



» Qui consomme ?

Le cannabis est la substance illicite la plus consommée en France qui fait également partie des plus gros consommateurs au niveau européen¹. Âge moyen de la première expérimentation : 15,3 ans.

	Expérimentation	Usage régulier 10 fois par mois	Consommation sur l'année	
Chez les jeunes de 17 ans	39%	7,2%	♂ 9,7%	♀ 4,5%
Chez les adultes de 18 à 64 ans	45%	3,6%	♂ 15%	♀ 7%

» Quels effets ?

Connaître les effets du cannabis vous permettra de mieux comprendre les consommateurs et leur motivation à consommer du cannabis afin d'instaurer un climat neutre pendant la consultation².

Les effets apparaissent environ **15 à 20 min après son inhalation** chez un consommateur occasionnel, **un peu plus tard chez un usager régulier**. Ils sont différents d'un individu à l'autre, selon les attentes et le profil psychologique du consommateur. Les effets le plus souvent recherchés sont : **euphorisant, anxiolytique, sédatif, antalgique**.

» Quels risques ?

Consommation occasionnelle	Consommation régulière	Pour tout type de consommation
<ul style="list-style-type: none"> Diminution des capacités de mémorisation et d'apprentissage. Risques (rares) d'infarctus du myocarde. <p>Dès le 1^{er} usage, risque de : Attaques de panique. Syndrome de dépersonnalisation.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Diminution des capacités de mémorisation et d'apprentissage. Risques (rares) d'infarctus du myocarde. Risque d'isolement (social, familial, scolaire, etc.). Révélation ou aggravation de troubles psychiques (type schizophrénie). Risques ORL et pulmonaires. Risques de cancers. Risque d'évolution vers un trouble de l'usage. Risques associés avec l'usage de tabac concomitant. 	<ul style="list-style-type: none"> Diminution de la perception, de l'attention, de la mémoire immédiate et de la vigilance (potentialisée par les effets de l'alcool). <p>Interdiction de conduire après la prise de cannabis. Suspension du permis de conduire et visite médicale.</p>

Obradovic L. Usage problématique de cannabis. Revue de la littérature internationale. OFDT. 2013.

» Chez les adolescents

Maturation cérébrale³

La maturation cérébrale (myélinisation, croissance cérébrale, connexion entre structures cérébrales) est un processus dynamique qui se poursuit jusqu'à l'âge adulte.

La consommation de cannabis pendant l'adolescence perturbe le développement synaptique et neuronal.

Le développement du système dopaminergique, impliqué dans la mémoire de travail et le système de récompense, est particulièrement impacté. Plus le cannabis est consommé jeune, plus les perturbations du raisonnement, du jugement sont importantes et plus le risque de dépendance au produit est élevé. Parlez-en de manière détaillée.

Consultation

Les adolescents n'abordent pas le sujet spontanément mais **sont prêts à échanger** sur leur consommation s'ils sont interrogés par leur médecin⁴.



» Repérer et évaluer

Le médecin généraliste a une place privilégiée pour repérer un usage problématique.

Les médecins interrogent pourtant trop peu les patients sur leur consommation⁵ : **92,2%** des patients pour le tabac, **71,7%** pour l'alcool et **28,7%** pour le cannabis.

⊕ **Aborder la question en prenant en compte la situation**, avec ou sans demande, en présence ou non d'un tiers.

⊕ **Questionner de manière directe** :
Est-ce que vous fumez ?
Qu'est-ce que vous fumez ?
Tabac ou cannabis, les 2 peut-être ?

⊕ **S'appuyer sur un « outil standardisé »** (le questionnaire CAST* par exemple).

Proposer la possibilité d'en parler **lors d'une prochaine consultation.**

* Legleye S, Kariila L, Beck F, Reynaud M. Validation of the CAST, a general population Cannabis Abuse Screening Test. J Subst Use [Internet]. janv 2007 [cité 21 nov 2019];12(4):233-42.

» Prise en charge

Lorsque l'évaluation est faite, des objectifs raisonnables peuvent être définis et un suivi envisagé².

Consommation non problématique : proposer un arrêt juste pour voir si c'est possible puis rester à disposition.

Consommation problématique : proposer des objectifs gradués, avec adressage spécifique si besoin.

L'intervention brève permet d'amorcer une prise en charge en consultation. Elle suit le schéma FRAMES :

FRAMES	
Feedback	Reformulation avec le consommateur de sa consommation de cannabis et de ses répercussions sur sa vie personnelle et socioprofessionnelle.
Responsability	Responsabiliser le consommateur et le positionner dans sa capacité au changement.
Advice	Donner des conseils sur sa consommation et ses risques somatiques, psychiatriques, professionnels, législatifs,...
Menu	Le patient établit le contrat de changement.
Empathy	User d'empathie pendant la consultation, sans jugement ni moralisation.
Self efficacy	Renforcer le sentiment de succès.

Bien TH, Miller WR, Tonigan JS. Brief interventions for alcohol problems: a review. Addict Abingdon Engl. 1993;88(3):315-35. HAS. Outil d'aide au repérage précoce et intervention brève : alcool, cannabis, tabac chez l'adulte. 2014. Mise à jour en 2021.

» Accompagner et adresser

Quand la situation devient trop problématique, adresser le patient vers une structure adaptée, selon votre territoire⁶.

Pour trouver une structure proche du domicile du patient : drogues-info-service.fr/Recherche-professionnelle-multicriteres

» Dosages biologiques ⊕

Les patients posent souvent la question des dosages pouvant être réalisés et de leur valeur.

	USAGE OCCASIONNEL	USAGE RÉGULIER	USAGE INTENSIF
URINES	3 à 5 jours	30 à 70 jours	
SANG	2 à 8 heures		1 mois
SALIVE	6 à 8 heures	24 heures	8 jours

- Mission interministérielle de lutte contre les drogues et les conduites addictives (MILDECA) : drogues.gouv.fr
- Observatoire français des drogues et des toxicomanies (OFDT) : ofdt.fr
- Intervenir addictions : intervenir-addictions.fr
- Cannabis - repères pour intervenir : cannabis-medecin.fr