

Cannabis

Le saviez-vous?

- Le cannabis sativa est une plante qui contient du THC (delta-9-tétrahydrocannabinol). Il s'agit d'une drogue unique, dont les effets incluent la somnolence (sensation de calme), l'euphorie (sensation de bien-être) et des hallucinations. Les effets hallucinogènes du THC changent la manière de penser, de voir et d'entendre.
- Le cannabis est utilisé pour produire trois drogues :
 - La marijuana (« pot », « joint », « grass », « dope ») se compose des feuilles et des fleurs séchées de la plante.
 - Le haschich (hasch) provient de la résine séchée que l'on trouve sur la partie supérieure de la plante. La résine est souvent brune ou noire et se présente sous forme de morceaux.
 - L'huile de haschich provient du haschich. Cette huile visqueuse peut être brune, noire, rouge ou incolore. Elle est souvent mise dans des petites bouteilles ou capsules.
- De nos jours, le contenu de THC dans les produits de cannabis est plus élevé qu'il y a plusieurs années, ce qui en fait une drogue plus puissante.
- Généralement, les produits du cannabis se fument. On peut aussi les manger.
- Si on le fume, le THC produit des effets après quelques minutes qui durent généralement de trois à quatre heures. Si on l'avale, ses effets peuvent prendre une heure ou plus pour se manifester. Le THC peut continuer d'avoir des effets sur les consommateurs le jour suivant.
- La fumée d'une cigarette de marijuana contient plusieurs produits chimiques, dont plusieurs se retrouvent dans la fumée de tabac et sont connus pour leurs effets cancérigènes.
- Le THC est stocké dans des cellules adipeuses et le corps s'en débarrasse lentement. Ainsi, le THC peut se trouver dans le corps jusqu'à 30 jours après l'arrêt de la consommation, et même plus longtemps pour les consommateurs fréquents.

Le cannabis est-il légal?

Le cannabis est une drogue illégale au Canada. Il est interdit de produire, de vendre ou d'utiliser cette substance. Les dispositions législatives présentement à l'étude pour décriminaliser le cannabis feront en sorte que la possession de cannabis sera toujours contraire à la loi. Par contre, la sanction pour la possession de cannabis pour usage personnel versus le trafic sera une amende plutôt qu'un séjour en prison.

Effets à court terme

La consommation du cannabis peut mener aux effets suivants :

- yeux rouges et baisse de la température cutanée;
- somnolence, élocution ralentie;
- sensation de plaisir extrême, rires nerveux et éclats de rire;
- hausse du rythme cardiaque et de la pression artérielle;
- forte envie de nourriture;
- sensation que le temps passe plus lentement ou plus vite;
- sensation d'être séparé de la réalité et de voir ou d'entendre des choses qui ne sont pas vraiment là;
- temps de réaction ralenti et coordination réduite ;
- problèmes de concentration et de mémoire;
- vertiges ou évanouissement lors de consommations répétitives à haute dose.
- sentiment de panique ou de paranoïa (être effrayé ou méfiant sans raison);
- manière différente de toucher, de voir et d'entendre (la musique peut sembler plus distincte, les couleurs plus lumineuses, les émotions plus intenses).

Suite au verso...

Effets à long terme

La consommation excessive et à long terme de cannabis peut mener aux effets suivants :

- problèmes de mémoire à court terme;
- difficultés d'apprentissage et de résolution de problèmes;
- problèmes de respiration, toux fréquente, endommagement des poumons, augmentation du risque de cancer;
- problèmes du système immunitaire (le corps combat moins facilement les infections);
- problèmes du système reproducteur, comme la diminution de la production de spermatozoïdes, l'impuissance chez l'homme (incapacité d'avoir une érection), l'irrégularité des cycles menstruels chez la femme;
- peur et anxiété après la consommation à haute dose.

La consommation de cannabis peut entraîner une réduction de la motivation, un manque d'énergie et une perte d'intérêt à la vie.

Tolérance et dépendance

- La consommation fréquente et régulière du cannabis peut développer une tolérance, ce qui entraîne un besoin plus important pour obtenir le même effet.
- Le cannabis peut créer une dépendance psychologique (les consommateurs ont le sentiment qu'ils en ont besoin).

Symptômes de sevrage

- Les symptômes de sevrage physiques peuvent comprendre les suivants : troubles de sommeil, irritabilité, perte d'appétit, nervosité, anxiété, transpiration, frissons et légère nausée.
- Les symptômes sont généralement assez légers et peuvent durer jusqu'à une semaine. L'état de manque peut cependant durer plus longtemps.
- Il est improbable de faire une surdose de cannabis tant qu'on ne le mélange pas à d'autres drogues.

Autres risques

- La consommation de cannabis par les jeunes peut avoir un effet négatif sur le système reproductif (une baisse des hormones sexuelles chez les garçons et des troubles du cycle menstruel chez les filles).
- La consommation de cannabis peut être néfaste pour le fœtus (faible poids à la naissance, naissance prématurée, possibles troubles de l'apprentissage).

- Les personnes ayant une maladie cardiaque ou une hyperpression artérielle élevée peuvent encourir des complications.
- Dans des cas plus rares, le cannabis peut déclencher un épisode psychotique (état dans lequel la personne ne distingue pas ce qui est vrai de ce qui ne l'est pas).
- Certaines personnes se mettent dans des situations dangereuses lorsqu'elles consomment cette drogue (conduire avec des capacités affaiblies, avoir des relations sexuelles non protégées, agir de manière imprudente pouvant causer des blessures).

N'OUBLIEZ PAS : Les effets de la consommation d'une drogue peuvent varier d'une personne à une autre. Voici quelques-uns des nombreux facteurs qui peuvent affecter l'expérience : la quantité et la concentration de la drogue consommée, les conditions dans lesquelles elle est consommée, l'humeur de la personne et ses attentes avant de consommer la drogue, le sexe de la personne, son état de santé général, ses expériences antérieures avec la drogue en question et si la drogue est utilisée seule ou si elle est combinée avec d'autres. Il peut être dangereux de consommer de l'alcool et d'autres drogues en même temps.

Sources and For More Information

ABCs of Cannabis (feuille d'information), Alberta Alcohol and Drug Abuse Commission, 2000.

A Primer of Drug Action, Robert Julien, Henry Holt and Company, 2001.
Buzzed, Duke University Medical Centre, 1998.

Site Web du Réseau canadien de la santé : www.reseau-canadien-sante.ca

Cannabis (brochure), Addiction Research Foundation, 1991.

Drugs & Drug Abuse, Centre de toxicomanie et de santé mentale, 1998.

Fast Facts on Drugs, Fondation manitobaine de lutte contre les dépendances, 2004.

Marijuana Information (brochure), Vancouver Island Health Authority.

Site Web du National Institute on Drug Abuse : www.nida.nih.gov (en anglais seulement).

Les drogues : faits et méfaits, Santé Canada, 2000.

Street Drugs: A Drug Identification Guide, Publishers Group, LLC, Plymouth, MN, 2005.

Pour obtenir des renseignements ou de l'aide concernant un problème lié à la consommation d'alcool ou d'autres drogues, communiquez avec le bureau de la Fondation manitobaine de lutte contre les dépendances (AFM) de votre région ou consultez le site Web de l'AFM à l'adresse : www.afm.mb.ca. La Fondation manitobaine de lutte contre les dépendances (AFM) offre une vaste gamme de services de prévention et de réhabilitation, y compris des programmes de réduction des méfaits et des programmes axés sur l'abstinence pour des problèmes de consommation d'alcool ou d'autres drogues et pour des problèmes de jeu.

Clause de non-responsabilité de la Fondation manitobaine de lutte contre les dépendances (AFM) : ces renseignements ne remplacent pas l'opinion d'un professionnel. Tous les efforts ont été déployés pour s'assurer que l'information présentée était exacte au moment de la publication.

La Fondation manitobaine de lutte contre les dépendances (AFM) autorise la reproduction de ce document. Si vous désirez commander plusieurs exemplaires de ce document ou d'autres documents tirés de la série L'ESSENTIEL, veuillez communiquer avec la bibliothèque de la Fondation manitobaine de lutte contre les dépendances (AFM) au 1-866-638-2568 ou à l'adresse électronique suivante : library@afm.mb.ca.