



Le cannabis et le VIH-sida :

1. L'utilisation de cannabis à des fins médicales

La collection de feuillets d'information sur le cannabis et le VIH-sida :

1. L'utilisation de cannabis à des fins médicales
2. Comment faire la demande pour utiliser légalement du cannabis à des fins médicales
3. Comment parler de cannabis médical avec votre médecin
4. Feuillelet d'information à l'intention des médecins
5. Où se procurer du cannabis à des fins médicales
6. Quelques conseils pour une utilisation plus sécuritaire et une meilleure santé
7. Cuisiner avec du cannabis
8. Conseils pour cultiver le cannabis de manière sécuritaire
9. Le stigmata et la discrimination liés à l'utilisation de cannabis

Coordonnées :

Ces feuillets sont une publication de la Société canadienne du sida, en consultation avec un Comité directeur national et un juriste-conseil. Ils sont conçus pour être facilement photocopiés. Nous vous encourageons à les disséminer largement.

Pour des mises à jour de ces feuillets, ou pour plus d'information, consultez le site Internet de la Société canadienne du sida à <www.cdn aids.ca/lecannabis> ou communiquez avec nous à :

Société canadienne du sida
190, rue O'Connor, Suite 800
Ottawa ON, Canada, K2P 2R3

Tél. : 1-613-230-3580
Sans frais: 1-800-499-1986



Qu'est-ce que le cannabis?

Le cannabis, appelé aussi marijuana, est une plante qui contient plus de 60 ingrédients actifs nommés « cannabinoïdes ». Le principal cannabinoïde actif, largement connu, est le THC (*delta-9-tétrahydrocannabinol*).

Il existe des centaines de variétés (ou « souches ») de cannabis. Deux principaux types de cannabis présentent un intérêt pour les personnes qui désirent des vertus médicales : le *cannabis sativa* et le *cannabis indica*. Les diverses souches de cannabis contiennent différents mélanges de cannabinoïdes. Plusieurs personnes signalent des effets médicaux

différents selon la souche. Il existe peu de recherches sur les effets médicaux des diverses souches. La plupart des gens se fient au « bouche à oreille », et à leurs propres essais et constats, pour choisir une souche qui leur convient. La meilleure approche est d'en essayer une, et de voir comment elle fonctionne pour vos symptômes.

Comment le cannabis est-il utilisé à des fins médicales?

À l'heure actuelle, on estime qu'entre 14 % et 37 % des personnes vivant avec le VIH-sida utilisent du cannabis afin d'alléger certains de leurs symptômes. Vous en faites peut-être partie.

Les personnes vivant avec le VIH-sida invoquent diverses raisons de faire usage de cannabis : stimuler l'appétit, soulager la nausée et les vomissements, atténuer la douleur, se détendre, réduire l'anxiété, améliorer l'humeur, alléger la dépression, prendre du poids, faciliter la fidélité au régime de traitement, faciliter le sommeil, etc. Il est à vous de déterminer si le cannabis vous convient ou non.

Les recherches scientifiques sont encore limitées, et lentes dans l'étude des effets du cannabis sur ces symptômes. À l'heure actuelle, nous savons que le cannabis est utile pour stimuler l'appétit et pour

soulager la nausée et les vomissements. Le soulagement de la nausée peut aider à être fidèle au régime médicamenteux. Par ailleurs, certains types de douleur qui ne répondent pas bien à d'autres médicaments sont parfois soulagés par le cannabis. Plusieurs personnes utilisent du cannabis pour les aider à surmonter la dépression, l'anxiété, le stress et d'autres états psychologiques. Il n'y a pas beaucoup de recherches dans ce domaine. Prière de consulter le feuillelet d'information intitulé « Quelques conseils pour une utilisation plus sécuritaire et une meilleure santé ».

Comment peut-on utiliser légalement du cannabis pour contrôler des symptômes?

Le cannabis est une substance contrôlée au Canada. Cela signifie qu'il est illégal d'en posséder, d'en cultiver, d'en faire le trafic, d'en posséder en vue d'en faire le trafic, d'en importer et d'en exporter.

Santé Canada a élaboré le *Règlement sur l'accès à la marijuana à des fins médicales* pour permettre l'accès à du cannabis à des fins médicales pour des motifs humanitaires. Il est possible d'obtenir une Autorisation de possession de marijuana à des fins médicales. On peut aussi obtenir une Licence de production de

cannabis pour soi-même ou désigner une autre personne pour cultiver du cannabis pour soi, et pour personne d'autre. Prière de consulter les feuillets « Comment faire la demande pour utiliser légalement du cannabis à des fins médicales » et « Conseils pour cultiver le cannabis de manière sécuritaire ».

L'utilisation de cannabis comporte-t-elle des risques?

Le cannabis est une plante d'usage relativement sécuritaire. Sa toxicité est si faible qu'il faudrait en consommer 682 kg (1 500 lbs) en 15 minutes pour mourir d'une surdose; cela n'a cependant pas été prouvé. (Ne l'essayez pas à la maison!)

À titre de référence, la dose mortelle de sel de table est d'environ 0,2 kg. Depuis des milliers d'années que des humains consomment du cannabis, aucun décès n'a été attribué à son utilisation. Ceci dit, il est tout de même possible de consommer une trop grande quantité de cannabis, dans le sens que l'expérience peut être désagréable pour certaines personnes.

Trop de cannabis

Lorsque l'on fume ou que l'on mange du cannabis, il est possible d'en consommer une trop grande quantité – non pas que cela vous tuerait, mais consommer trop de cannabis peut être désagréable. Il faut être particulièrement prudent lorsque l'on mange de la nourriture qui contient du cannabis. Prière de consulter le feuillet « Cuisiner avec du cannabis » pour plus de détails.

Une personne qui a pris trop de cannabis peut devenir étourdie, agitée, nerveuse ou paranoïaque. Si cela se produit, la personne devrait être gardée calme et rassurée que ça va passer. Les sensations les plus fortes dureront environ une heure, et les effets du cannabis devraient s'estomper en quatre ou cinq heures. Bien que la personne ne soit pas en danger physique, elle pourrait avoir des frissons; si c'est le cas, tenez-la bien au chaud. Dans la plupart des cas, la personne s'endort rapidement après avoir consommé trop de cannabis.

Choses à garder à l'esprit :

- *Médicaments anti-VIH :*

Si vous prenez des inhibiteurs de la protéase, vous serez content d'apprendre que les études sur le sujet jusqu'ici n'ont observé aucun effet ou interaction néfaste entre ces médicaments et l'usage de cannabis. N'oubliez pas qu'il s'agissait toutefois d'études de courte durée. Une étude a même décelé une amélioration de la fonction immunitaire. Si vos médicaments vous donnent la nausée, une étude a démontré que le cannabis peut aider à mieux respecter l'horaire pour la prise des médicaments. C'est une bonne idée d'informer votre médecin de votre utilisation de cannabis à des fins médicales pour qu'il ait toute l'information pertinente au sujet de votre thérapie. Des médecins ou pharmaciens peuvent vous fournir l'information la plus à jour sur les possibles interactions négatives entre le cannabis et vos médicaments.

- *Fumer :*

Pour obtenir les effets désirés, la plupart des personnes qui utilisent du cannabis le fument. Bien sûr, le fait de fumer le cannabis a des effets à long terme sur les poumons : irritation pulmonaire, toux et production de phlegme. Cependant, on n'a pas établi jusqu'ici de lien entre le cannabis fumé et les maladies chroniques des poumons ou le cancer du poumon. La fumée de

cannabis n'a pas les mêmes effets que la fumée du tabac; les scientifiques tentent encore de comprendre les différents effets sur le corps. Si vous craignez des effets de la fumée sur votre santé, consulter le feuillet « Quelques conseils pour une utilisation plus sécuritaire et une meilleure santé ».

- **Contamination du cannabis :**

Certaines moisissures, bactéries ou autres contaminants peuvent se développer sur votre cannabis, peu importe que la plante soit encore en croissance ou qu'elle ait été récoltée et entreposée. Bien que certains de ces organismes sont inoffensifs, d'autres peuvent être très toxiques et dangereux pour votre santé. Ils peuvent causer de graves infections pulmonaires, des cancers ou d'autres problèmes de santé. On devient infecté en les respirant dans la fumée, ou par le contact avec la bouche. Même le fait de brûler le cannabis lorsqu'on le fume ne détruit pas les toxines dangereuses. Mieux vaut ne pas prendre de risque. Si votre cannabis a noirci, ou si vous voyez de la moisissure blanche, grise, noire, ou même de couleur vert bleuté, et parfois mousseuse sur le cannabis, jetez-le, tout comme vous jetteriez des aliments moisis! Vous pourriez aussi remarquer une

odeur rance, ou de moisi, de renfermé, et le cannabis pourrait être un peu chaud au toucher. **Note :** Les trichomes sont de petites glandes qui poussent sur tout le plant de cannabis et qui contiennent les cannabinoïdes. Ces glandes de la plante ne sont PAS dangereuses. Elles donnent au plant une allure givrée. Si vous n'êtes pas certain que ce que vous voyez est des trichomes ou une moisissure, vous pouvez consulter l'Internet ou un bouquin, ou en parler à une personne capable de vous aider.

- **Dépendance :**

Bien qu'il n'y a pas de dépendance physique au cannabis, certaines personnes développent une dépendance psychologique au cannabis. Veuillez SVP consulter le feuillet d'information « Quelques conseils pour une utilisation plus sécuritaire et une meilleure santé » pour plus de renseignements.

- **État de manque :**

Il n'y a pas d'effets significatifs de manque quand on cesse ou diminue l'utilisation du cannabis. Certaines personnes peuvent avoir de l'insomnie, de l'irritabilité, ou une perte d'appétit. Ces symptômes disparaissent généralement après quelques jours.

Le cannabis est-il approprié pour vous?

Si vous avez des antécédents de maladie psychiatrique, en particulier de schizophrénie, ou s'il y a des cas de maladie mentale dans votre famille, le cannabis peut déclencher certaines de ces tendances.

Si vous avez une **pression sanguine élevée** ou une **maladie du cœur**, le cannabis peut accroître vos risques puisqu'il a tendance à accélérer le rythme cardiaque. Si vous utilisez des **médicaments, quels qu'ils soient**, le cannabis peut avoir une interaction avec eux. La meilleure chose à faire est de discuter de votre usage de cannabis avec vos professionnels de la santé ou votre pharmacien, simplement pour être plus

sûr. Si vous avez des **antécédents de difficulté avec l'abus de drogue**, vous pourriez demander du counselling afin de vous aider à intégrer le cannabis de manière saine dans votre vie. Prière de consulter le feuillet « Quelques conseils pour une utilisation plus sécuritaire et une meilleure santé ».

Ressources utiles :

- **Société canadienne du sida** : <www.cdnaids.ca/lecannabis> pour télécharger ces feuillets ou d'autres ressources pertinentes
- **Santé Canada** : *Usage de la marijuana à des fins médicales* : <www.hc-sc.gc.ca/dhp-mps/marihuana/index_f.html>
- **ABC de la marijuana médicale** : (514) 259-8722 ou <abcdelamarijuanamedicale@hotmail.com>
- **Les échos du chanvre** : <www.echosduchanvre.com>
- **Medical Marijuana Information Resource Centre** : <www.medicalmarijuanainformation.com>
- **VICS Medical Cannabis Guide** : <www.thevics.com/publications/vics/VICSMedsGuide2005.pdf>
- **Canadians for Safe Access** : <www.safeaccess.ca>
- **Cannabis Health Magazine** : <www.cannabishealth.com>
- **Medical Cannabis Resource** : <www.medicalmarihuana.ca> ou <www.medicalcannabis.ca>



La publication de ces feuillets a été rendue possible par une contribution financière de l'Agence de santé publique du Canada. Les opinions exprimées dans ces documents ne représentent pas nécessairement les positions de l'Agence de santé publique du Canada, ni de Santé Canada. La Société canadienne du sida remercie Solvay Pharma pour sa contribution à ce projet.