

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?

Cette question reste âprement débattue d'un point de vue scientifique. Mais une étude a révélé que les femmes déprimées présentent, dans leur cerveau, des concentrations réduites d'endocannabinoïdes, en comparaison avec des personnes en bonne santé mentale. Et plus la concentration cérébrale d'endocannabinoïdes est faible, plus la mauvaise humeur perdure, selon une autre étude de l'équipe de Matthew Hill, à l'université de Colombie-Britannique à Vancouver, publiée en 2008.

Qui plus est, les cannabinoïdes influent sur la libération de neurotransmetteurs, notamment dans le système limbique, et ont donc parfois un effet relaxant et euphorisant. Un indice supplémentaire de leur bénéfice sur l'humeur. Mais malgré ces résultats et les nombreux rapports positifs des consommateurs, le potentiel thérapeutique du cannabis sur la dépression n'a guère été étudié jusqu'à présent : les études cliniques sur le sujet font cruellement défaut.

Toutefois, une poignée d'études d'observation et de retours d'expérience suggère bien un effet antidépresseur. Staci Gruber, de l'hôpital McLean, à Belmont, a ainsi constaté que le fait de fumer de la marijuana atténuait quelque peu la phase dépressive des sujets souffrant de troubles bipolaires. Mais, de nouveau, il existe parfois des effets paradoxaux : une consommation modérée de cannabis semble améliorer l'humeur de ces patients à court terme, mais une consommation excessive a l'effet inverse et intensifie même leurs symptômes dépressifs...

SE REMETTRE D'UN TRAUMATISME ?

Depuis un certain temps, on sait également que de nombreuses personnes souffrant d'un TSPT, par exemple les victimes d'un attentat, fument souvent du cannabis, vraisemblablement pour s'automédiquer. Au Canada et aux États-Unis, le chanvre médicinal est déjà approuvé comme traitement des traumatismes. Ce qui suggère une certaine innocuité. Mais, là aussi, la prudence est de mise...

En effet, certains travaux sur le THC et le CBD soulignent un possible bénéfice thérapeutique. Par exemple, dans plusieurs études, le nabilone, contenant uniquement du THC, a amélioré le sommeil de patients traumatisés, notamment en réduisant leurs cauchemars. Des expériences avec des animaux ont aussi montré que l'amygdale, impliquée dans le contrôle des émotions, en particulier de la peur, dépend fortement du système cannabinoïde endogène : la saturation de ses récepteurs cannabinoïdes par des molécules actives du cannabis pourrait modifier son fonctionnement et favoriser l'oubli des souvenirs désagréables, effrayants.

Toutefois, en 2020, Sabrina Botsford, de l'université de Toronto, a obtenu une conclusion opposée : le cannabis augmenterait les symptômes du TSPT au lieu de les atténuer. Les Académies américaines des sciences, de l'ingénierie et de la médecine (Nasem) estiment donc que les études scientifiques réalisées à ce jour sont insuffisantes pour statuer sur l'effet thérapeutique du cannabis dans le cas des troubles de stress post-traumatique.

SOULAGER EFFICACEMENT LA DOULEUR

C'est une tout autre histoire en ce qui concerne les douleurs chroniques, celles qui durent plusieurs mois, parfois sans cause apparente ! Selon la Nasem, les preuves scientifiques révèlent déjà un avantage du cannabis. Aujourd'hui, la douleur est d'ailleurs, et de loin, la principale raison pour prescrire du chanvre médicinal : 70% des ordonnances de cannabis réalisées dans le monde mentionnent cette indication. D'autant que près d'un habitant de la planète sur cinq souffre de douleurs persistantes. Outre les médicaments, les médecins ont aussi recours à l'exercice physique et aux thérapies

CONTRE QUOI LE CANNABIS EST-IL UN MÉDICAMENT ?

Différentes études suggèrent que le cannabis et ses composés, le THC et le CBD principalement, soulagent la douleur, réduisent les nausées, stimulent l'appétit et atténuent les spasmes musculaires d'origine neurologique. Mais ils sont aussi utilisés contre d'autres maladies et troubles quand les différents traitements disponibles sont inefficaces. Une étude de l'Institut fédéral allemand des médicaments et des dispositifs médicaux (BfArM pour Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte) révèle, pour la première fois, les indications pour lesquelles le cannabis est le plus souvent prescrit en Allemagne, où il est autorisé sur ordonnance depuis 2017.

Maladie/Trouble	Part (en pourcentage)
Douleur	69
Spasmes	11
Anorexie	8
Nausées	4
Dépression	3
Trouble déficitaire de l'attention	2
Manque d'appétit	1
Maladie intestinale	1
Tics / Syndrome de la Tourette	1
Épilepsie	1
Syndrome des jambes sans repos	Inférieur à 1
Trouble du sommeil	Inférieur à 1
Agitation	Inférieur à 1