

Quels sont les risques communs au cannabis et à l'alcool ?



YMCA
Youth Cannabis
Awareness
Program

Programme de
sensibilisation des
jeunes au cannabis
du YMCA

Le tétrahydrocannabinol (THC) contenu dans le cannabis modifie la façon dont une personne pense, agit et se sent. Il peut entraîner une diminution de la concentration et un ralentissement du temps de réaction. Elle peut également altérer la perception de la profondeur, ce qui rend plus difficile l'évaluation des distances, la conduite en ligne droite ou l'utilisation des freins.¹

Conduite avec facultés affaiblies

L'alcool peut entraîner une réduction de la coordination, une division de l'attention, un ralentissement du temps de réaction et une réduction de la capacité à maintenir une vitesse constante.¹

La fumée de cannabis peut provoquer une toux sèche, une bronchite, un emphysème et une réduction de la fonction immunitaire.³ Le THC contenu dans le cannabis peut également augmenter le risque d'accident vasculaire cérébral ou de crise cardiaque, et sa consommation avant l'âge de 25 ans peut altérer le développement du cerveau.⁴

Risques physiques

La consommation d'alcool peut augmenter le risque de divers cancers (foie, gorge, sein et estomac). La consommation d'alcool peut également entraîner une augmentation de la pression artérielle et une cirrhose du foie, ainsi que l'impuissance sexuelle.⁵

La consommation de cannabis à elle seule est signalée dans 22 % de toutes les hospitalisations liées à des substances chez les Canadiens âgés de 10 à 24 ans. Les raisons des séjours à l'hôpital comprennent le syndrome d'hyperémèse cannabinoïde (SHC), les épisodes psychotiques, l'empoisonnement au cannabis, les blessures liées à la conduite sous l'effet du cannabis et les troubles de la santé mentale.⁶

Hospitalisations

La consommation d'alcool est signalée dans 26 % de toutes les hospitalisations liées aux substances chez les jeunes de 10 à 24 ans au Canada. Les raisons de l'hospitalisation comprennent les blessures liées à la conduite en état d'ébriété, l'empoisonnement par l'alcool, la cirrhose du foie et des crises d'épilepsie.⁶

Le THC contenu dans le cannabis peut provoquer des attaques de panique, de la paranoïa et des délires. La consommation continue de THC est associée à l'anxiété, à la dépression et aux troubles psychotiques, en particulier chez les personnes ayant des antécédents familiaux de ces pathologies.⁷

Risques pour la santé mentale

Les troubles anxieux et la dépression sont liés à la dépendance à l'alcool.⁸ La consommation d'alcool à long terme augmente également le risque de développer une démence.¹³

Quels sont les risques communs au cannabis et à l'alcool ?



YMCA
Youth Cannabis
Awareness
Program

Programme de
sensibilisation des
jeunes au cannabis
du YMCA

La consommation de cannabis pendant la grossesse peut entraîner un faible poids de naissance, une naissance prématurée et une mortinaissance. Le THC peut également être transmis par le lait maternel, ce qui peut nuire au développement des compétences verbales et émotionnelles de l'enfant.⁹

Grossesse

La consommation d'alcool pendant la grossesse peut provoquer un trouble du spectre de l'alcoolisation fœtale. Le TSAF est une maladie qui dure toute la vie et qui affecte les capacités motrices, la santé physique, l'apprentissage, la mémoire, la régulation des émotions et les compétences sociales.¹⁰

Les personnes atteintes d'un trouble de consommation de cannabis qui tentent d'arrêter de consommer peuvent connaître des crises d'anxiété, des dépressions, des maux de tête, de l'agitation, une diminution de l'appétit, des nausées, des tremblements, de la fatigue et de l'insomnie.¹¹

Arrêt de consommation

Les risques du sevrage de l'alcool peuvent inclure une transpiration excessive, la fatigue, le stress, l'anxiété, les nausées, les vomissements et un rythme cardiaque rapide. L'arrêt de la consommation après des années de consommation intensive peut provoquer des hallucinations, des crises et des delirium tremens, qui peuvent être mortels si ils ne sont pas traités médicalement.¹²

Si vous choisissez de consommer du cannabis ou de l'alcool...



Évitez de mélanger les substances



Désignez un conducteur



Évitez les deux si vous êtes enceinte



Consultez un médecin si nécessaire

Liste de références

1. National Institute on Drug Abuse, 2020. "Cannabis Research Report: Does Marijuana Use Affect Driving?" <https://nida.nih.gov/publications/research-reports/marijuana/does-marijuana-use-affect-driving>
2. Centre for Disease Control and Prevention, 2020. "Impaired Driving: Get The Facts." https://www.cdc.gov/transportationsafety/impaired_driving/impaired-driv_factsheet.html
3. University of Ottawa, 2022. "Marijuana smokers show higher rates of emphysema, airway diseases than smokers: study" <https://www.uottawa.ca/about-us/media/news/marijuana-smokers-show-higher-rates-emphysema-airway-diseases-smokers-study>
4. Canadian Medical Association Journal, 2021. "Recent Cannabis Use & Myocardial Infarction in Young Adults." <https://www.cmaj.ca/content/193/35/E1377>
5. Health Canada, 2021. "Health Risks of Alcohol." <https://www.canada.ca/en/health-canada/services/substance-use/alcohol/health-risks.html>
6. Canadian Institute for Health Information, 2019. "Hospital Stays for Harm Caused by Substance Use Among Youth Age 10 to 24." <https://www.cihi.ca/sites/default/files/document/hsu-youth-report-2019-en-web.pdf>
7. Health Canada, 2022. "Health Effects of Cannabis." <https://www.canada.ca/en/health-canada/services/drugs-medication/cannabis/health-effects/effects.html>
8. Alberta Health Services, 2022. "Drug Safe: Alcohol." <https://www.albertahealthservices.ca/info/Page16022.aspx>
9. Health Nexus, 2021. "Risks of Cannabis on Fertility, Pregnancy, Breastfeeding and Parenting." <https://sexgencannabishub.ca/wp-content/uploads/2021/02/Risks-of-Cannabis-on-Fertility-Pregnancy-Breastfeeding-and-Parenting.pdf>
10. Government of Canada, 2021. "Alcohol use during pregnancy and fetal alcohol spectrum disorder in Canada." <https://www.canada.ca/en/public-health/services/reports-publications/health-promotion-chronic-disease-prevention-canada-research-policy-practice/vol-41-no-9-2021/alcohol-use-pregnancy-fetal-alcohol-spectrum-disorder-canada.html>
11. Health Canada, 2018. "Is Cannabis Addictive?" <https://www.canada.ca/en/health-canada/services/publications/drugs-health-products/cannabis-addictive.html>
12. Canadian Centre for Addictions, 2022. "Alcohol Withdrawal Symptoms and Remedies." <https://canadiancentreforaddictions.org/alcohol-withdrawal-symptoms-signs/>
13. Center for Addiction and Mental Health, 2022. "Alcohol." <https://www.camh.ca/en/health-info/mental-illness-and-addiction-index/alcohol>

ymcagta.org/ycap