



► **Effets de la consommation
du cannabis sur la santé
des adultes âgés de plus
de 55 ans**

SÉRIE DE RESSOURCES SUR LE CANNABIS



Gouvernement
du Canada

Government
of Canada

Canada

DOSSIERS DISPONIBLES DANS CETTE SÉRIE :

- ▶ Comment lire et comprendre l'étiquette des produits de cannabis
- ▶ Effets de la consommation du cannabis sur la santé des adultes âgés de plus de 55 ans.
- ▶ La culture du cannabis à domicile en toute sécurité
- ▶ Accessoires de cannabis pour inhalation : Minimisez vos risques lorsque vous fumez, vapotez et tamponnez
- ▶ La consommation de cannabis est-elle sécuritaire? Les faits pour les jeunes de 13 à 17 ans.
- ▶ La consommation de cannabis est-elle sécuritaire? Les faits pour les jeunes adultes de 18 à 25 ans.
- ▶ La consommation de cannabis augmente-t-elle le risque de développer une psychose ou une schizophrénie?
- ▶ Est-il sécuritaire de consommer du cannabis pendant la période précédant la conception, la grossesse et l'allaitement?
- ▶ Le cannabis crée-t-il une dépendance?

OBJET :

Ce document fournit des messages clés et des renseignements sur les risques et les effets sur la santé de la consommation de cannabis chez les adultes de plus de 55 ans. Il vise à fournir des sources de référence en ce qui concerne les activités liées à l'éducation et à la sensibilisation. Il est possible de réutiliser les informations et les messages clés, le cas échéant, dans plusieurs documents, y compris des brochures, des affiches, etc.

© Sa Majesté la Reine du chef du Canada, représentée par le ministre de la Santé, 2022

Date de publication : juillet 2022

Ce document peut être reproduit entièrement ou en partie à des fins non commerciales, sans frais ni permissions supplémentaires, à condition que le contenu reproduit soit destiné à l'éducation du public et qu'une diligence raisonnable soit exercée pour en assurer l'exactitude.

Cat. : H134-26/2022F-PDF

ISBN : 978-0-660-43625-8

Pub. : 220109

Dans ce document :

- ▶ [Pourquoi la consommation de cannabis chez les adultes âgés de plus de 55 ans peut être risquée](#)
- ▶ [Comment aider à réduire vos risques](#)
- ▶ [Effets sur la santé](#)
- ▶ [Interactions fréquentes avec d'autres substances](#)
- ▶ [Ressources supplémentaires](#)
- ▶ [Références](#)

Cette page présente des faits importants à prendre en compte pour les adultes de plus de 55 ans lorsqu'ils décident de consommer du cannabis. Si vous choisissez de consommer du cannabis, vous devez toujours l'acheter sur le marché légal, car les produits du marché illégal ne sont pas soumis aux mêmes contrôles de qualité. Ils peuvent donc exposer les consommateurs à des risques inutiles pour la santé.

Comme les produits du cannabis sont beaucoup plus forts aujourd'hui et qu'ils se présentent sous une plus grande variété de formes et de façons de les consommer, vous devriez, peu importe votre expérience, [« commencer par de petites quantités et y aller lentement »](#).

- ▶ Faites preuve de prudence et commencez avec les produits ayant une faible quantité de THC et de CBD.
- ▶ Espacez les inhalations de cannabis fumé ou vapoté, les bouchées de cannabis comestible (ou petites gorgées de boissons de cannabis) ou les gouttes d'huiles ou de teintures orales pour diminuer les risques d'effets secondaires.

Tous les produits de cannabis légaux doivent avoir une étiquette indiquant clairement leur teneur en THC et en CBD. Consultez [Comment lire et comprendre l'étiquette des produits de cannabis](#) pour plus de renseignements.

Si vous éprouvez l'un des graves effets secondaires suivants immédiatement après avoir consommé du cannabis, cessez-en la consommation et appelez votre professionnel de la santé :

- ▶ paranoïa
- ▶ hallucinations
- ▶ essoufflement
- ▶ crise d'épilepsie
- ▶ perte de conscience
- ▶ douleurs thoraciques
- ▶ maux de tête sévères
- ▶ rythme cardiaque rapide ou irrégulier
- ▶ troubles de la vision dans un œil ou dans les deux yeux
- ▶ engourdissement ou faiblesse dans une partie du corps
- ▶ confusion, trouble d'élocution, difficulté à comprendre la parole

[Signalez les effets secondaires des produits de cannabis](#) ou [soumettez une déclaration relative au cannabis](#) pour toute préoccupation au sujet de la qualité de produits du cannabis.



Pourquoi la consommation de cannabis chez les adultes âgés de plus de 55 ans peut être risquée

La capacité de votre organisme à traiter les drogues et les substances change en vieillissant. Les adultes âgés de plus de 55 ans peuvent être plus sensibles au cannabis et présenter un plus grand risque d'effets secondaires. Cela est particulièrement vrai s'ils sont atteints de certains problèmes de santé.¹ Par exemple, vous ne devez pas consommer de cannabis si vous avez une grave :

- ▶ maladie du foie
- ▶ maladie des reins
- ▶ maladie cardio-vasculaire

La consommation de cannabis pendant l'utilisation de produits de santé sur ordonnance ou sans ordonnance peut faire augmenter les risques d'effets secondaires. De tels produits comprennent :

- ▶ les médicaments biologiques
- ▶ les produits de santé naturels
- ▶ les médicaments pharmaceutiques
- ▶ les médicaments radiopharmaceutiques

Si vous pensez consommer du cannabis à des fins médicales ou non médicales, parlez-en d'abord à votre professionnel de la santé.

Comment aider à réduire vos risques

Voici des facteurs importants à considérer pour réduire vos risques [d'effets secondaires du cannabis](#).

Choisissez des produits du cannabis à teneur plus faible en THC et à teneur égale ou plus élevée de CBD.²

Le THC est la source des effets intoxicants du cannabis. Le CBD n'est pas intoxicant et peut faire diminuer certains effets du THC. Toutefois, le CBD produit des effets sur votre cerveau et sur votre corps.

Choisissez des produits légaux ayant une faible teneur en THC :

- ▶ cannabis comestible, capsules, gélules ou pastilles contenant 2,5 mg de THC ou moins par unité
- ▶ cannabis séché contenant 100 mg/g (10 %) de THC par unité ou la teneur la plus faible que vous puissiez trouver
- ▶ liquides de vapotage avec le plus faible pourcentage de THC ou mg/g que vous pouvez trouver huiles ou teintures ayant la plus faible quantité de THC possible

Attendez de constater la réaction de votre corps avant d'en consommer davantage

- ▶ Si vous mangez ou buvez du cannabis, vous pourriez devoir patienter pour en ressentir les effets. Il peut falloir attendre jusqu'à 4 heures après l'ingestion pour en ressentir le plein effet. Cela peut se produire lors de l'ingestion de capsules, de gélules, de teintures, d'huiles ou de cannabis comestible, y compris les boissons.
- ▶ Faites preuve de prudence lorsque vous inhalez des extraits de cannabis, car ces produits ont généralement une bien plus forte teneur en THC que le cannabis séché.

Évitez de mélanger le cannabis avec d'autres substances

Évitez de consommer du cannabis en même temps que du tabac, de l'alcool ou d'autres substances. Leur consommation combinée fait augmenter le risque d'effets secondaires.

Apprenez-en davantage sur les [interactions fréquentes avec d'autres substances](#).

Le cannabis est devenu plus fort avec le temps

Les produits du cannabis sont plus forts aujourd'hui qu'ils l'étaient depuis des décennies.^{3,4}

- ▶ Cannabis séché
 - En moyenne, le cannabis séché contient **4 fois plus de THC** aujourd'hui qu'il en contenait au milieu des années 1980 et au début des années 1990.
 - Selon des données américaines, la moyenne de la teneur en THC du cannabis séché illicite était de :
 - environ 3 %, entre 1984 et 1992
 - environ 14 % en 2019
 - Aujourd'hui, la teneur en THC du cannabis séché se situe en moyenne au-dessus de 15 % et jusqu'à 30 %
- ▶ Extraits de cannabis
 - Certains extraits de cannabis peuvent contenir jusqu'à **30 fois plus de THC** que le cannabis séché du milieu des années 1980 et au début des années 1990
 - Certains extraits de cannabis destinés à l'inhalation peuvent avoir une teneur allant jusqu'à 90 %⁵

Votre réaction au cannabis peut varier

Si vous êtes âgé de plus de 55 ans, le cannabis peut poser des risques additionnels à votre santé, même si vous êtes un consommateur expérimenté ou que vous le consommez à des fins médicales. Les effets secondaires dépendent de nombreux facteurs tels que :

- ▶ votre sexe^{6,7}
- ▶ votre expérience antérieure avec le cannabis
- ▶ les quantités de [THC et de CBD](#) présents dans le produit et la quantité de produit que vous avez consommé
- ▶ la manière dont vous consommez le cannabis (p. ex., si vous le mangez, le buvez, le fumez ou le vapotez)
- ▶ votre consommation de nourriture, d'alcool et de produits de santé ou autres drogues et substances
- ▶ le type de cannabis consommé (p. ex., extraits de cannabis ou cannabis séché)

Tant le THC **que** le CBD peuvent avoir des effets secondaires. Il est important de comprendre la teneur en THC et en CBD dans votre produit pour ainsi éviter ou réduire les risques d'effets secondaires.

Effets sur la santé

Vous trouverez ci-dessous les effets les mieux connus du cannabis sur le corps et sur le cerveau. Les adultes âgés de plus de 55 ans peuvent davantage ressentir ces effets, étant donné :

- ▶ les changements liés à l'âge dans la réponse du corps aux drogues
- ▶ les problèmes de santé existants
- ▶ la prise de médicaments
- ▶ les autres produits de santé pris avec le cannabis

Consultez la page [Effets du cannabis sur la santé](#) pour en apprendre davantage au sujet des effets généraux de la consommation de cannabis.

Cerveau

Le THC peut affecter votre cerveau de la manière suivante :

- ▶ anxiété
- ▶ somnolence
- ▶ hallucinations
- ▶ paranoïa
- ▶ confusion
- ▶ perception erronée
- ▶ pensée désorganisée
- ▶ perte de coordination causant des chutes, des accidents ou des blessures
- ▶ problèmes de mémoire, d'attention et d'exécution de tâches complexes et exigeantes

Cœur

Le THC peut accélérer votre rythme cardiaque peu après avoir été consommé. Plus la teneur en THC est élevée, plus votre rythme cardiaque peut accélérer. Un rythme cardiaque accéléré peut :

- ▶ imposer un stress additionnel sur le cœur
- ▶ causer un inconfort et provoquer de l'anxiété
- ▶ être plus dangereux pour ceux qui souffrent de problèmes cardiaques

Chez certaines personnes souffrant de maladie cardiovasculaire ou vasculaire cérébrale, le cannabis peut faire augmenter le risque d'infarctus ou d'accident vasculaire cérébral.

Tension artérielle

Le cannabis peut faire baisser la tension artérielle, particulièrement lorsque vous passez de la position couchée ou assise à debout. Les symptômes de basse tension artérielle comprennent :

- ▶ vertige
- ▶ vision floue
- ▶ étourdissement
- ▶ évanouissement

Ces symptômes peuvent accroître les risques de chutes et de blessures s'ils provoquent un étourdissement ou des problèmes de coordination et d'équilibre. Les risques de chutes ou de blessures peuvent augmenter si vous consommez du cannabis et d'autres produits de santé ou de l'alcool.

Les reins

Les reins jouent un rôle important dans l'élimination du THC et du CBD. Nous ne savons pas quel impact les effets du cannabis peuvent avoir sur une maladie rénale.

Le foie

Le foie aide à éliminer les drogues et les substances de l'organisme. L'âge peut apporter certains changements à la fonction hépatique et les adultes âgés de plus de 55 ans ont tendance à prendre plusieurs médicaments. Le cannabis et les médicaments peuvent ainsi demeurer plus longtemps dans l'organisme et faire augmenter les risques d'interaction, causant des effets secondaires. La consommation orale à long terme de cannabis contenant de plus forts taux de CBD (plus de 240 mg par jour) peut également mener à des problèmes hépatiques. En outre, la consommation de cannabis peut accroître la gravité et la progression de la stéatose hépatique et de la fibrose hépatique chez les gens atteints d'hépatite C chronique.

Communiquez avec votre professionnel de la santé si vous ressentez ces effets secondaires potentiellement graves après avoir consommé du cannabis :

- ▶ fièvre
- ▶ nausée
- ▶ vomissement
- ▶ perte d'appétit
- ▶ coloration inhabituellement foncée des urines
- ▶ jaunisse (jaunissement de la peau ou du blanc des yeux)
- ▶ douleur ou inconfort dans la partie supérieure droite de l'abdomen

Yeux

Bien qu'une recherche plus approfondie soit nécessaire pour mieux comprendre les effets du THC et du CBD sur les yeux, le peu de données dont nous disposons semble indiquer que le CBD pourrait faire augmenter la pression dans les yeux. Cet effet pourrait endommager les yeux avec une consommation répétée dans le temps. Si vous souffrez de glaucome, faites attention lorsque vous consommez des produits du cannabis, particulièrement ceux contenant du CBD.

Glycémie et diabète

Si vous êtes atteint de diabète de type 1 et que vous consommez du cannabis, vos risques d'effets secondaires peuvent être plus élevés, notamment l'acidocétose diabétique. Elle peut être mortelle si elle n'est pas traitée.

Appelez immédiatement votre professionnel de la santé si :

- ▶ vous vomissez ou vous êtes incapable de tolérer la nourriture ou les liquides
- ▶ votre glycémie est plus élevée ou plus basse qu'à l'habitude et qu'elle ne répond pas aux traitements habituels faits à la maison, comme la prise d'insuline pour le diabète de type 1

Interactions fréquentes avec d'autres substances

La prise de produits sur ordonnance, sans ordonnance ou de santé naturels avec le cannabis peut faire augmenter les risques d'interactions entre ces drogues/substances et les risques d'effets secondaires. Les adultes âgés de plus de 55 ans devraient connaître les risques d'interaction entre le cannabis et :

- ▶ l'alcool
- ▶ le tabac et la nicotine
- ▶ les drogues ou les substances illicites, comme la cocaïne
- ▶ les produits de santé pour :
 - la douleur (comme les tranquillisants, les relaxants musculaires)
 - les crises d'épilepsie
 - les infections
 - les brûlures d'estomac
 - les troubles de la vessie
 - les problèmes cardiaques et sanguins
- ▶ les médicaments contre les allergies et pour le rhume
- ▶ le millepertuis
- ▶ les sédatifs hypnotiques non barbituriques
- ▶ les antidépresseurs
- ▶ les antipsychotiques
- ▶ les stabilisateurs de l'humeur
- ▶ les immunodépresseurs (médicament servant à prévenir certaines réactions du système immunitaire, comme après une transplantation)

Ressources supplémentaires

- ▶ [Cannabis : réduisez vos risques](#)
- ▶ [Renseignements pour le consommateur](#)
- ▶ [Recommandations canadiennes pour l'usage du cannabis à moindre risque](#)
- ▶ [Le cannabis à des fins médicales en vertu de la Loi sur le cannabis](#)
- ▶ [Renseignements pour le consommateur de cannabis à des fins médicales](#)
- ▶ Ce que vous devez savoir si vous choisissez de consommer du cannabis
- ▶ [Cannabis : l'inhalation vs l'ingestion \[infographie\]](#) (Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances)

Autres documents dans la série de ressources en matière de cannabis :

- ▶ [Comment lire et comprendre l'étiquette des produits du cannabis](#)
- ▶ [Le cannabis crée-t-il une dépendance?](#)
- ▶ [La consommation de cannabis est-elle sécuritaire? Les faits pour les jeunes de 13 à 17 ans](#)
- ▶ [La consommation de cannabis est-elle sécuritaire? Les faits pour les jeunes adultes de 18 à 25 ans.](#)
- ▶ [Est-il sécuritaire de consommer du cannabis pendant la période précédant la conception, la grossesse et l'allaitement?](#)
- ▶ [La consommation de cannabis augmente-t-elle le risque de développer une psychose ou une schizophrénie?](#)

Références

Pour de plus amples renseignements sur les effets de la consommation du cannabis sur la santé des adultes âgés de 55 ans et plus, consultez les références ci-dessous. Veuillez noter que certaines ressources ne sont disponibles qu'en anglais.

Le cerveau

- ▶ [Renseignements destinés aux professionnels de la santé : Le cannabis \(marijuana, marihuana\) et les cannabinoïdes](#)

Le cœur

- ▶ [Renseignements destinés aux professionnels de la santé :Le cannabis \(marijuana, marihuana\) et les cannabinoïdes](#)
- ▶ [Changes in \$\Delta^9\$ tetrahydrocannabinol \(THC\) and cannabidiol \(CBD\) concentrations in cannabis over time: systematic review and meta analysis](#)
- ▶ [A comprehensive review of cannabis potency in the USA in the last decade](#)
- ▶ [The impact of marijuana on the cardiovascular system: a review of the most common cardiovascular events associated with marijuana use](#)

La tension artérielle

- ▶ [What is the current knowledge about the cardiovascular risk for users of cannabis-based products? A systematic review](#)
- ▶ [Recreational marijuana use and acute ischemic stroke: a population-based analysis of hospitalized patients in the United States](#)

Les reins

- ▶ [Middle cerebral artery velocity during upright posture after marijuana smoking](#)
- ▶ [Cannabis is associated with blood pressure reduction in older adults–A 24-hours ambulatory blood pressure monitoring study](#)

Le foie

- ▶ [A review of cannabis in chronic kidney disease symptom management](#)
- ▶ [The nephrologist's guide to cannabis and cannabinoids](#)
- ▶ [Daily cannabis use: a novel risk factor of steatosis severity in patients with chronic hepatitis C](#)

Les yeux

- ▶ [Influence of cannabis use on severity of hepatitis C disease](#)

Glycémie et diabète

- ▶ [Cannabidiol and Abnormal Liver Chemistries in Healthy Adults](#)

Notes de fin de page

- ¹ Abramovici, H., Lamour, S., Mammen, G. (2018). Renseignements destinés aux professionnels de la santé : Cannabis (marihuana, marijuana) et les cannabinoïdes. Santé Canada.
- Freeman, A. M., Petrilli, K., Lees, R., Hindocha, C., Mokrysz, C., Curran, H. V., ... & Freeman, T. P. (2019). « How does cannabidiol (CBD) influence the acute effects of Δ^9 -tetrahydrocannabinol (THC) in humans? » A systematic review. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, vol. 107, p. 696–712.
- ² Miller, S., Daily, L., Leishman, E., Bradshaw, H., & Straiker, A. (2018). « Δ^9 -Tetrahydrocannabinol and cannabidiol differentially regulate intraocular pressure. » *Investigative ophthalmology & visual science*, vol. 59, n° 15, p. 5904–5911.
- ³ Kinney, G. L., Akturk, H. K., Taylor, D. D., Foster, N. C., & Shah, V. N. (2020). « Cannabis use is associated with increased risk for diabetic ketoacidosis in adults with type 1 diabetes: findings from the T1D exchange clinic registry. » *Diabetes Care*, vol. 43, n° 1, p. 247–249.
- ⁴ Cash, M. C., Cunnane, K., Fan, C., & Romero-Sandoval, E. A. (2020). « Mapping cannabis potency in medical and recreational programs in the United States. » *PLoS one*, vol. 15, n° 3, e0230167.
- ⁵ Sholler, D. J., Strickland, J. C., Spindle, T. R., Weerts, E. M., & Vandrey, R. (2020). « Sex differences in the acute effects of oral and vaporized cannabis among healthy adults. » *Addiction biology*, vol. 26, n° 4, e12968.
- ⁶ Calakos, K. C., Bhatt, S., Foster, D. W., & Cosgrove, K. P. (2017). « Mechanisms underlying sex differences in cannabis use. » *Current addiction reports*, vol. 4, n° 4, p. 439–453.