

Le cannabis : Est-ce un bon choix pour moi?



Toronto Academic Pain Medicine Institute

QU'EST-CE QUE LE CANNABIS?

Le cannabis, également appelé marijuana, est dérivé d'un type de chanvre : le *Cannabis sativa* ou *indica*.

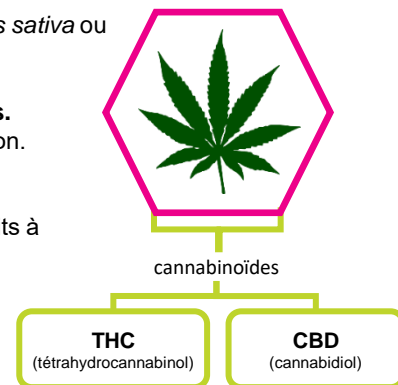
Le cannabis contient plus d'une centaine de produits chimiques appelés **cannabinoïdes**.

- Le **THC** produit une sensation d'euphorie et peut causer la somnolence et la confusion.
- Le **CBD** ne produit pas d'euphorie et peut soulager la douleur.

Le cannabis est offert sous forme de bourgeons séchés, d'huiles, de teintures, de produits à vaporiser, d'ambres, et de cires.

Les effets du cannabis varient d'une personne à une autre et dépendent de ce qui suit :

- votre constitution biologique et votre consommation antérieure de cannabis;
- la souche de la plante contenue dans le produit et la teneur en THC et en CBD;
- la façon dont vous consommez le cannabis et la quantité prise;
- les autres médicaments ou substances que vous prenez.



AVANTAGES POSSIBLES

De petites études ont démontré que le cannabis médicinal a des effets bénéfiques chez certaines personnes vivant avec :

- des douleurs neuropathiques (aux nerfs);
- des douleurs liées à des symptômes palliatifs ou à la fin de vie;
- une spasticité (sclérose en plaques ou lésion de la moelle épinière).

MÉFAITS POSSIBLES

- Diminution de la pensée, de la perception, de la mémoire, de la concentration et de la capacité de prendre des décisions
- Nausées et vomissements intenses (syndrome d'hyperémèse cannabinoïde)
- Bronchite, infections pulmonaires et toux chronique
- Symptômes d'anxiété, de dépression ou de psychose
- Dépendance ou toxicomanie

Vous devriez envisager de prendre du cannabis *seulement* si les médicaments conventionnels ne fonctionnent pas.

LE CANNABIS N'EST PAS RECOMMANDÉ DANS LES CAS SUIVANTS :



Si vous :

- êtes allergique aux cannabinoïdes;
- êtes enceinte ou allaitez;
- avez moins de 25 ans.

Si vous :

- avez déjà souffert d'une maladie cardiaque ou pulmonaire;
- avez des antécédents personnels ou familiaux de maladies mentales graves;
- souffrez ou avez souffert d'un trouble lié à la consommation de cannabis ou d'une autre substance.

POUR ACCROÎTRE VOTRE SÉCURITÉ ET RÉDUIRE LE RISQUE DE MÉFAITS :

- ✓ Choisissez des produits faibles en THC.
- ✓ Évitez les produits à base de cannabis synthétique (p. ex., K2, spice).
- ✓ Procurez-vous le cannabis auprès de producteurs autorisés par Santé Canada.
- ✓ Optez pour le cannabis sous forme d'huile ou de produit à vaporiser plutôt que pour le cannabis inhalé.
- ✓ Ne consommez pas le cannabis avec de l'alcool ou d'autres sédatifs.
- ✓ Gardez le cannabis dans un contenant sous clé.
- ✓ Ne donnez pas et ne vendez pas votre cannabis.
- ✓ Attendez au moins quatre heures avant de conduire si vous avez inhalé du cannabis, six heures si vous en avez mangé et huit heures si vous avez ressenti un sentiment d'euphorie.