

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

psychologiques pour traiter les douleurs chroniques. Mais, souvent, cela ne suffit pas.

Or le système cannabinoïde endogène est surtout connu pour son rôle dans le contrôle de la douleur, par son interaction avec le circuit de la douleur. Toutefois, seules quelques études révèlent clairement les effets positifs du chanvre ou de ses composants sur les voies de signalisation nociceptives. De sorte qu'actuellement, le traitement par du cannabis n'est recommandé que dans le cas de douleurs neuropathiques, celles provoquées par une atteinte des nerfs.

En effet, récemment, une nouvelle analyse scientifique, réalisée par Michael Überall, vice-président de la Société allemande de médecine de la douleur (DGS), a conclu que le médicament nabiximols (comprenant du THC et du CBD) complète efficacement les autres traitements contre la douleur, comme la morphine. On suppose d'ailleurs que les deux cannabinoïdes amplifient les effets antidouleur des autres thérapies. En revanche, Überall considère que l'utilisation du nabiximols pour d'autres motifs, comme les douleurs aiguës ou liées à un cancer, serait moins appropriée... Mais en ajoutant, malgré tout, que l'effet anxiolytique et relaxant des cannabinoïdes faciliterait la gestion de la douleur à long terme, quelle qu'elle soit.

Aujourd'hui, une autre question majeure concernant le cannabis thérapeutique reste en suspens : les cannabinoïdes interagissent-ils avec d'autres médicaments et, si oui, comment ? La posologie, la voie d'administration, l'âge et le sexe du patient joueraient un rôle inattendu dans l'efficacité. En outre, de nombreuses personnes consomment du cannabis sous forme de joint, souvent mélangé à du tabac. Or il est clairement établi que fumer est dangereux pour la santé et, de fait, fumer du cannabis annulerait tous ses effets positifs et serait donc nocif.

LE JOINT : PAS LA BONNE SOLUTION

En 2018, un groupe de recherche dirigé par Fiona Clement, de l'école de médecine Cummings de l'université de Calgary, a publié une revue de la littérature sur les principaux risques liés au fait de fumer de la marijuana : risque accru d'accident vasculaire cérébral et de cancers des testicules, altération de la mémoire et des apprentissages, modifications structurales du cerveau. En outre, on observe des dysfonctionnements de diverses fonctions cognitives, comme l'attention, ainsi que des troubles psychologiques, notamment des psychoses, des troubles maniaques et une augmentation du nombre de suicides. Des facteurs à prendre en compte en fonction de chaque patient quand on envisage d'utiliser du cannabis en thérapie, insistent les chercheurs.

DU CBD À TOUTES LES SAUCES ?

Ces dernières années, on a vu fleurir un peu partout des boutiques proposant des produits à base de CBD, et ce dans le monde entier. Avec parfois de curieux excès... Par exemple, aux États-Unis, des cocktails, du café, des sels de bain et même des friandises pour chiens « anxieux » sont enrichis en CBD. En Europe aussi, tout le monde s'y met : les cavistes, les kiosques, les pharmacies, les supermarchés, pour répondre à l'énorme demande, proposent du CBD sous forme d'huile, de capsules, d'oursons en gélatine, de cosmétiques, ou de fleurs de chanvre naturelles. Mais pour beaucoup d'effets revendiqués, l'efficacité réelle reste encore très discutable.



BIBLIOGRAPHIE

M. Colizzi et al., **Unraveling the intoxicating and therapeutic effects of cannabis ingredients on psychosis and cognition**, *Frontiers in Psychology*, 2020.

J. Sarris et al., **Medicinal cannabis for psychiatric disorders : A clinically-focused systematic review**, *BMC Psychiatry*, 2020.

N. Black et al., **Cannabinoids for the treatment of mental disorders and symptoms of mental disorders : A systematic review and meta-analysis**, *Lancet Psychiatry*, 2019.

M. Di Forti et al., **The contribution of cannabis use to variation in the incidence of psychotic disorder across Europe (EU-GEI) : A multicentre case-control study**, *Lancet Psychiatry*, 2019.

Eva Hoch, cependant, aimerait voir davantage de recommandations fondées sur des preuves. Les médecins doivent donc toujours examiner attentivement les effets auxquels il faut s'attendre chez chaque patient, ainsi que les risques et les contre-indications. La Société allemande de médecine de la douleur préconise de prescrire des médicaments prêts à l'emploi, avec des taux de THC et de CBD clairement définis, plutôt que du chanvre sous forme de fleurs, car les premiers sont mieux étudiés, moins risqués et plus faciles à doser que les fleurs femelles elles-mêmes.

On l'aura donc compris : de nombreuses questions restent encore sans réponse. Mais la légalisation sur le cannabis évolue un peu partout dans le monde et stimule la recherche sur ses effets bénéfiques et néfastes. L'Allemagne et la France sont encore très en retard dans ce domaine. Mais, lentement, les choses changent : en 2019, le gouvernement allemand a mis en place un réseau pour promouvoir la recherche sur le cannabis et la culture de la plante en Allemagne, et, après l'expérimentation française sur le cannabis thérapeutique, il est probable que l'on puisse en prescrire sur ordonnance pour certains patients. Reste donc à voir si l'avenir du chanvre médicinal sera brillant ou nébuleux. ■