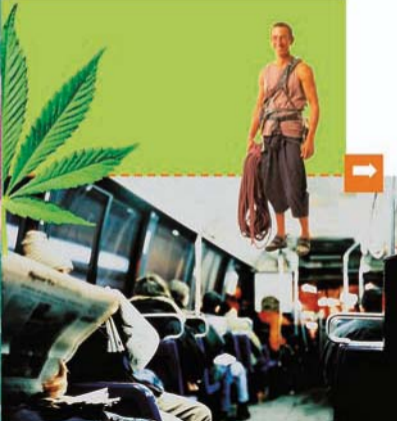


Cannabis

herbe & haschisch



Edition
2007

RAPPEL

Les informations contenues dans cette brochure datent de juin 2007. Réalisée en collaboration avec des usagers de cannabis et des experts scientifiques, cette brochure s'adresse aux consommateurs et à leurs proches.



Le but de ce document n'est pas d'encourager ou de décourager la consommation de cette substance, mais de donner une information objective et détaillée, pour un usage à moindre risque.

L'usage du cannabis existe, même si aujourd'hui sa détention, sa vente et son achat **restent illégaux**. Le cannabis est interdit par la loi sur les stupéfiants de 1921, révisée en 1975 et modifiée en 2003 (infos et détails pp. 21-24).



- P 4 Qu'est-ce que c'est?
- P 7 Quelle en est l'origine?
- P 9 Qui consomme?
- P 10 Comment le consomme-t-on?
- P 11 Quels sont les effets?
- P 14 Qu'est-ce qu'on risque?
- P 21 Que dit la loi?

Si vous ne devez lire qu'une seule chose dans cette brochure, reportez-vous aux pages

P 25
**12 façons de
réduire les risques**

P 29
**Que faire en cas
d'urgence?**

Qu'est-ce que c'est ?

4

Le cannabis¹ et le chanvre¹ sont une seule et même espèce, proche sur le plan botanique de l'ortie³ et du houblon².

Elle produit \pm de fibres et de résine suivant les conditions de sélection, de culture et de climat.

C'est la résine de la plante qui contient le plus de substance active responsable des effets psychotropes (psychotrope = «qui a un effet sur le mental»): le delta 9-tétrahydrocannabinol ou THC.

La plante de cannabis produit \pm de fibres et de résine suivant les conditions de sélection, de culture et de climat.



2
Houblon : a, fleur mâle ; b, fleur femelle.



3
Ortie : a, fleur mâle ; b, fleur femelle.



1
Chanvre : a, tige mâle ; b, tige femelle ; c, fleur mâle ; d, fleur femelle.

Les principales préparations obtenues

à partir du cannabis sont :

L'«herbe», appelée aussi «marijuana», est composée des feuilles supérieures et surtout des fleurs séchées. Sa teneur en THC peut varier entre 2 et 15%. De nos jours, on trouve néanmoins des plantes cultivées en intérieur dont la teneur en THC est bien supérieure ($\pm 30\%$ pour certaines variétés).



Le «haschisch» (hasch, shit, ...), est fabriqué à partir de la résine produite par la plante. Il se présente sous la forme d'une pâte assez dure, dont la couleur peut varier du jaune au noir en passant par le vert et le brun.



© Sylvie Derumier

Sa concentration en THC varie entre 5 et 30% (donc parfois moins que certaines "herbes"). Aux Pays-Bas, est produit néanmoins du **hasch** dont la teneur en THC est bien supérieure (jusqu'à 60% dans le cas des **Nederhasj**).

L'huile est un produit peu utilisé, fabriqué à partir du haschisch. Elle a l'aspect d'une pâte visqueuse, le plus souvent marron foncé. Sa teneur en THC peut atteindre 50%.

Quelle en est l'origine?

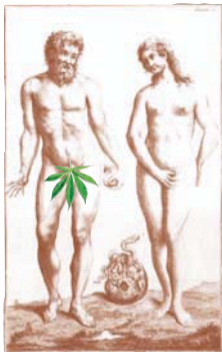
Le cannabis a été cultivé à travers les siècles pour ses qualités horticoles et psychotropes.

Jusqu'à la fin du 19^{ème} siècle, le cannabis est utilisé **pour ses fibres** de très bonne qualité (cordages, voiles de bateau).

Ce type d'utilisation a décliné suite à la prohibition du cannabis (pour des raisons politiques, idéologiques et économiques) dans les années 20-30.

Aujourd'hui, on redécouvre l'usage du chanvre dans la fabrication de papier, de vêtements, comme matériau de construction, ...

Comme psychotrope, son utilisation est attestée en Chine depuis au moins 2700 avant Jésus-Christ.



- 8 En Europe, c'est **Napoléon**, de retour d'Égypte, qui le premier *en interdira la vente et l'usage*. La toute fin du 18^{ème} siècle verra néanmoins se multiplier les **salons fumoirs clandestins**.



Parallèlement, des médecins s'y intéresseront dans le cadre de traitements des troubles mentaux jusqu'au début du 20^{ème} siècle.

En Europe, le *cannabis* figurera *dans certaines préparations pharmaceutiques* jusqu'en 1960.

Aujourd'hui, il est utilisé comme **médicament** dans certains pays pour traiter le glaucome (hypertension intraoculaire), réduire les douleurs, ouvrir l'appétit et combattre les effets secondaires de certaines thérapies lourdes (contre le Sida, différents cancers, etc.). En Belgique, un arrêt royal (du 4/7/2001) autorise, dans le cadre d'essais cliniques et sous certaines conditions, le recours à ces médicaments. Cette recherche à des fins médicales est encore d'actualité en juin 2007.



Qui consomme?

En Belgique, 31% des 15-24 ans déclarent avoir consommé du cannabis au moins **une fois** au cours de leur vie (2004, Étude Flash eurobaromètre n°158).

Cependant, il n'y a pas de portrait type de l'utilisateur : des études montrent que les consommateurs sont de tout âge et de toute classe sociale.

Une bonne partie des usagers de cannabis gèrent et contrôlent leur consommation. Seule une minorité développe une consommation problématique (usage massif, situation de dépendance).



Comment le consomme-t-on ?

10 Le plus souvent, le haschisch et l'herbe sont mélangés au tabac dans une cigarette roulée à la main : c'est ce qu'on appelle un joint, un pétard ou un stick. **Le rituel social qui accompagne la consommation du cannabis** (le groupe se passe le joint...) est tout aussi apprécié et recherché que les effets du produit. Cependant, de plus en plus d'usagers consomment en solitaire.

Fumé, les effets du cannabis sont presque immédiats et durent en général de 2 à 4 heures, selon la dose et la qualité du produit.

Le cannabis peut être incorporé à la nourriture (space-cake, thé, confiture, beurre, ...). **Les effets sont plus imprévisibles** et peuvent être vécus comme plus intenses que lorsque le cannabis est fumé. Ils se ressentent subitement au bout d'une heure en moyenne et peuvent durer jusqu'à 24 heures selon le dosage.



Il existe d'autres manières de consommer le cannabis : sans tabac, pipe à eau, vaporisateur, ...



Quels sont les effets ?

Les effets du cannabis dépendent :

- ❑ du dosage en substances actives présentes dans le produit;
- ❑ du mode de consommation;
- ❑ de la condition physique du consommateur;
- ❑ de son humeur, de ses attentes et de sa personnalité;
- ❑ de l'environnement, favorable ou non, dans lequel se réalise la consommation;
- ❑ de la fréquence et des habitudes de consommation de l'utilisateur;
- ❑ des mélanges éventuels avec d'autres produits psychotropes.



L'effet recherché du cannabis est **l'amplification de l'imagination, de l'humeur et des sensations**. Les couleurs et la musique paraissent plus intenses; la perception du temps et de l'espace peut être altérée et **des associations d'idées diverses et variées se présentent à l'esprit**.



Celui qui consomme du cannabis ressent en général un **état de bien-être** et d'**euphorie**, une **ivresse agréable**.

Il peut même manifester une certaine **hilarité** (rires).

Certains consommateurs deviennent **extravertis**, car leurs inhibitions (timidité, réserve) tombent.



D'autres deviennent **insouciants** ou **passifs**, ...

Si on consomme lorsqu'on est inquiet ou angoissé, le cannabis peut entraîner de la déprime au lieu de l'effet euphorisant.

Parfois, la **montée des effets** du produit peut entraîner des **sensations d'angoisse**.

Autres effets possibles

- Perte temporaire de mémoire;
- diminution de la concentration et de la capacité d'attention (ex: le sujet répond avec retard aux questions qui lui sont posées);
- Flip (voir p.18);
- sentiment de paranoïa;
- irritabilité;
- hallucinations en cas de prise rapide d'une quantité élevée de THC, notamment avec l'huile ou par ingestion (space-cake, ...);
- troubles du mouvement, vertiges, détente musculaire, parfois somnolence;
- sécheresse de la bouche, blanc de l'œil rougi;
- hypoglycémie (diminution du taux de sucre dans le sang): sensation de faim et malaises qui disparaissent après absorption de sucre;
- modification du rythme cardiaque et de la pression artérielle.



Le cannabis ralentit le rythme général et augmente le temps de réaction.



Qu'est-ce qu'on risque ?

1. Risques liés à la consommation elle-même

- Il n'y a **pas d'overdose mortelle** au cannabis.
- Fumer de manière intense et répétée du cannabis (herbe, résine, huile) fait courir les **mêmes risques que le tabac** (irritations, bronchites, cancers), a fortiori s'il est mélangé au tabac. Ces risques sont dus entre autres au mode d'inhalation (fumée retenue longtemps dans les poumons), à la température élevée de combustion du cannabis et au fait que la fumée de cannabis n'est pas habituellement filtrée (comme avec un filtre de cigarette industrielle).
- Quand le cannabis est ingéré, il y a un **risque de consommer plus qu'on ne le souhaiterait**. On s'en rend compte trop tard, car l'assimilation du produit est plus lente que lorsque le cannabis est fumé.



- Le **mélange cannabis-alcool** ou le mélange avec d'autres substances peut provoquer des **effets imprévus, pas toujours agréables**.
- L'**ivresse cannabique** entraîne une **perte d'attention**. La **manipulation de machines** ou la **conduite d'un véhicule** moteur comporte des **risques d'accident**.
- L'**usage quotidien, intensif et prolongé du cannabis** peut contribuer au désintérêt pour le travail, les études, la compétition, etc. Il peut s'accompagner d'une **désocialisation** du consommateur.
- Le cannabis ne rend pas schizophrène. Par contre, chez les **personnes présentant une fragilité psychologique**, il peut (mais c'est rare), même à faible dose, contribuer au déclenchement d'une **maladie mentale** (par exemple une schizophrénie chez une personne qui a un « terrain favorable » à cette maladie).



Dépendance et tolérance

La plupart des consommateurs ne connaissent pas de problèmes de dépendance. Néanmoins, chez les personnes qui ont un usage régulier et intensif, une dépendance peut s'installer. Elle se manifeste le plus souvent par une envie intense de consommer pour se sentir bien, surmonter ses difficultés, décompresser, dormir, réaliser certaines activités, etc.



La consommation devient alors une habitude, une nécessité pour soi ou dans un contexte de groupe. Certaines personnes vont jusqu'à perdre la maîtrise de leur consommation.

Actuellement, il n'existe **pas de consensus scientifique concernant la nature de la dépendance** au cannabis. Certains estiment qu'il n'existe qu'une dépendance psychologique, d'autres qu'il existe en plus une certaine forme de dépendance physique.

En effet, certains usagers décrivent des symptômes de manque à l'arrêt : irritabilité, troubles du sommeil, diminution de l'appétit, etc. Pour la plupart des usagers dépendants du cannabis, le manque se caractérise par une **envie, parfois obsédante** du produit.

Quoi qu'il en soit, on estime que la différence entre dépendance psychologique et physique est peu pertinente. Ce qui importe, c'est la difficulté à gérer la consommation et l'arrêt du produit.

La **tolérance** (ou l'accoutumance, c'est-à-dire la nécessité d'augmenter les doses pour obtenir les mêmes effets) au cannabis se développe lors d'un usage régulier (quotidien) et prolongé.

Dans le cas d'un usage occasionnel, elle est relativement faible. Cette tolérance disparaît après une courte abstinence.



Flip ou bad trip

Le haschisch et l'herbe peuvent entraîner des **effets indésirables** auprès des **personnes angoissées**.



Le cannabis, comme la plupart des psychotropes, **renforce l'état d'esprit** du consommateur. Une **crise d'angoisse** ou de **panique** peut survenir, d'autant plus si on est stressé ou mal à l'aise.

**C'est ce qu'on appelle «fliper»
ou «faire un bad trip».**

Dans ce cas, il faut chercher un **endroit tranquille**, s'entourer de **personnes de confiance**, boire ou manger quelque chose de sucré.

Ces effets indésirables se dissipent après environ une heure, selon la quantité consommée, le mode de consommation et les éventuels mélanges.

2. Risques liés au caractère illégal du produit

- La «**qualité**» du produit n'est pas assurée, sauf en cas de culture personnelle. Le haschisch et l'herbe peuvent parfois être coupés avec des substances toxiques (cirage, laque, verre pilé, ...).
- On trouve le cannabis sur le **marché clandestin** chez des vendeurs qui, parfois, proposent d'autres drogues.
- La **consommation de cannabis n'est pas toujours socialement acceptée**, contrairement à celle de l'alcool. Elle peut donc entraîner un **rejet social** (éloignement des proches, problèmes sur le lieu du travail ou à l'école, etc.).



» Le cannabis se trouve sur la liste des **produits dopants**. En Communauté française de Belgique, les inspecteurs des services compétents pour le dopage peuvent contrôler la présence du cannabis chez les sportifs, qu'ils soient professionnels ou amateurs.

» Le caractère illégal du cannabis expose évidemment le consommateur à des **sanctions judiciaires**.

20

Voyez au chapitre suivant ce que dit la loi.



Même après **une seule prise**, le **cannabis** est **déTECTABLE** dans les urines.



Il peut laisser des jusQU'à 8 semaines, en fonction de la dose et de la teneur en THC du cannabis consommé.

L'**inhalation passive** de fumée de **cannabis** peut également être **décelable** dans les urines.

Que dit la loi?

Le **cannabis** est considéré par la loi comme **un stupéfiant**. Sa fabrication, sa vente, son achat et sa détention constituent une infraction et sont passibles de sanctions pénales. En cas de constat par la police, un procès verbal est établi, communiqué au parquet et peut donner lieu à des poursuites judiciaires.

21

Toutefois, la directive du 1er février 2005 invite les parquets à accorder **la plus faible priorité de la politique des poursuites** à la détention par une personne majeure d'une petite quantité de cannabis en vue d'un usage personnel. **Cette directive ne concerne pas les autres drogues illégales.**

Elle recommande à la police de ne dresser qu'un **procès-verbal simplifié (= PVS)** lors du constat d'une détention d'une quantité maximale de trois grammes ou de la culture d'un seul plant femelle de cannabis en vue de la consommation personnelle.

En cas de PVS, le risque de poursuites est faible. En outre, la directive indique de **ne pas saisir le cannabis**. Toutefois, le champ de cette "tolérance" est extrêmement réduit.

Si vous êtes **mineur**, un procès-verbal ordinaire est établi. Votre dossier est transmis au parquet et vos parents en sont avertis.

De toute façon, il y a **procès-verbal ordinaire si vous êtes concerné par au moins **un des points suivants** :**

- 22
- ▶ vous avez **- de 18 ans**
 - ▶ vous détenez **+ de 3 grammes ou + d'un plan femelle** même pour votre consommation personnelle
 - ▶ vous offrez ou vendez du cannabis à un tiers
 - ▶ votre comportement génère des **troubles de l'ordre public** (voir encadré)
 - ▶ l'infraction comporte des **circonstances aggravantes** (par ex. la consommation en présence de mineurs ou accompagnée d'un délit)
- Ces exceptions sont laissées à l'appréciation des agents de police.**
Il est donc difficile de se prémunir contre un procès-verbal ordinaire.

Un trouble à l'ordre public, c'est :

- la détention de cannabis dans certains lieux comme les écoles ou leurs environs immédiats, les institutions d'aide à la jeunesse, les prisons, etc.
- la détention visible de cannabis dans un lieu public ou un endroit accessible au public (par exemple fumer du cannabis en rue ou dans un abri de bus).



Attention ! Chaque procureur peut diffuser une directive particulière en cas de rassemblement de masse (fête, festival, concert, animation...).

LES PEINES

Les poursuites pour détention de cannabis exposent le consommateur à une **amende**, voire à une **peine d'emprisonnement**. Pour information, le montant de toute amende est toujours à **multiplier par un index** (loi des décimes additionnels). Cet index reflète l'évolution du coût de la vie, il évolue périodiquement, il s'élève à 5,5 en 2007).

* En cas d'interpellation pour détention de cannabis **en vue de la consommation personnelle**, le montant de l'amende est compris entre 15 € (donc vous devrez payer $15 \times 5,5 = 82,50$ €) et 25 € (donc $25 \times 5,5 = 137,5$ €). S'il y a récidives, l'amende peut s'élever jusqu'à 100 € (550 €) et peut être accompagnée d'une peine de prison de 8 jours à un mois.

- * S'il y a constat d'une **détention accompagnée de circonstances aggravantes** ou de **comportements non liés à un usage personnel** (par exemple le deal), l'amende est comprise entre 1000 € (5500€) et 100.000 € (550.000 €) et la période d'emprisonnement peut aller de 3 mois à 5 ans.

24

Aux Pays-Bas

Le cannabis est illégal aux Pays-Bas. Toutefois, la vente et la consommation de cannabis sont tolérées **dans les coffee-shops**, pour autant que la quantité vendue ne dépasse pas 5 grammes par personne.

En dehors des coffee-shops, une interpellation pour détention de cannabis peut déboucher sur une saisie et la transmission de votre dossier au parquet belge. Si vous êtes mineur, vos parents seront automatiquement avertis, un procès-verbal sera dressé et transmis au parquet de votre région.



12 FAÇONS DE RÉDUIRE LES RISQUES

- ① En cas d'effets indésirables, cherchez un **endroit tranquille**, un **entourage apaisant**, buvez quelque chose de sucré.
Surtout ne paniquez pas : les effets du produit sont temporaires et s'estompent avec le temps.



- 2 Les space-cakes mettent du temps à produire un effet (+/- 1 heure):** soyez patient et ne cédez pas à la tentation d'en reprendre, car vous ne connaissez pas la quantité de THC ingérée et donc l'intensité des effets.
Si vous en reprenez trop rapidement, vous risquez d'être complètement dépassé par les effets.
- 3 Le cannabis modifie la capacité de concentration:** n'en consommez pas à l'école, au travail, au volant ou lorsque vous travaillez sur des machines.
- 4 Évitez de mélanger avec d'autres hallucinogènes :** le cannabis renforce leurs effets psychédéliques et les risques associés (bad trip, dépersonnalisation, ...).



- 5 De manière générale, évitez de consommer du cannabis en même temps que d'autres psychotropes, y compris l'alcool.
- 6 Dans la mesure du possible, n'achetez pas de cannabis auprès de personnes inconnues. Informez-vous sur la qualité du produit auprès de personnes de confiance. Le moyen le plus efficace de garantir la qualité du produit est de posséder son propre plant.
- 7 Si vous fumez de l'herbe ou du haschich dont vous n'êtes pas certain de la qualité, mieux vaut utiliser un filtre à cigarette afin de limiter au maximum l'action des produits de coupe. Les vaporisateurs et les pipes à eau limitent également les risques liés à la combustion (cancer des voies respiratoires).
- 8 Si vous vous sentez mal ou avez une quelconque appréhension, reportez l'expérience.

- 9 Le cannabis est déconseillé aux femmes enceintes et allaitantes du cannabis. Un usage régulier peut avoir des conséquences sur le développement de l'enfant.
- 10 Si la police se présente à votre domicile, elle n'a pas le droit d'entrer sans un mandat (sauf en cas de flagrant délit ou de consommation en présence de mineurs). Rien ne vous oblige à signer un accord de visite domiciliaire.
- 11 Le cannabis augmente le désir de contact : n'oubliez pas votre préservatif en cas de relations sexuelles !
- 12 Si vous ne vous sentez plus maître de votre consommation, parlez-en à une personne en qui vous avez confiance. Il existe également des services qui peuvent vous aider. Renseignez-vous auprès d'Infor-Drogues (voir page 31).



QUE FAIRE EN CAS D'URGENCE?



En cas de mélange de cannabis avec d'autres substances, les informations suivantes peuvent s'avérer utiles :

- ▶ En cas de malaise, *si la personne est consciente*, amenez-la au calme, rassurez-la, aérez-la, offrez-lui de l'eau.
- ▶ *Si la personne est inconsciente*: appelez le service médical d'urgence - **le 112** appel gratuit

- ▶ Décrivez la personne : est-elle consciente ou inconsciente, respire-t-elle ou non.

Donnez l'adresse exacte (rue, n°, étage).

L'état de la personne et le lieu de l'accident sont les deux seules informations nécessaires!

Une fois le **personnel médical** sur place, signalez-lui les produits consommés; il est **tenu au secret professionnel.**

- ▶ En intervenant rapidement, vous pouvez lui éviter des problèmes graves, peut-être même lui sauver la vie. Pensez-y !
- ▶ Si l'accident a lieu dans un endroit privé, la police n'est pas autorisée à y pénétrer sans un mandat.

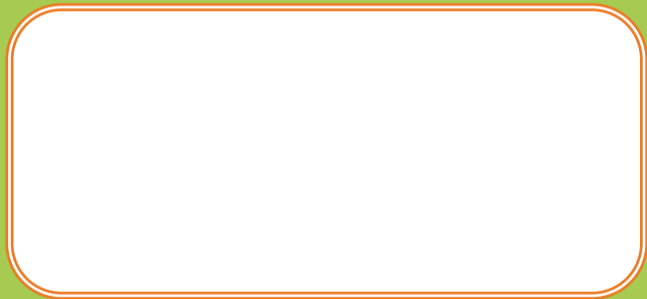
Si vous voulez parler de drogue, aider un ami ou faire le point sur votre consommation :

- ▶ **Infor-Drogues:** 02/227 52 52
(24h/24)

En cas d'urgence

- ▶ **Centre anti-poison:** 070/245 245
- ▶ **SOS médecins (à Bruxelles):** 02/513 02 02
- ▶ **Autres services de garde:** 112

Cette brochure a été réalisée par le Centre Alfa, Citadelle,
Infor-Drogues, La Liaison Antiprohibitionniste, Modus Vivendi,
Prospective Jeunesse et Santé & Entreprise
sous la coordination de Modus Vivendi.



Avec le soutien de la Communauté française de Belgique