

Cannabis



ADDICTION | SUISSE

Joint  
Bedo  
Dépendance  
Herbe  
Bad Trip  
Problèmes  
Déchire

Si vous souhaitez plus d'information ou avez besoin de soutien, visitez notre site [www.addictionsuisse.ch](http://www.addictionsuisse.ch)



**Addiction Suisse**  
Av. Louis-Ruchonnet 14  
CH-1003 Lausanne

Tél. 021 321 29 11  
CP 10-261-7  
[www.addictionsuisse.ch](http://www.addictionsuisse.ch)

# Cannabis

## Haschisch, marijuana, shit ...

Le cannabis est le nom botanique de la plante appelée chanvre. La principale substance active du cannabis est le tétrahydrocannabinol (THC), plus ou moins concentré selon les types de chanvre. Le chanvre est considéré comme une drogue et donc illégal si sa teneur en THC est égale ou supérieure à 1%. En dessous de 1%, le chanvre est légal et s'utilise, par exemple, dans la production de ficelle ou de produits cosmétiques.

Le haschisch (shit) est tiré de la résine sécrétée par la plante et la marijuana (l'herbe) est composée des fleurs et des feuilles séchées de la plante. Tous deux sont généralement fumés, mélangés avec du tabac, dans des joints ou des pipes spéciales. Parfois, le cannabis est mélangé aux aliments ou aux boissons. Le THC est, en règle générale, plus concentré dans le haschisch que dans la marijuana.

## Quels effets?

Le THC passe par les poumons ou le système digestif, puis dans le sang pour arriver au cerveau. Il provoque des modifications de l'humeur, de la perception et du comportement.

Il n'est pas possible de prévoir les effets précis car ils varient d'une personne à l'autre. On sait par contre qu'ils sont fortement influencés par la quantité de THC consommée ainsi que par le ressenti personnel et l'atmosphère générale. La personne qui consomme du cannabis peut ressentir détente et joie, mais peut aussi vivre un état d'angoisse appelé «bad trip».

## Dépendant?

On entend souvent que le cannabis n'entraîne aucune dépendance, mais c'est faux, surtout en cas de consommation fréquente. L'impossibilité de se détendre et de se sentir bien sans consommer peut être un premier signe de dépendance. Et l'arrêt de la consommation peut entraîner des symptômes de manque tels qu'insomnie, instabilité de l'humeur ou anxiété.

## Autres risques?

Très vite après sa consommation et pendant environ 4 heures, le cannabis provoque une diminution de l'attention, de la mémoire à court terme ainsi que des capacités de réaction. Pendant ce laps de temps, le risque d'accidents augmente. Plus on fume de cannabis, plus cela risque d'affecter la santé. La fumée inhalée irrite les voies respiratoires, charge les poumons de toxines et peut provoquer de graves maladies (par exemple un cancer des poumons).

Une consommation forte et prolongée peut affecter le bon développement du cerveau. Parmi les personnes prédisposées (mais qui n'en ont souvent pas conscience), la consommation de cannabis peut favoriser l'apparition de la schizophrénie. Le cannabis peut aussi aggraver l'évolution de cette maladie. Par ailleurs, le THC reste dans les tissus du corps des jours voire des mois durant.

## Pourquoi ne pas dire «non»?

Pendant une soirée, il est possible qu'un joint circule et qu'on n'ait pas envie d'y toucher. En disant «non», on ne devient pas automatiquement un-e marginal-e! En effet, beaucoup de jeunes ne consomment pas de cannabis. Et peut-être qu'en refusant un joint, on donne aux autres le courage d'en faire autant?

## Interdit?

Oui. Il est illégal de consommer, cultiver, faire du commerce et posséder du cannabis. Toute personne de moins de 18 ans interpellée par la police en train de fumer un joint doit s'attendre à une procédure pénale. Quant aux plus de 18 ans, ils devront en principe payer une amende d'ordre en cas de consommation. En revanche, la possession d'une petite quantité de cannabis (jusqu'à 10gr) n'est pas punissable, ni chez les adultes, ni chez les mineurs.

## Attention aux mélanges!

Mélanger la consommation de cannabis avec de l'alcool et/ou d'autres substances psychoactives comporte des risques supplémentaires imprévisibles.