

Cannabis

Le cannabis à usage non médical est légal au Canada à compter du 17 octobre 2018.

Il existe de nombreux points de vue différents sur le cannabis. Certains pourraient trouver difficile la transition vers la légalisation du cannabis en Colombie-Britannique. Vous devez savoir que certains faits contribueront à assurer la sécurité des Britanno-Colombiens. Pour obtenir des informations du gouvernement de la Colombie-Britannique sur la législation et la réglementation en matière de cannabis, leur impact sur les voyages, la culture à domicile et plus encore, visitez le site [Get Cannabis Clarity](#).

Le cannabis peut être utilisé à des fins médicales ou non médicales. Les gens peuvent choisir de consommer du cannabis pour ses effets thérapeutiques. Mais cela peut aussi nuire à votre santé. Le cannabis à des fins médicales est légal au Canada depuis plusieurs années.

Découvrez l'impact du cannabis sur votre santé et celle de votre famille.

- [Le cannabis et votre santé](#)
- [Cannabis médical](#)

Qu'est-ce que le cannabis?

Le cannabis est également connu sous le nom de marijuana, de pot ou de beuh. La plante de cannabis contient de nombreux composés chimiques, y compris des cannabinoïdes. Ces produits chimiques peuvent affecter le cerveau et d'autres parties du système nerveux. Le THC et le CBD sont les cannabinoïdes les plus connus.

Pour plus d'informations sur la plante de cannabis et ses composants :

- [Au sujet du cannabis, Santé Canada](#)
- [Cannabis: An Introduction, BC Cannabis Stores](#)
- [Cannabis, Centre de toxicomanie et de santé mentale \(CAMH\)](#)
- [Cannabis, Centre de ressources en santé mentale Kelty](#)
- [Nouvelles sur le cannabis, Direction de la distribution d'alcool de la Colombie-Britannique](#)
- [Cannabis : Ce qu'il faut savoir, Kids Help Phone](#)

Utilisation plus sûre et responsable

Le cannabis affecte tout le monde de différentes manières. Comprendre les risques pour la santé et les avantages potentiels du cannabis et les directives pour une utilisation plus sûre peut vous aider à prendre les décisions qui vous conviennent.

[Les Lignes directrices canadiennes sur la consommation de cannabis à faible risque](#) contiennent

10 recommandations pour une utilisation plus sûre du cannabis, si vous choisissez de le consommer. Ces recommandations sont axées sur l'utilisation du cannabis à des fins non médicales, mais doivent également être prises en compte si vous utilisez du cannabis à des fins médicales.

1. Choisissez de ne pas consommer du cannabis si vous voulez éviter complètement les risques liés
2. Si vous êtes jeune, évitez le cannabis jusqu'à plus tard dans la vie. Les jeunes ont plus de risques pour la santé liés au cannabis

3. Choisissez des produits peu résistants, tels que ceux à faible teneur en THC ou dont le rapport CBD/THC est plus élevé
4. Ne pas utiliser de produits de cannabis synthétiques
5. Ne pas fumer de cannabis. C'est la manière la plus nocive d'utiliser du cannabis
6. Si vous fumez du cannabis, évitez de respirer profondément et ne retenez pas votre souffle.
7. Limitez votre utilisation. Utilisez du cannabis seulement occasionnellement pour réduire vos risques pour la santé
8. Ne pas conduire ou utiliser des machines après avoir consommé du cannabis
9. Évitez toute consommation de cannabis si vous avez des antécédents personnels ou familiaux de psychose, de toxicomanie, si vous êtes enceinte ou si vous allaitez
10. Ne pas combiner le cannabis avec d'autres comportements à haut risque, tels que la consommation d'alcool ou d'autres drogues.

La consommation de cannabis pendant la grossesse peut affecter votre bébé. Pour des informations sur les risques pour la santé liés à la consommation de cannabis avant ou pendant la grossesse :

- [Info grossesse, la Société des obstétriciens et gynécologues du Canada](#)
- [Pensez-vous consommer du cannabis avant ou pendant la grossesse?, Gouvernement du Canada](#)
- [Les femmes et le cannabis, centre d'excellence pour la santé des femmes](#)

Pour plus d'informations sur les risques pour la santé et les directives pour une utilisation plus sûre :

- [Cannabis : Ce que les parents, les tuteurs et les fournisseurs de soins doivent savoir, Centre de toxicomanie et de santé mentale](#)
- [Effets du cannabis sur la santé, Gouvernement du Canada](#)
- [Pensez-vous consommer du cannabis si vous avez de jeunes enfants?, Gouvernement du Canada](#)

Parler de la consommation de substances avec votre famille

Parler ouvertement et honnêtement avec vos enfants et votre famille de problèmes complexes tels que la consommation de substances psychoactives peut aider à nouer des liens positifs et à renforcer la résilience. Reportez-vous à nos [articles sur le rôle parental](#) pour des conseils sur les conversations avec votre famille.

Pour plus d'informations et de ressources sur la façon de parler à votre famille :

- [Blunt Truth, Conseils utiles sur les moyens plus sûrs d'utiliser le cannabis, Centre de toxicomanie et de santé mentale](#)
- [Guide de communication sur le cannabis, Centre canadien de la toxicomanie et des toxicomanies](#)
- [Cannabis IQ \(une ressource pour les familles\), réseau ontarien d'intervention en cas de psychose précoce](#)
- [Conseils pour parler avec votre adolescent, Enfants sans drogue Canada](#)
- [Consommation de cannabis et jeunesse \(guide des parents\), HeretoHelp](#)
- [Parler beuh avec les jeunes, Centre canadien de la toxicomanie et des toxicomanies](#)
- [Parler de la drogue avec les adolescents, Gouvernement du Canada](#)
- [Renseignez-vous sur les faits, Gouvernement du Canada](#)

Cannabis à des fins médicales

Le cannabis peut être utilisé à des fins médicales pour aider à traiter les symptômes de certaines conditions médicales. Le cannabis à des fins médicales est légal au Canada depuis plusieurs années. Le Règlement sur l'accès au cannabis à des fins médicales a connu des modifications mineures avec l'introduction du cannabis légalisé non médical.

Notre rubrique santé sur le [cannabis médical](#) fournit des informations sur ce qu'est le cannabis médical, pour quoi il est utilisé et comment il est utilisé. Nous fournissons également des informations sur certains des risques liés au cannabis médical et sur les moyens de les réduire.

Si vous souffrez d'une maladie grave ou débilitante, si vous résidez au Canada et bénéficiez de l'aide d'un médecin, vous pouvez demander [l'accès au cannabis à des fins médicales par l'entremise d'un producteur autorisé](#). Pour en savoir plus, visitez le site [Consommation de cannabis à des fins médicales de Santé Canada](#), appelez le Bureau du cannabis médical au 1-866-337-7705 ou parlez à votre fournisseur de soins de santé.

Lois et règlements sur la consommation de cannabis non médical en Colombie-Britannique

Comprendre les lois et les règlements sur le cannabis non médical au Canada et en Colombie-Britannique aidera les habitants de la Colombie-Britannique à rester en sécurité. De nouvelles lois sont en place pour améliorer la sécurité. Par exemple, les modifications apportées à la Loi sur les véhicules à moteur donnent à la police davantage d'outils pour retirer les conducteurs aux facultés affaiblies de la route. Visitez [Get Cannabis Clarity](#) pour obtenir des informations sur les lois et règlements en Colombie-Britannique et au Canada.

Pour plus d'informations sur les lois et règlements :

- [Cannabis, gouvernement de la Colombie-Britannique, Sécurité publique](#)
- [Cannabis et voyages internationaux, gouvernement du Canada](#)
- [Le cannabis et la frontière, gouvernement du Canada](#)
- [Déficience en cannabis, gouvernement du Canada](#)
- [Renseignements pour le consommateur - Cannabis, gouvernement du Canada](#)
- [Ne pas conduire sous consommation illicite, gouvernement du Canada](#)
- [Consommation de drogue et facultés affaiblies au travail, WorkSafeBC](#)
- [Déclaration du CBP sur la légalisation de la marijuana au Canada et le franchissement de la frontière, États-Unis Douane et protection des frontières](#)

Ressources utiles

Services d'information et de référence sur l'alcool et les drogues

Le Service de référence pour les informations sur l'alcool et les drogues (ADIRS) fournit des informations gratuites et confidentielles ainsi que des services de référence aux Britanno-Colombiens qui ont besoin d'aide pour tout problème lié à la toxicomanie (alcool ou autres drogues). L'aiguillage vers des services de traitement de la toxicomanie dans la collectivité est disponible pour tous les âges.

Contactez ADIRS au numéro sans frais 1-800-663-1441 ou dans le Lower Mainland au 604-660-9382. Une aide téléphonique gratuite et multilingue est disponible 24 heures sur 24, 7 jours sur 7.

Centre d'information sur les médicaments et les poisons de la Colombie-Britannique

Si vous pensez que quelqu'un a pu être empoisonné par une substance, un médicament ou un produit chimique, appelez le [centre antipoison](#). La ligne antipoison est ouverte 24 heures sur 24, 7 jours sur 7. Composez le 604-682-5050 ou le 1-800-567-8911 (sans frais en Colombie-Britannique) L'interprétation téléphonique est disponible dans plus de 150 langues.

Centre canadien de toxicomanie et de toxicomanie

Le [Centre canadien de la toxicomanie et des toxicomanies](#) fournit des directives fondées sur des preuves pour la prise de décision relative à la toxicomanie au Canada. En savoir plus sur la consommation de cannabis, le cannabis et les jeunes, les recherches récentes sur le cannabis, etc.

Crisis Line Association of BC

La Crisis Line Association of BC est l'association provinciale qui représente les lignes de crise membres de l'ensemble de la Colombie-Britannique. Demandez un soutien émotionnel, une évaluation et une intervention en cas de crise et de suicide, et des informations sur les ressources.

- [1-800-SUICIDE \(1-800-784-2433\)](#) : appelez si vous avez des pensées suicidaires ou si vous connaissez quelqu'un qui en a. Le service est disponible 24 heures sur 24, 7 jours sur 7 et dans jusqu'à 140 langues. Opéré en partenariat avec le centre d'intervention en cas de crise et de prévention du suicide de la Colombie-Britannique.
- [310-Mental Health \(310-6789\)](#) : appelez si vous avez besoin de soutien affectif, d'informations et de ressources spécifiques à la santé mentale en Colombie-Britannique. Le service est disponible 24 heures sur 24, 7 jours sur 7 et est gratuit partout en Colombie-Britannique (il n'est pas nécessaire de composer un indicatif régional).

Foundry

[Foundry](#) est un réseau provincial de centres de santé et de services sociaux intégrés destinés aux jeunes de 12 à 24 ans. Les centres de Foundry fournissent des soins de santé mentale, des services de toxicomanie, des soins primaires, des services sociaux et des services de soutien par les pairs pour les jeunes et les familles. Visitez un [centre local de Foundry](#).

HeretoHelp

[HeretoHelp](#) est un projet de BC Partners pour la santé mentale et la toxicomanie. Sept organismes sans but lucratif de premier plan dans le domaine de la santé mentale et de la toxicomanie travaillent ensemble pour aider les gens à bien vivre et mieux prévenir et gérer les problèmes de santé mentale et de toxicomanie.

- [Consommation de cannabis et jeunesse \(guide des parents\)](#)
- [En savoir plus sur le cannabis](#)
- [Consommation de cannabis plus sûre : Marijuana, hachich, huile de hachich](#)

Centre de ressources en santé mentale Kelty

Le [Centre de ressources en santé mentale Kelty](#) fournit des informations sur la santé mentale et la toxicomanie, des ressources, une aide pour naviguer dans le système de santé mentale et un soutien par les pairs pour les enfants, les jeunes et leurs familles de la Colombie-Britannique.

Communiquez avec le Centre de ressources en santé mentale Kelty par téléphone au 1-800-665-1822, en personne au BC Children's Hospital (édifice de la santé mentale, 4555 rue Heather, Vancouver, C.-B., pièce P3-302 [3e étage]) ou par courriel à l'adresse kellycentre@cw.bc.ca.

Dernière revue : 9 novembre 2018

Pour les autres sujets traités dans les fiches HealthLinkBC, visitez www.HealthLinkBC.ca/healthfiles ou votre service de santé publique local. Pour les demandes de renseignements et de conseils sur la santé en C.-B. qui ne constituent pas une urgence, visitez www.HealthLinkBC.ca ou composez le **8-1-1** (sans frais). Les personnes sourdes et malentendantes peuvent obtenir de l'aide en composant le **7-1-1**. Des services de traduction sont disponibles sur demande dans plus de 130 langues.