



Nom officiel

Cannabis

Nom(s) de rue

Cannabis (marijuana, mari, herbe, pot, ganja, marie-jeanne), haschisch (hasch, shit, chocolat), extraits (huile de cannabis, résine, hasch liquide), cannabis comestible.

Qu'est-ce que Le cannabis?

Produit extrait du chanvre (*Cannabis sativa*), le cannabis est utilisé pour ses effets psychoactifs et thérapeutiques. Il se présente sous diverses formes, notamment sous forme de fleurs et de feuilles séchées, de haschisch, d'extraits comme l'huile de cannabis et les concentrés (shatter), et de produits comestibles (bonbons, beurre ou pâtisseries).

Le cannabis contient des centaines de composants chimiques dont plus de 100, appelés cannabinoïdes, sont spécifiques au chanvre. Le THC (delta 9-tétrahydrocannabinol) est le principal cannabinoïde psychoactif, responsable de la sensation d'euphorie (« high ») procurée par la marijuana. Le cannabidiol (CBD), un autre cannabinoïde, a peu ou pas d'effets psychoactifs. Il contrebalance certains des effets négatifs du THC et ne procure pas une sensation d'euphorie.

Quelle est la provenance de Le cannabis?

Le cannabis est originaire des zones tropicales et tempérées, mais il est cultivé un peu partout dans le monde.

À quoi ressemble Le cannabis?

La marijuana provient des feuilles et des fleurs séchées du *Cannabis sativa*. Elle peut contenir des bouts de tige et des graines, et sa couleur varie du vert grisâtre au brun verdâtre. Le hachisch est la résine séchée et comprimée des fleurs de cannabis et sa couleur varie du brun au noir; il est vendu en morceaux. On obtient l'huile de cannabis en faisant bouillir les fleurs ou la résine de cannabis dans un solvant organique jusqu'à obtention d'un liquide poisseux, de couleur brun rougeâtre ou verdâtre. La teneur en THC de chaque forme de cannabis varie, mais le hachisch est plus puissant que la plante elle-même et l'huile de cannabis est la forme la plus puissante de toutes.

Le cannabis peut être consommé de différentes manières. Par exemple, il peut être roulé dans du papier à cigarettes (alors appelé « joint »), mélangé avec du tabac et roulé dans du papier à cigarettes (alors appelé « spliff »), ou fumé dans une pipe ou un bang. Il peut aussi être vapoté. Les extraits (comme l'huile ou le concentré) sont souvent fumés au moyen d'une pipe à huile. Le cannabis peut également être incorporé aux aliments.

Qui consomme ce produit?

Selon l'Enquête canadienne sur le tabac, l'alcool et les drogues, 3,6 millions (12 %) de Canadiens ont consommé du cannabis en 2015. De cette population, 24 % ont déclaré avoir consommé du cannabis pour des raisons médicales.

Quels sont les effets de Le cannabis?

Les effets du cannabis dépendent des facteurs suivants :

- la quantité consommée;
- la fréquence et la durée de consommation;
- la voie de consommation (fumé, vapoté ou ingéré);
- la façon dont on se sent, l'effet recherché et le milieu dans lequel on se trouve;
- l'âge de la personne;
- tout trouble médical ou psychiatrique dont la personne peut être atteinte;

- la consommation concomitante d'alcool, de drogues illicites, de médicaments ou de remèdes à base de plantes.

Les effets du cannabis varient grandement d'une personne à l'autre. Certains usagers se sentent plus détendus, pleins d'entrain et loquaces, et ils sont pris de fou rire; d'autres, au contraire, deviennent tendus et anxieux, sont pris de peur et se sentent désorientés. Le type d'expérience qu'on peut avoir varie d'un épisode de consommation à un autre, habituellement en raison de la quantité prise, de la méthode utilisée et de la fréquence de consommation.

Parmi les effets physiologiques du cannabis, on peut citer :

- rougeur des yeux;
- assèchement de la bouche et de la gorge;
- irritation des voies respiratoires (causée par la fumée);
- stimulation de l'appétit et accélération de la fréquence cardiaque;
- baisse de la tension artérielle, et perte de l'équilibre et de la stabilité;
- somnolence ou agitation, selon la quantité absorbée et la réaction de l'organisme.

Cependant, les utilisations thérapeutiques du cannabis sont associées à sa capacité de réguler (et d'atténuer) :

- les nausées (p. ex., pour les patients en chimiothérapie);
- l'appétit (p. ex., pour les personnes atteintes du cancer ou du VIH/sida);
- la douleur (p. ex., pour les personnes atteintes de sclérose en plaques, de douleur liée au cancer ou de douleur chronique qui n'est pas liée au cancer);
- l'humeur dépressive et l'insomnie (p. ex., pour les personnes atteintes de maladies chroniques).

Combien de temps dure la sensation?

Lorsque le cannabis est fumé ou vapoté, l'effet est presque immédiat et peut durer plusieurs heures, selon la quantité consommée. Lorsqu'il est ingéré, l'effet se fait sentir en une heure environ, mais dure plus longtemps que lorsqu'il est

fumé.

Bien que l'état d'euphorie ne dure que quelques heures après avoir fumé du cannabis, le THC est stocké dans les cellules adipeuses et il faut plusieurs jours, voire plusieurs semaines, à l'organisme pour s'en débarrasser complètement. C'est pourquoi les tests de dépistage de la consommation de cannabis peuvent donner un résultat positif longtemps après que les effets se sont dissipés.

Cette substance crée-t-elle une dépendance?

Les personnes qui consomment souvent du cannabis peuvent développer une dépendance psychologique ou physiologique légère. Les personnes ayant une dépendance psychologique peuvent être préoccupées par la consommation de cannabis, et si elles ne peuvent pas en consommer, se sentent anxieuses.

L'usage fréquent et prolongé du cannabis risque aussi d'entraîner une dépendance physiologique. L'arrêt soudain de sa consommation peut déclencher un léger syndrome de sevrage. Parmi les symptômes du syndrome de sevrage, figurent l'irritabilité, l'anxiété, les maux d'estomac, la perte d'appétit, la transpiration profuse et le dérèglement du sommeil. Les symptômes disparaissent généralement au bout d'une semaine, mais les troubles du sommeil peuvent durer plus longtemps.

Est-ce qu'il y a des dangers liés à l'utilisation?

Les personnes qui consomment du cannabis devraient être conscientes des risques pour la santé et prendre des mesures pour les éviter. Les risques pour la santé suivants sont possibles pour toute personne qui consomme beaucoup ou souvent du cannabis :

- troubles de la pensée, de la mémoire ou de la coordination physique;
- affaiblissement des facultés, ce qui peut entraîner des blessures graves, y compris celles causées par des accidents de la route;

- hallucinations (voir, entendre, goûter, sentir ou toucher des choses qui n'existent pas vraiment);
- troubles mentaux, en particulier si la personne ou un membre de sa famille immédiate a eu un problème de santé mentale, comme la psychose ou une dépendance à l'alcool ou à d'autres drogues;
- dépendance au cannabis;
- problèmes respiratoires ou pulmonaires causés par le tabagisme;
- cancer attribuable au tabagisme;
- problèmes pendant ou après la grossesse, surtout si le cannabis est fumé.

Pour en savoir plus sur ces risques et les moyens de les éviter, les Directives canadiennes d'usage de cannabis à faible risque<Link in related link section> peuvent être utiles.

Sources :

Vous connaissez... Le cannabis © Centre de toxicomanie et de santé mentale, 2010.

Directives canadiennes d'usage de cannabis à faible risque, © Centre de toxicomanie et de santé mentale, Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances, 2017.

Renseignements pour le consommateur - Cannabis (marihuana, marijuana) © Santé Canada, 2016

Renseignements destinés aux professionnels de la santé : Le cannabis (marijuana, marihuana) et les cannabinoïdes, © Santé Canada, 2013.

Enquête canadienne sur le tabac, l'alcool et les drogues, © Gouvernement du Canada, 2017.

Où puis-je trouver de l'aide, des traitements et du soutien pour la consommation de cette substance?

- Traitements offerts à CAMH: [Accès CAMH](#)
- [Aide pour les familles](#)

- [ConnexOntario](#) 
- [Jeunesse, J'écoute](#)  : Ligne d'aide 1-800-668-6868

Où obtenir des informations supplémentaires de CAMH sur cette substance?

- [Directives canadiennes d'usage de cannabis à faible risque](#) ^{PDF} (PDF)
- [Un cadre pour la légalisation et la réglementation du cannabis au Canada](#) 