



▶ **Accessoires de cannabis
pour inhalation : Minimisez
vos risques lorsque vous
fumez, vapotez et tamponnez**

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 accessoires de cannabis utilisés pour inhaler et sur la façon de réduire les risques qui leur sont associés. 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 le Roi du Chef du Canada, représenté par le ministre de la Santé, 2022

Date de publication : août 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.: H134-29/2022F-PDF

ISBN: 978-0-660-46614-9

Pub.: 220632

Accessoires de cannabis pour inhalation : Minimisez vos risques lorsque vous fumez, vapotez et tamponnez

SÉRIE DE RESSOURCES SUR LE CANNABIS

Dans ce document :

- ▶ [Risques pour la santé et minimisez vos risques](#)
 - [Fumer](#)
 - [Vapoter](#)
 - [Tamponner \(« dab »\)](#)
- ▶ [Signaler un effet secondaire ou un problème](#)

La combustion (fumer) est la méthode de consommation du cannabis la plus répandue, bien que le vapotage et le tamponnage (« dabbing ») soient aussi des moyens courants de consommer du cannabis. Cette page porte sur les accessoires de cannabis utilisés pour inhaler et sur la façon de réduire les risques qui leur sont associés. Pour plus d'informations sur les risques généraux de la consommation de cannabis sur votre santé, consultez [Effets du cannabis sur la santé](#).

Un accessoire de cannabis est un article ou un dispositif qui est utilisé pour consommer du cannabis. Ça inclue le papier à rouler ou les wraps, les pipes, les pipes à eau (« bong »), les cigarettes électroniques et les appareils de tamponnage (« dab »).

Risques pour la santé et minimisez vos risques

Fumer

Fumer fait référence à l'inhalation de la fumée produite par la combustion du cannabis. C'est la méthode la plus courante de consommation du cannabis et la plus nocive, car la fumée de cannabis contient bon nombre des mêmes produits chimiques nocifs que la fumée de tabac, y compris des agents cancérigènes (une substance qui peut causer le cancer). Le fait de fumer du cannabis a été associé à des risques accrus de :

- ▶ bronchite
- ▶ infections pulmonaires
- ▶ toux chronique (à long terme)
- ▶ augmentation de l'accumulation de mucus dans la poitrine

Accessoires pour fumeurs

Papier à rouler

Les joints ou « blunts » sont généralement fabriqués avec du cannabis séché, enroulé dans un papier « à rouler » pouvant être brûlé. Ces papiers à rouler sont très fins et fabriqués à partir de matériaux naturels comme le bambou ou le chanvre.

Pour minimiser les risques lorsque vous fumez un joint, évitez de le partager pour réduire la propagation de maladies ou d'infections. Aussi, assurez-vous d'acheter les papiers ou les joints préroulés dans un [magasin autorisé](#). Les papiers à rouler non réglementés peuvent contenir des contaminants tels que :

- ▶ les métaux lourds, comme le plomb
- ▶ les pesticides

Exemple d'un joint



Pipes

Les pipes sont un accessoire réutilisable utilisé pour fumer le cannabis. Le cannabis est brûlé dans le bol de la pipe et la fumée y demeure jusqu'à l'inhalation. Il existe différents types de pipes :

- ▶ les pipes à main
- ▶ les pipes à inhalation unique
- ▶ les pipes à eau (telles que les « bubblers » ou les « bongs »)

Dans une pipe à eau, l'eau peut baisser la température de la fumée et aider à filtrer certaines des substances nocives dans la fumée. Par contre, il ne s'agit pas pour autant d'une méthode de consommation sécuritaire. Des recherches ont montré que les pipes à eau peuvent produire des niveaux plus élevés de fumée secondaire que les cigarettes de tabac. Le risque d'être affecté par la fumée secondaire est également plus élevé pour ceux qui fument à l'intérieur¹.

Réduisez les risques lorsque vous utilisez une pipe.

- ▶ Choisissez une pipe en verre ou en céramique. Le plastique et d'autres matériaux peuvent contenir des produits chimiques nocifs susceptibles d'être inhalés lorsqu'ils sont chauffés.
- ▶ Si vous partagez votre pipe, chaque personne devrait utiliser un embout buccal différent pour éviter la propagation de maladies ou d'infections.
- ▶ Pour les pipes à eau, gardez-les propres en les essuyant et en changeant régulièrement l'eau utilisée.

Exemple d'une pipe à main



Exemple d'une pipe à eau (« bong »)



Vapoter

Le **vapotage** est l'inhalation d'un aérosol produit en chauffant un extrait de cannabis liquide ou solide à l'intérieur d'un accessoire de vapotage.

Il a été démontré que l'aérosol généré par le vapotage de cannabis contient des substances nocives². De plus, des contaminants tels que les métaux lourds peuvent s'infiltrer dans l'extrait de cannabis et être inhalés dans l'aérosol^{3,4}. Bien que vapoter a ses propres risques, il est moins nocif pour vos poumons que fumer du cannabis.

Accessoires de vapotage

Les composantes des accessoires de vapotage sont les suivantes :

- ▶ pile
- ▶ élément chauffant
- ▶ embout buccal
- ▶ chambre ou cartouche

Voici différents exemples d'accessoires de vapotage :

- ▶ stylo de vapotage
- ▶ vaporisateur de liquide à vapoter
- ▶ dosette de liquide à vapoter
- ▶ vaporisateur « mods » (adaptateur de pile)

Les accessoires de vapotage peuvent mal fonctionner. Dans de rares cas, leurs dysfonctionnements ont entraîné des blessures.

Réduisez les risques lorsque vous utilisez un accessoire de vapotage.

- ▶ Achetez votre accessoire dans un [magasin autorisé](#).
- ▶ Suivez les instructions du fabricant sur l'utilisation et l'élimination appropriées de votre accessoire.
- ▶ Nettoyez correctement votre accessoire après utilisation.
- ▶ Ne surchargez pas les piles de votre accessoire rechargeable.
- ▶ Informez-vous sur la [sécurité des piles](#); prenez notamment connaissance des précautions appropriées et des consignes d'élimination de la pile au lithium-ion de l'accessoire rechargeable.
- ▶ Ne partagez pas votre accessoire de vapotage pour réduire la propagation de maladies ou d'infections.

Exemple d'un vaporisateur de liquide



Tamponner (« dab »)

Le **tamponnage** (ou « dabbing ») est l'inhalation d'un aérosol généré par la vaporisation à haute température d'un extrait de cannabis solide ou semi-solide (un « dab ») avec un accessoire de tamponnage.

Accessoires de tamponnage

Appareils de tamponnage

Les appareils de tamponnage sont habituellement fabriqués en verre. Ils comportent quatre composantes :

- ▶ le dôme
- ▶ le tampon
- ▶ la pipe à eau
- ▶ le clou (ou « banger »)

Le clou est un petit compartiment où l'extrait de cannabis est chauffé au moyen d'une torche ou d'un élément chauffant.

Les appareils de tamponnage sont utilisés avec des extraits de cannabis très concentrés tels que :

- ▶ la cire
- ▶ le hachisch
- ▶ le cristal (« shatter »)
- ▶ la colophane (« rosin »)
- ▶ la résine vivante (« live resin »)
- ▶ le beurre ou la pâte collante (« budder »)
- ▶ l'huile de hachisch extraite au butane (BHO)
- ▶ les miettes (« crumble ») ou alvéoles (« honeycomb »)

Réduisez les risques lorsque vous utilisez un appareil de tamponnage.

- ▶ Achetez votre accessoire dans un [magasin autorisé](#).
- ▶ Si vous partagez votre appareil de tamponnage, chaque personne devrait utiliser un embout buccal différent pour éviter la propagation de maladies ou d'infections.
- ▶ Gardez votre appareil de tamponnage propre en l'essuyant et en changeant régulièrement l'eau qu'il contient.

Exemple d'un appareil de tamponnage (« dabbing »).



Stylos de tamponnage (vaporisateur de concentré)

Les stylos de tamponnage sont différents des accessoires de vapotage, car ils font fondre des extraits de cannabis plutôt que des liquides ou de l'huile. Le stylo comporte une chambre, une pile et un embout buccal. Parce qu'ils utilisent la chaleur pour faire fondre des extraits, ils sont souvent recouverts d'acier pour protéger l'utilisateur des températures internes élevées.

Réduisez les risques lorsque vous utilisez un stylo de tamponnage.

- ▶ Achetez votre accessoire dans un [magasin autorisé](#).
- ▶ Suivez les instructions du fabricant sur l'utilisation et l'élimination appropriées de votre accessoire.
- ▶ Nettoyez correctement votre accessoire après utilisation.
- ▶ Ne surchargez pas les piles de votre accessoire rechargeable.
- ▶ Informez-vous sur la [sécurité des piles](#); prenez notamment connaissance des précautions appropriées et des consignes d'élimination de la batterie lithium-ion de l'accessoire rechargeable.
- ▶ Si vous partagez votre stylo de tamponnage, chaque personne devrait utiliser un embout buccal différent pour éviter la propagation de maladies ou d'infections.

Exemple d'un stylo de tamponnage (« dabbing »)



Signaler un effet secondaire ou un problème

Si vous ressentez des effets secondaires lorsque vous consommez du cannabis, nous vous encourageons à [les signaler](#) et à rapporter tout problème lié à un produit de cannabis.

Pour signaler un problème lié à un accessoire de vapotage de cannabis d'un [magasin autorisé](#), soumettez un [formulaire de déclaration](#). Votre signalement peut contribuer à rendre ces produits plus sûrs pour tous les Canadiens.

Liens connexes

Le moyen le plus efficace d'éviter les risques liés à l'usage du cannabis est de s'abstenir d'en consommer. Si vous choisissez de consommer du cannabis, consultez les ressources supplémentaires pour apprendre comment minimiser vos risques.

- ▶ [Au sujet du cannabis](#)
- ▶ [Renseignements pour le consommateur – Cannabis](#)
- ▶ [Effets du cannabis sur la santé](#)
- ▶ [Réduisez vos risques : Choisissez le cannabis légal](#)
- ▶ [Magasins de cannabis autorisés dans les provinces et territoires](#)
- ▶ [Dissiper la fumée entourant le cannabis : produits de cannabis comestible, extraits de cannabis et cannabis pour usage topique](#)

Série de ressources sur le cannabis

- ▶ [La culture du cannabis à domicile en toute sécurité](#)
- ▶ [Effets de la consommation du cannabis sur la santé des adultes âgés de 55 ans et plus](#)
- ▶ [Comment lire et comprendre l'étiquette des produits de cannabis](#)
- ▶ [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?](#)

Notes en fin d'ouvrage

- 1 Nguyen, PK, SK Hammond. Fine Particulate Matter Exposure From Secondhand Cannabis Bong Smoking. *JAMA Netw Open*. 2022;5(3):e224744. doi:10.1001/jamanetworkopen.2022.4744
- 2 Meehan-Atrash, J, W Luo, KJ McWhirter et RM Strongin. Aerosol Gas-Phase Components from Cannabis E-Cigarettes and Dabbing: Mechanistic Insight and Quantitative Risk Analysis. *ACS Oméga*. 16 septembre 2019; 4(14):16111-16120. doi : 10.1021/acsomega.9b02301. PMID : 31592479 ; PMCID : PMC6777088.
- 3 Meehan-Atrash, J, I Rahman. Cannabis Vaping: Existing and Emerging Modalities, Chemistry, and Pulmonary Toxicology. *Chem Res Toxicol*. 2021;34(10):2169-2179. doi :10.1021/acs.chemrestox.1c00290
- 4 McDaniel, C, SR Mallampati, A Wise. Metals in Cannabis Vaporizer Aerosols: Sources, Possible Mechanisms, and Exposure Profiles. *Chem Res Toxicol*. 15 novembre 2021; 34(11):2331-2342. doi : 10.1021/acs.chemrestox.1c00230. Publication en ligne le 27 octobre 2021. PMID : 34705462.

