

Cannabis : le vrai, le faux

En Europe, les plantes de cannabis - ou chanvre - sont cultivées depuis longtemps, entre autres pour fabriquer des cordages ou de l'huile de chanvre, riche en acides gras oméga-3... et sans aucun pouvoir psychotrope.



Mais à l'heure actuelle, c'est bien entendu la culture du *cannabis sativa* dans le but de le consommer comme drogue, dite « douce », qui tient le haut du pavé.

L'effet relaxant et euphorisant de cette drogue est dû à sa substance active, le tétrahydrocannabinol (THC).

Son usage est toléré dans un cadre médical pour lutter contre les douleurs de la sclérose en plaques ou les effets des chimiothérapies.

Mais c'est, sans surprise, de son usage illicite qu'il sera question ici.

Le cannabis est en effet la **drogue illicite** la plus consommée en Belgique : 24% des jeunes âgés de 12 à 20 ans (population belge scolarisée - 2010) l'ont testé une fois au moins, dont 17% au cours de la dernière année (1).

Des formes et des effets variés

Le cannabis peut être fumé ou bien consommé dans de la nourriture (par exemple dans des thés ou des « space-cakes »). Selon qu'il se présente sous forme de feuilles séchées (marijuana, « herbe »), de résine (haschich) ou d'huile de cannabis, ses quantités de substances psychotropes diffèrent et entraînent des effets plus ou moins prononcés.

Les répercussions de ce produit dépendent également de la condition physique et mentale du consommateur, de ses attentes et de sa personnalité.

Le cannabis est un **amplificateur de l'humeur**, qu'elle soit heureuse ou triste. Il peut donc être à l'origine de mauvaises expériences (des « flips »), avec une sensation d'angoisse ou de déprime.

Feu orange : le cannabis, comme de nombreux autres produits agissant sur le psychisme, l'alcool par exemple, peut lever les inhibitions et rendre euphorique. La consommation peut accroître la **prise de risques** (conduite automobile, relations sexuelles à risques, etc).

Bon à savoir : le cannabis en vente aujourd'hui serait nettement plus concentré qu'il y a 20 ou 30 ans. Les effets liés à une consommation peuvent donc être bien plus importants aujourd'hui qu'à cette époque.

Attention : le cannabis est un produit illicite : son usage expose à des poursuites judiciaires et à une fréquentation, parfois dangereuse, du milieu du trafic.

Feu orange : les consommations simultanées de plusieurs drogues augmentent les risques (par exemple alcool et cannabis). Face à un consommateur inconscient, appelez sans hésiter les secours d'urgence : ils sont tenus au secret médical.

Une autre réalité

Le cannabis stimule les perceptions sensorielles. Il modifie l'imagination, l'humeur, les sensations et les comportements. Chez certains, il fait tomber les inhibitions, rend parfois hilare. La phase d'excitation laisse ensuite place à de la somnolence.

Parmi les effets secondaires de cette drogue, on compte une concentration mentale plus difficile, des troubles du mouvement, des vertiges, des hallucinations possibles. Outre une sécheresse de la bouche et un blanc de l'œil qui rougit, elle donne faim (hypoglycémie), ralentit le rythme général et le temps de réaction, y compris au niveau de la vigilance et des réflexes.

Un des effets les plus inquiétants du cannabis est sa propension à déclencher des psychoses, comme la schizophrénie chez certaines personnes jeunes qui y sont probablement déjà prédisposées génétiquement ou qui sont fragilisées par un contexte de vie perturbant.

Le risque est globalement modéré, mais significatif : chez ces personnes, la consommation de cannabis multiplie le risque de psychose, surtout quand la consommation est précoce et importante.

Bon à savoir : une consommation importante et répétée de cannabis peut être associée à un malaise général, voire une dépression, et à un décrochage scolaire. Ces trois signes d'alarme nécessitent une intervention des parents et une aide extérieure via le médecin généraliste, le service PMS, ou un soutien psychologique (thérapie familiale par exemple).

Attention : conduire sous l'influence du cannabis accroît de 1,8 fois le risque d'être responsable d'un

accident mortel. Si on y ajoute une consommation d'alcool, le risque est multiplié par 14.

Une drogue inoffensive ?

Il n'y a pas de doses mortelles de cannabis.

Mais, comme évoqué plus haut, cela ne signifie pas qu'il est sans conséquences sur la santé.

Quand on le fume, les mêmes risques que le tabac, avec lequel il est d'ailleurs souvent mélangé, sont présents : irritations, cancer des voies respiratoires....

Son usage est déconseillé en même temps que l'alcool ou la prise de médicaments, tout comme chez la femme enceinte ou allaitante.

Un grand nombre d'utilisateurs contrôlent leur consommation, souvent occasionnelle. Elle ne génère pas ou peu, chez eux, de problèmes physiques.

Néanmoins, lors d'un usage régulier (quotidien) et prolongé, une tolérance peut survenir, entraînant le besoin d'augmenter les doses.

Le risque de dépendance psychologique est, lui, plus élevé. Il peut mener à une envie très intense de consommer pour décompresser, se sentir bien, surmonter ses difficultés... La consommation devient alors une habitude et une nécessité.

Chez les gros consommateurs, l'arrêt brutal de la consommation peut entraîner un syndrome de sevrage avec des symptômes de manque (sueurs, anxiété, insomnie, etc). L'existence d'une dépendance physique modérée au cannabis reste controversée.

Feu vert : des questions sur le cannabis ou d'autres drogues ? Consultez le site <http://www.infordrogues.be>

Feu orange : quand on perd la maîtrise de sa consommation, mieux vaut en parler à des personnes de confiance, à son généraliste, à des soignants ou à des associations spécialisées (comme Infor Drogues).

Feu orange : l'usage du cannabis ne mène pas automatiquement vers d'autres drogues. Cependant, les personnes les plus vulnérables risquent d'y être davantage sensibles.

Photo © U.P.images - fotolia.com

Mise à jour le 23/07/2021

Références

(1) L'usage de drogues en Fédération Wallonie-Bruxelles. Rapport 2011-2012. Eurotox. <https://eurotox.org/wp/wp-content/uploads/Eurotox-Rapport-2017.pdf>

(2) Observatoire français des drogues et des toxicomanies

(3) <http://www.infordrogues.be/index.php/produits/cannabis-marijuana-a-haschich/133.html>