

contient ou non du THC, car celui-ci a des effets psychotropes... Impossible, donc, de mesurer l'effet placebo.

Néanmoins, il y a des raisons d'espérer. Grâce aux assouplissements législatifs de plus en plus fréquents, le nombre de publications scientifiques sur le sujet a considérablement augmenté ces dernières années. Les premiers résultats suggèrent que les cannabinoïdes atténueraient bien les symptômes de divers troubles psychiatriques. Mais un fait devient aussi de plus en plus clair : le cannabis est une arme à double tranchant ! Son effet dépend parfois des proportions de THC et de CBD consommées, ainsi que d'autres facteurs, comme l'âge ou les antécédents familiaux de l'utilisateur.

C'est ce que montrent, par exemple, différentes études sur les troubles anxieux. En théorie, les récepteurs cannabinoïdes de notre corps représentent une bonne cible pharmacologique pour le traitement des troubles de l'humeur, car ils sont majoritairement présents

dans les structures cérébrales du système limbique, comme l'amygdale et l'hippocampe, impliquées dans le traitement des émotions (voir l'encadré ci-dessous). En outre, en se fixant sur les récepteurs cannabinoïdes, le THC et le CBD influent sur la libération de neurotransmetteurs comme la sérotonine, la noradrénaline et le glutamate, qui jouent un rôle important dans le stress et l'anxiété.

DÉTENTE À PETITES DOSES, STRESS À FORTES

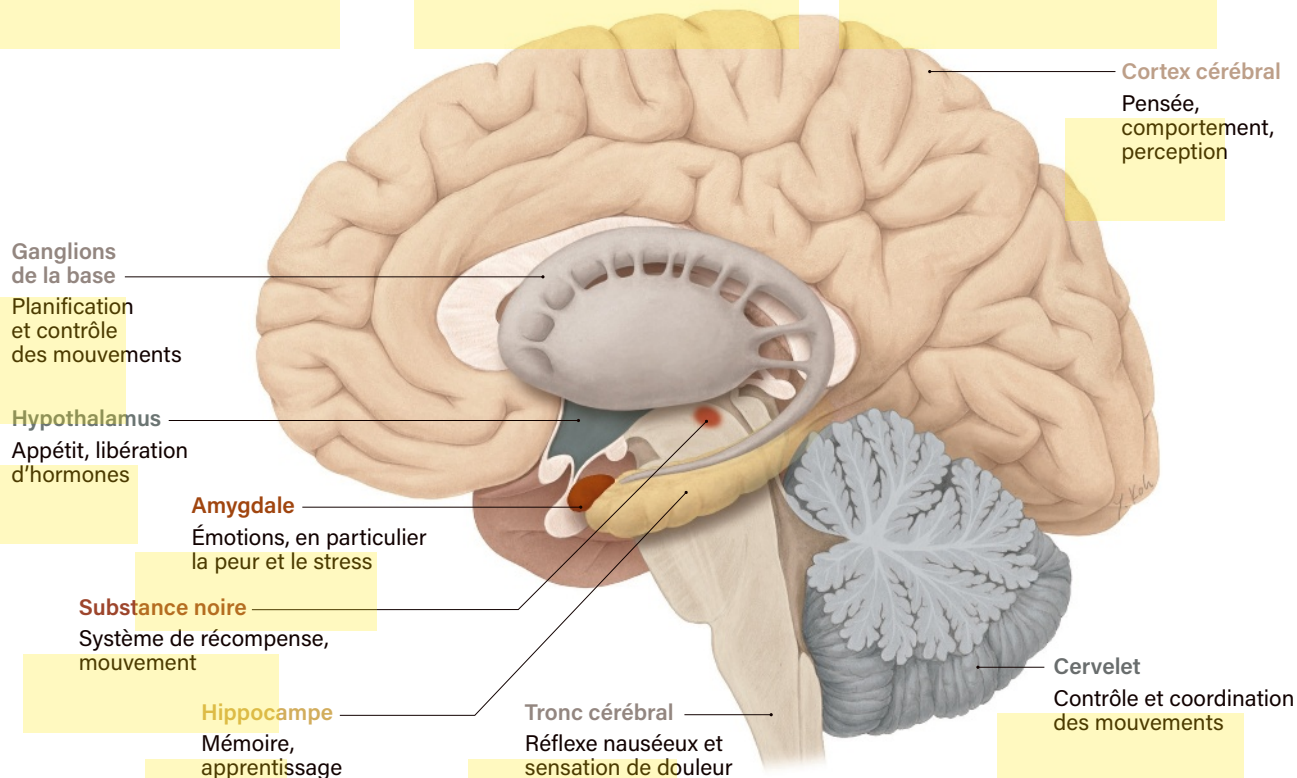
En 2019, Nicola Black et ses collègues, de l'université de Nouvelle-Galles du Sud, à Sydney, ont analysé 84 études portant sur les bénéfices ou inconvénients du cannabis thérapeutique dans les troubles mentaux. Selon eux, il existe bien des preuves – quoique encore vagues – d'un effet anxiolytique du THC : cette substance nous « détendrait »... Mais, comme c'est souvent le cas en pharmacologie, c'est la dose qui fait la potion... ou le poison ! De petites quantités du cannabinoïde psychoactif ont

COMMENT LE CANNABIS AGIT SUR LE CERVEAU

Les principes actifs du cannabis, le THC et le CBD, se fixent sur deux récepteurs cannabinoïdes distincts dans le corps, les CB₁ et les CB₂. Les premiers se trouvent principalement dans le cerveau, les seconds dans le système de défense immunitaire.

Les régions cérébrales où la densité des récepteurs CB₁ est la plus élevée et les processus qu'ils influencent sont indiqués ci-dessous. Les deux cannabinoïdes ont des effets en partie opposés : le THC est un agoniste des CB₁ – il les active et mime leur effet – ;

le CBD, en revanche, bloque parfois ces récepteurs. De sorte que, contrairement au THC, le CBD n'est pas psychoactif. Les médicaments à base de cannabis contiennent soit du THC, soit du CBD, soit un mélange des deux substances : leurs effets diffèrent donc.



vraisemblablement un effet calmant, tandis que de fortes concentrations auraient l'effet opposé, provoquant de l'anxiété, voire de la panique.

Un lien confirmé en 2017 par Harriet de Wit et ses collègues, de l'université de Chicago. Les chercheurs ont invité 42 adultes en bonne santé à passer un test de stress social: ils devaient prononcer un discours devant un public. Au préalable, les volontaires ont consommé soit des comprimés contenant du THC pur, à deux doses différentes, soit un placebo composé de dextrose (n'ayant aucune activité pharmacologique). Résultat: les sujets ayant avalé 7,5 milligrammes de THC se sont sentis bien moins stressés pendant le discours que les personnes ayant pris le placebo. Un phénomène qui, selon les chercheurs, serait lié à un effet modérateur du THC sur l'activité de l'amygdale. En revanche, les individus ayant pris la dose plus élevée de THC, de 12,5 milligrammes, étaient bien plus anxieux et ont eu plus d'émotions négatives que les autres.

De même, le CBD est un candidat pour le traitement des troubles de l'anxiété. En 2011, l'équipe de José Crippa, à l'université de São Paulo, a donné à un total de 24 personnes souffrant de phobie sociale soit 600 milligrammes de CBD, soit un placebo, avant de les faire s'exprimer en public. Par rapport au placebo, le cannabinoïde a bien eu un effet anxiolytique, selon l'autoévaluation que les participants ont faite de leur prestation. En outre, les sujets ayant reçu le CBD se sentaient en meilleure forme mentale que les autres. D'autres travaux suggèrent que le CBD «désamorcerait» aussi l'effet négatif angoissant des doses élevées de THC. Toutefois, il est encore nécessaire de réaliser des études plus larges et de qualité avant que les experts soient en mesure de formuler des recommandations.

CINQ FOIS PLUS DE RISQUES DE PSYCHOSE CHEZ LES FUMEURS

Quoi qu'il en soit, jusqu'à présent, il semble que le rapport entre les deux substances, THC et CBD, soit déterminant: de plus grandes quantités de THC seraient nocives, tandis que davantage de CBD serait plutôt inoffensif, voire curatif. Un mécanisme qui apparaît évident dans le cas de la schizophrénie. En effet, plusieurs études révèlent que les personnes présentant un risque élevé de psychose ne devraient pas toucher au cannabis, et au premier rang les jeunes. Car l'herbe déclenche parfois un épisode psychotique et intensifie alors les troubles cognitifs préexistants. Probablement à cause de sa substance psychotrope active, le THC. Bien que le mécanisme neurobiologique en jeu ne soit pas encore bien compris, on suppose que le THC interfère avec la transmission des signaux neuronaux médiée par la dopamine dans le striatum et le cortex

Sur recommandation de l'OMS, la commission des Nations unies sur les stupéfiants a retiré le cannabis de la liste des drogues les plus dangereuses en 2020. Tôt ou tard, le cannabis sera probablement commercialisé dans de nombreux pays comme médicament ou stimulant

préfrontal, via les récepteurs CB₁. Or ce système dopaminergique est aussi à l'origine des troubles psychotiques...

En 2019, Marta Di Forti, du Royal College de Londres, a mené, avec des experts britanniques et italiens, une étude sur le risque de psychose chez les fumeurs de cannabis. Les chercheurs ont interrogé plus de 900 patients ayant été traités pour un premier épisode psychotique dans diverses cliniques d'Europe et du Brésil, sur leur consommation de cannabis, puis ont comparé leurs réponses avec celles de plus de 1 000 sujets témoins en bonne santé.

Ainsi, l'analyse a montré que les personnes fumant chaque jour du cannabis avec une teneur en THC de plus de 10% ont environ cinq fois plus de risques de faire un épisode psychotique. Selon les chercheurs, le nombre de schizophrènes à Amsterdam, où la consommation d'herbe très forte est fréquente, serait réduit de moitié si on interdisait l'utilisation quotidienne du chanvre. D'autres études scientifiques confirment par ailleurs que le cannabis augmente le risque de psychose.

LE CBD, UN ANTIPSYCHOTIQUE ?

En revanche, le CBD, lui, suscite l'attention et l'intérêt des scientifiques, car, à l'inverse du THC, il aurait un pouvoir antipsychotique. En effet, en 2011, l'équipe dirigée par Christian Schubart, du Centre médical universitaire d'Utrecht, a mené une enquête en ligne auprès d'environ 2 000 consommateurs de cannabis. Fréquence et types de consommation ont été recueillis, ainsi que les éventuels symptômes psychotiques, grâce à un questionnaire standardisé. Les chercheurs ont pu réaliser cette étude, car le chanvre est un stimulant légal aux Pays-Bas sous certaines conditions: ils ont donc eu accès aux teneurs en THC et en CBD des différents produits consommés.

Résultat: plus le cannabis contient de CBD, moins les fumeurs risquent de faire un épisode psychotique, indépendamment de la teneur en THC. Mais d'autres études n'ont pas retrouvé cet effet... Probablement parce que l'âge des consommateurs, de nouveau, joue un rôle: une théorie suggère que le CBD ne conviendrait comme thérapie complémentaire que dans les premières phases de la schizophrénie. De nombreuses questions restent donc ouvertes. Toutefois, Eva Hoch, psychologue et chercheuse sur le cannabis à la clinique de l'université Ludwig-Maximilian, à Munich, estime qu'il reste utile d'étudier plus encore le potentiel antipsychotique du CBD.

Autre bénéfice envisagé du cannabis: de nombreuses personnes affirment fumer ou consommer du cannabis en raison de ses effets positifs sur l'humeur. Le chanvre permettrait-il de lutter contre les symptômes de la dépression?