomme de nouveau. Avant, je réglais mes problèmes en me dopant. Maintenant, j'y fais face. »

L'avenir

Cela fait maintenant 220 jours que Sam n'a pas touché à la drogue.

Ça n'a pas été facile.

« Je serai toujours là pour faire tout ce que je peux pour l'aider, affirme Stephanie. Vous ne pouvez pas abandonner vos enfants. Vous les aimez et vous voulez qu'ils s'en sortent. Ils ne peuvent y parvenir sans une famille solide. »

Pour sa part, Sam n'a jamais été aussi heureuse — ni ne s'est jamais sentie aussi forte.

(suite)

DR 9-PT : L'histoire de Sam : comment une ado de Walnut Creek s'est libérée de sa dépendance à la métamphétamine (suite)

« Je ne veux pas revenir en arrière, dit-elle. Ma vie va très bien maintenant. J'ai ma maison, mon père va m'acheter un Jeep, j'ai mon téléphone cellulaire, et mes parents me font confiance. »

« Être adulte signifie que je dois maintenant assumer mes responsabilités, faire pour moi-même des choses que mes parents ne peuvent faire. »

* L'histoire de Sam est disponible sur le site Web suivant :
Christopher Heredia, "Sam's Story: Walnut Creek Teen's Road from Meth", *San Francisco Chronicle*, le 6 mai 2003 : p. A-1.
Disponible sur le site Web de SFGate.com à <www.sfgate.com/cgi-bin/article.cgi?file=/c/a/2003/05/06/MN202176.DTL>.