

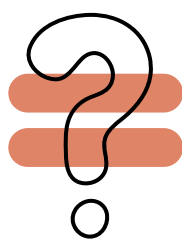
Cannabis à usage thérapeutique



Barbara Broers est médecin spécialisée dans les addictions et dans la prescription médicale de cannabis. Elle est venue à Cann-L afin de répondre à certaines de vos questions. Les informations ci-dessous sont indicatives et ne remplacent pas une consultation médicale individualisée.

À SAVOIR: chaque individu est différent et l'effet du cannabis n'est pas le même en fonction de facteurs biologiques et psychiques, du produit et du contexte.

L'usage médical et l'usage non-médical ou récréatif sont-ils différents ?



OUI. Le cannabis à usage thérapeutique nécessite une **ordonnance médicale** et est uniquement disponible en pharmacie. Il existe jusqu'ici surtout sous forme de gélules, gouttes huileuses ou spray buccal. Une partie de ces médicaments sont à base de cannabis, d'autres sont à base de produits de synthèse.

Sauf exceptions, ces médicaments ne sont généralement pas remboursés par les caisses maladie. Dans le canton de Vaud, il est aussi difficile de trouver un médecin qui prescrit du cannabis à des fins médicales.

Sur quels symptômes ou maux le THC peut-il avoir un impact ?



- Effet sur la douleur liée à la **spasticité musculaire** (= détend les muscles) : une faible dose suffit généralement
- Augmente l'**appétit**
- Peut atténuer les **nausées**

Et quels effets indésirables peut-il avoir ?

- Accélération du rythme cardiaque (qui peut déclencher de l'**anxiété**)
- **Chute de tension** qui peut entraîner une chute physique (peut être problématique chez les personnes âgées)

Le THC a-t-il un impact sur la mémoire et les souvenirs ?



OUI, il a un impact négatif sur la mémoire et les souvenirs, cela a été **validé scientifiquement**.

À savoir que si l'on arrête le THC, ces capacités reviennent généralement à la normale après quelques temps.

L'étude complète pour plus d'informations :



Le THC a-t-il un impact sur la créativité ?



NON. Néanmoins, pour certaines personnes qui sont, par exemple, hyperactives (TDA/H) ou ont de la difficulté à se concentrer, le cannabis pourrait leur permettre de se calmer et de se focaliser sur une tâche (par exemple tâche créative).

Pour d'autres personnes, le cannabis **diminuera probablement** la créativité.



Le THC peut-il aider à la récupération après un effort sportif ?

À ce jour, aucune étude ne l'a démontré. Il peut avoir un effet **décontractant** sur le corps, comme l'a aussi le CBD. L'argument de la récupération est parfois utilisé pour promouvoir des produits à base de cannabis dans le monde du sport, mais cela n'a aucune base scientifique.

Est-ce que le THC impacte le sommeil ?

OUI. Le THC peut avoir un **effet d'endormissement**, mais aussi un **impact négatif sur la qualité de sommeil**. Si vous rencontrez des difficultés lors de l'endormissement, voici quelques propositions alternatives :



- Étudier ses habitudes de vie, diminuer les stimulants (comme le café) et l'alcool
- Trouver l'origine de cette difficulté

Si cela est lié au corps (par exemple la spasticité), le THC peut avoir un effet décontractant. Si cela est lié à des angoisses et/ou au stress, le CBD sera plus adapté alors que le THC aura un effet amplificateur.

- Posez-vous la question : **est-ce que je me sens reposé.e au réveil ?**

Si la réponse est non, c'est que la qualité de votre sommeil est impactée. Parlez-en à votre médecin pour investiguer d'éventuels troubles du sommeil, comme les apnées.

Le THC a-t-il un effet sur les troubles psychiques ?



La consommation de THC a tendance à accroître les troubles psychiques tels que l'**angoisse**, l'**anxiété**, et les décompensations psychotiques en cas de **schizophrénie**. Son effet est psychoactif, il induit une accélération cardiaque et une baisse de tension (qui peut être source d'angoisse).

Si vous souffrez de troubles psychiques, le CBD est plus approprié que le THC. Il a un effet calmant, diminue l'anxiété et l'angoisse et peut atténuer une psychose. Il peut aussi parfois remplacer un anxiolytique.

L'usage du cannabis et le trouble du spectre autistique (TSA)



Bon nombre de personnes atteintes de TSA utilisent des substances psychoactives, dont le cannabis, pour se sentir comme les autres, faciliter le dialogue ou être plus sociables. On appelle ceci une « **auto-médication** ».

Nous conseillons les personnes souffrantes de TSA de consulter un professionnel de santé pour discuter des approches non-médicamenteuses et de privilégier le cannabis CBD.

Du THC vers le CBD ?

Si vous êtes consommateur·ice de THC et souhaitez passer au CBD, mieux vaut diminuer petit à petit le taux de THC et augmenter celui de CBD plutôt que d'arrêter brutalement le THC.

[Adressez-vous à l'équipe Cann L.](#)

Pour plus d'informations sur le
cannabis à usage thérapeutique

