

# CANNABIS

## SAVIEZ-VOUS QUE?



### Le cannabis n'est pas bénéfique pour diminuer le niveau d'anxiété

Le cannabis augmente la production de dopamine, un neurotransmetteur qui crée une sensation de relaxation et de plaisir chez les utilisateurs. Cette sensation d'euphorie et de bien-être peut donner l'impression de soulager les facteurs stressants, mais en réalité, ces derniers demeurent présents même après la consommation de cannabis.



### Consommer du cannabis engendre des risques pour le cerveau

La consommation de cannabis entraîne une diminution de la concentration, de la vigilance, de la perception visuelle et des réflexes. Cela perturbe directement la mémoire immédiate, limitant considérablement la capacité à apprendre de nouvelles choses et à s'en souvenir.



### Le cannabis crée de la dépendance

Environ 9 % des personnes consommant du cannabis développent une dépendance. Ce risque augmente considérablement, presque deux fois plus, si la consommation de cannabis commence à un jeune âge, pendant l'adolescence ou le début de l'âge adulte. De plus, lorsque l'on commence à utiliser du cannabis de manière fréquente, plusieurs fois par semaine, le risque de devenir dépendant augmente encore davantage, se situant entre 25 % et 50 %.



### On peut faire une surdose de cannabis

Bien qu'il n'y ait pas eu de décès directement liés à la consommation de cannabis, une surdose est possible et peut entraîner des symptômes physiques (ex. : nausées et vomissements) ainsi que des manifestations à court terme (ex. : anxiété intense, paranoïa et perte de contact avec la réalité). La durée de ces effets peut varier en fonction de la manière dont le cannabis est consommé et peut prendre plusieurs heures pour se dissiper. Le risque de surdosage est particulièrement élevé lorsque l'on consomme des produits à base de cannabis faits maison, car il est souvent difficile de mesurer avec précision la quantité consommée.



### Le cannabis engendre des conséquences sur la santé mentale

La consommation de cannabis peut entraîner divers troubles mentaux tels que l'anxiété, la panique et peut contribuer à la dépression. Si la consommation se prolonge, il existe un risque de développer une psychose cannabique, qui se manifeste par des hallucinations et des idées délirantes, nécessitant une hospitalisation.



### La rétention prolongée de la fumée de cannabis dans les poumons n'augmente pas les effets

Il n'y a pas de preuves scientifiques qui soutiennent cette affirmation. Au contraire, le fait de retenir la fumée dans les poumons pendant une longue période pourrait aggraver les dommages causés aux poumons. Si vous consommez du cannabis en fumant ou en vaporisant, il est recommandé d'expirer immédiatement et de ne pas retenir la fumée dans les poumons pendant une période prolongée.



### Consommer du cannabis empêche de conduire

La consommation de cannabis perturbe la perception de la distance et du temps, la vigilance, la mémoire, la concentration et le contrôle des mouvements, provoquant une ivresse similaire à l'alcool. Cela accroît les risques d'accidents, car le consommateur peut surestimer ses capacités de conduite malgré une altération significative de ses réflexes.

## LE WAX PEN (vapeuse à extrait de cannabis)

Saviez-vous que le wax pen peut atteindre une concentration de THC pouvant aller jusqu'à 99 %? Aucun produit légal ne compte plus de 30 % de THC, rendant ainsi la consommation du wax pen illégale. Une telle concentration de cannabinoïdes peut provoquer des effets indésirables (ex. : nausées, étourdissements, état dépressif, vomissements, désorganisation, forte anxiété, dépendance, surdoses et psychose toxique). Les produits illégaux du cannabis peuvent présenter des niveaux plus élevés de pesticides et de métaux ainsi que contenir des drogues indésirables, comme des opioïdes ou des cannabinoïdes synthétiques. Ils contiennent également des concentrations variables et souvent inconnues de THC.