

Cannabis et santé Foire aux questions

1. Quels sont les effets à court terme du cannabis sur la santé?

La consommation de cannabis peut provoquer les effets à court terme suivants :

- Euphorie et détente
- Anxiété ou dépression
- Hallucinations et psychose
- Somnolence
- Pertes de mémoire
- Difficulté à se concentrer et à réfléchir
- Appétit stimulé
- Accélération du rythme cardiaque
- Problèmes de coordination et temps de réaction réduit (p. ex. au volant)
- Bouche et gorge sèches

2. Quels sont les effets à long terme du cannabis sur la santé?

La consommation de cannabis peut provoquer les effets à long terme suivants :

- Troubles mentaux comme l'anxiété, la dépression et la psychose, surtout chez les personnes ayant des antécédents familiaux.
- Problèmes de mémoire, d'attention, de concentration et difficulté à réfléchir et à raisonner, quand la consommation est fréquente (une ou plusieurs fois par jour).
- Troubles respiratoires :
 - Toux
 - Respiration sifflante
 - Essoufflement
 - Serrement de poitrine
 - Aggravation des symptômes de l'asthme

3. Quels sont les risques pour la santé associés à la consommation de cannabis?

- Chez certaines personnes, la consommation de cannabis augmente le risque de psychose, comme la schizophrénie, surtout si :
 - elles ont commencé très tôt;
 - elles en consomment souvent (tous les jours ou presque);
 - elles ont des antécédents personnels ou familiaux de psychose ou de schizophrénie.
- La consommation de cannabis durant l'adolescence est associée à des modifications du cerveau pouvant nuire à son développement et à son fonctionnement, étant donné qu'il se développe encore jusqu'à l'âge de 25 ans environ.

4. Le cannabis est-il moins dangereux que le tabac?

Le cannabis n'est pas une bonne solution de rechange au tabac. La fumée du cannabis contient un grand nombre de produits chimiques que l'on retrouve dans la fumée du tabac, produits qui peuvent avoir des effets néfastes sur la santé et causer des problèmes respiratoires ou le cancer. Les personnes qui consomment le cannabis en le fumant sont plus exposées à ses produits chimiques nocifs, car la fumée est inhalée profondément et gardée longtemps dans les poumons.

5. Les enfants et les jeunes peuvent-ils consommer du cannabis sans danger?

Il est dangereux pour les enfants ou les jeunes de consommer du cannabis ou d'être exposés à de la fumée secondaire.

La consommation de cannabis endommage des parties du cerveau dont la croissance ne se termine pas avant le début de l'âge adulte (25 ans environ). Si la consommation commence tôt et est fréquente, elle augmente le risque de psychose, par exemple la schizophrénie.

Le cannabis peut aussi nuire à la motivation, aux résultats scolaires et à l'apprentissage.

6. Les femmes enceintes ou qui allaitent peuvent-elles consommer du cannabis sans danger?

Il est dangereux pour les femmes enceintes ou qui allaitent de consommer du cannabis.

La consommation de cannabis pendant la grossesse peut donner lieu à un faible poids de naissance et nuire au développement et au comportement des enfants et des adolescents.

Le principal produit psychotrope du cannabis (le THC) peut s'accumuler dans le lait maternel. Vu les risques pour la mère et l'enfant, on déconseille aux femmes qui allaitent de consommer du cannabis.

7. La fumée secondaire du cannabis est-elle dangereuse?

Pour l'instant, peu d'études se sont penchées sur les risques associés à la fumée secondaire du cannabis. En revanche, on sait que la fumée du cannabis contient un grand nombre de produits chimiques responsables du cancer que l'on retrouve dans la fumée du tabac. Les enfants et les jeunes, de même que les femmes enceintes, ne devraient pas être exposés à la fumée secondaire du cannabis.

8. Quelle est la différence entre le cannabis à usage médical et le cannabis à usage récréatif?

Le cannabis à usage médical est prescrit par un médecin pour le traitement d'un problème de santé. Il ne peut être obtenu que sur ordonnance auprès d'un producteur réglementé et titulaire d'un permis au Canada.

Le cannabis à usage récréatif ne nécessite pas d'ordonnance et est utilisé à des fins diverses. Illégal à l'heure actuelle, il s'obtient généralement sur le marché noir, auprès de personnes non autorisées et non réglementées. Cette situation pose des risques pour la santé, puisqu'on connaît rarement la puissance et la pureté du produit qu'on achète.

9. Est-ce que l'on peut devenir dépendant au cannabis?

Oui, on peut devenir dépendant. La dépendance au cannabis peut provoquer les comportements suivants :

- Incapacité à accomplir des tâches essentielles au travail, à l'école ou à la maison;
- Abandon d'activités sociales, professionnelles ou récréatives importantes à cause de sa consommation;
- Consommation qui augmente en fréquence et en quantité ou qui dure plus longtemps que prévu;
- Incapacité à réduire ou à contrôler sa consommation.

Si vous avez une dépendance au cannabis et que vous avez besoin d'aide, vous pouvez en parler à un médecin ou à un infirmier ou une infirmière en santé mentale du centre de santé le plus proche de chez vous. Vous pouvez aussi appeler la ligne d'aide Kamatsiaqtut au 1 800 265-3333 (sans frais) pour obtenir du soutien de manière anonyme et confidentielle.

Les références des renseignements ci-dessus peuvent être fournies sur demande par le ministère de la Santé.