



SANTÉ
CANNABIS

LE MANUEL DU PATIENT

Un guide concis sur votre traitement au cannabis

BIENVENUE À SANTÉ CANNABIS!

Santé Cannabis est une clinique médicale dédiée exclusivement aux traitements de symptômes et de conditions à l'aide de cannabis. Nous travaillons également à améliorer les soins donnés aux patients en menant des recherches cliniques et en développant des programmes de formation sur le cannabis médical pour les patients et les professionnels de la santé.

Ce manuel a été rédigé par notre personnel comme une référence pratique pour vous aider à gérer votre santé et votre traitement médical au cannabis.

À l'intérieur, vous trouverez :

- Une introduction au cannabis médical
- Des renseignements sur la façon dont le cannabis à des fins médicales peut vous aider à traiter vos symptômes
- Des conseils sur la façon de gérer votre plan de traitement

Vous avez encore des questions ?

Contactez-nous pour prendre rendez-vous avec une infirmière du

lundi au samedi entre de 9h et 17h

support@santecannabis.ca

1-844-419-4131

Pour communiquer avec d'autres patients, obtenir les dernières nouvelles et en savoir plus sur Santé Cannabis :



@santecannabis



@santecann



@santecannabis



Santé Cannabis

SANTECANNABIS.CA

Chaque situation de santé est différente. Grâce à notre expertise et notre expérience clinique, nous pouvons vous aider à choisir le parcours qui vous mènera à la destination adaptée à votre situation personnelle.

Nous avons hâte de travailler avec vous!

- *L'équipe Santé Cannabis*

Ce document représente les pratiques internes de Santé Cannabis et est fourni uniquement à titre de document de soutien.

COMMENT FONCTIONNE LE CANNABIS MÉDICAL

LE SYSTÈME ENDOCANNABINOÏDE

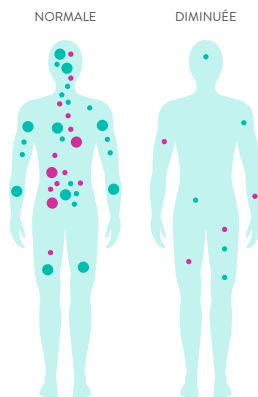
Nos corps ont différents systèmes qui travaillent ensemble pour nous permettre de continuer à fonctionner, comme le système immunitaire et le système cardiovasculaire. Le système endocannabinoïde, ou SEC, est l'un des systèmes les moins connus du corps. Le SEC joue un rôle important dans la régulation et l'équilibre du sommeil, de l'humeur, de l'appétit, du métabolisme ou de la douleur. Certains problèmes de santé peuvent affecter notre SEC et le cannabis contient des composés qui peuvent aider.

COMMENT LES CANNABINOÏDES PEUVENT-ILS AIDER ?

Notre corps produit des composés naturels appelés endocannabinoïdes, des composés qui sont actifs dans notre SEC. La plante de cannabis produit des cannabinoïdes semblables à ceux que notre corps produit. Plus de 100 cannabinoïdes végétaux différents ont été identifiés, les plus connus étant le THC (tétrahydrocannabinol) et le CBD (cannabidiol). Le THC et le CBD peuvent être utilisés pour rétablir l'équilibre au sein de notre SEC.

D'autres types de composés peuvent également être trouvés dans la plante de cannabis, y compris les terpènes. Les terpènes sont des composés végétaux qui donnent aux différents types de cannabis leurs odeurs ou saveurs distinctes. Certains terpènes peuvent aider à contrôler la douleur, l'anxiété ou le sommeil. Par exemple, le terpène *limonène* a été associé à une amélioration de l'humeur et le terpène *pinène* peut aider à réduire l'inflammation. D'autres recherches sont nécessaires pour déterminer quels terpènes jouent un rôle dans l'amélioration ou le contrôle des symptômes.

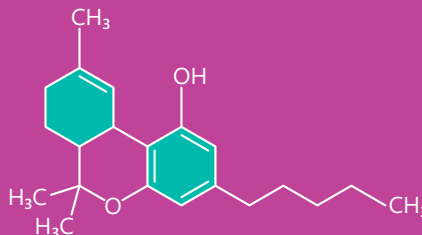
EXPRESSION DES ENDOCANNABINOÏDES



Voici quelques-unes des façons dont le THC ou le CBD peuvent vous aider à soulager les symptômes que vous éprouvez :

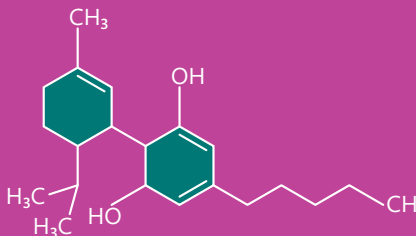
THC

- Réduit la douleur
- Réduit les spasmes musculaires
- Aide aux problèmes de sommeil (comme l'insomnie)
- Soulage les nausées et vomissements
- Augmente l'appétit



CBD

- Réduit les douleurs inflammatoires
- Réduit les spasmes musculaires
- Peut soulager l'anxiété ou la dépression



Le CBD n'entraîne pas d'effet d'euphorie (être «gelé»), alors que le THC peut provoquer ce type d'effet surtout lorsque consommé à haute dose.

COMMENT PRENDRE VOTRE TRAITEMENT MÉDICAL AU CANNABIS :

Il y a trois façons principales de prendre votre traitement au cannabis :

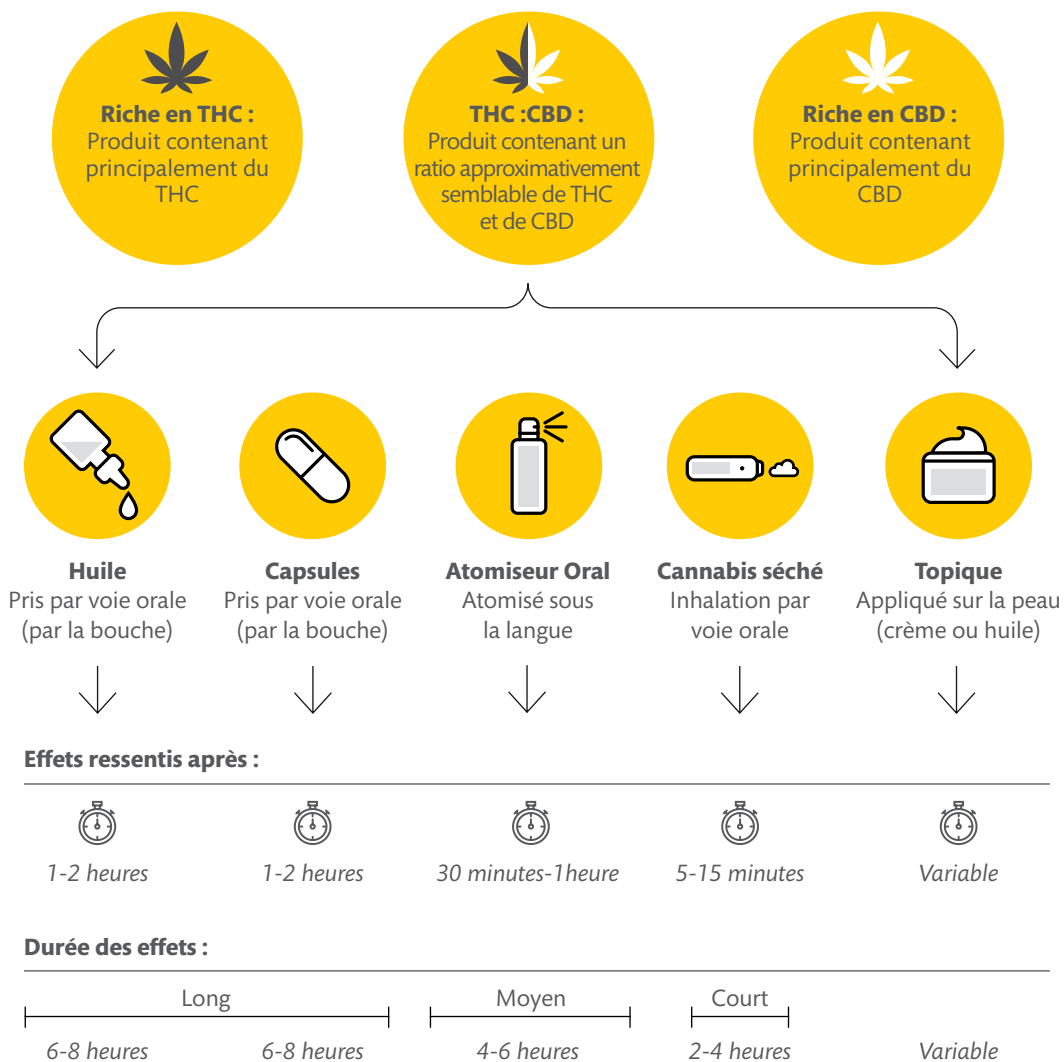
- 1.** Par voie orale (par la bouche) sous forme d'extrait à base d'huile, de capsules ou avec un atomiseur.
- 2.** En inhalant de la vapeur de cannabis dans vos poumons et vos voies respiratoires à l'aide d'un vaporisateur.
- 3.** Par voie topique (appliquée sur la peau, les yeux ou le rectum) sous forme de crème, d'huile, de timbre transdermique, de gouttes pour les yeux ou de suppositoire. D'autres recherches scientifiques sont nécessaires pour déterminer si ces types de traitements sont efficaces.

INHALATION : VAPORISER OU FUMER

L'un des avantages de l'inhalation du cannabis médical est que les effets se font sentir rapidement, généralement en quelques minutes. Les vaporisateurs sont des appareils qui chauffent le cannabis à basse température, contrairement à la température élevée utilisée lorsque le cannabis séché est fumé.

Cette basse température empêche le cannabis de brûler et produit de la vapeur au lieu de la fumée, évitant de libérer des composés nocifs comme lorsque le cannabis est fumé.

Votre plan de traitement à base de cannabis peut inclure du THC, du CBD ou un mélange des deux.



À LA PHARMACIE : CESAMET® & SATIVEX®

Saviez-vous que certains produits à base de cannabis sont déjà disponibles en pharmacie ? Ces produits sont réglementés par l'industrie pharmaceutique et sont autorisés par Santé Canada à être vendus en pharmacie avec une ordonnance.

NABILONE (CESAMET®)

- Capsule (pilule) ou sirop
- Contient du THC synthétique
- Prescrit pour soulager les nausées
- Peut soulager la douleur et améliorer le sommeil
- Partiellement couvert par le régime d'assurance médicaments de la RAMQ

NABIXIMOLS (SATIVEX®)

- Atomiseur oral
- Contient du cannabis naturel (THC et CBD)
- Prescrit pour soulager les spasmes musculaires associés à la sclérose en plaques
- Peut soulager la douleur
- N'est pas couvert par le régime d'assurance médicaments de la RAMQ
- Peut être couvert par une assurance privée

QUE FAIRE EN CAS D'EFFETS SECONDAIRES ?

LES PLUS COURANTS :

- Somnolence
- Fatigue
- Étourdissements
- Bouche sèche
- Toux/flegme (avec cannabis fumé)
- Nausées
- Anxiété
- Problèmes de jugement ou d'attention
- Problèmes de coordination
- Changement d'appétit
- Diarrhée (avec huile de cannabis)

LÉGERS



MODÉRÉS



IMPORTANTES



TROUVER LA BONNE DOSE

Rappelez-vous : Commencez tranquillement et allez-y lentement.

Cela signifie qu'il faut commencer avec de faibles doses et augmenter la quantité lentement. Cette approche vous aidera à développer une tolérance qui vous permettra d'avoir moins d'effets secondaires ou des effets secondaires plus légers.

Votre infirmière de Santé Cannabis vous aidera à comprendre comment prendre votre traitement au cannabis et quand augmenter votre dose. Vous recevrez également un journal de bord pour faire le suivi de vos doses.

SI VOUS AVEZ DES EFFETS SECONDAIRES LÉGERS, VOUS POUVEZ :

1. Continuer à prendre la même dose et les effets secondaires devraient diminuer avec le temps.
2. Attendre plus longtemps avant d'augmenter la dose (p. ex., attendez 5 jours avant d'augmenter votre dose au lieu de 3 jours).
3. Réduire la dose pendant la journée mais continuer avec la même dose en soirée.
4. Réduire la dose de THC.
5. Augmenter la dose de CBD.

SI VOUS AVEZ DES EFFETS SECONDAIRES MODÉRÉS, VOUS POUVEZ :

1. Réduire la dose.
2. Attendre plus longtemps avant d'augmenter la dose (p. ex., attendez 5 jours avant d'augmenter votre dose au lieu de 3 jours).

SI VOUS AVEZ DES EFFETS SECONDAIRES IMPORTANTS :

1. Si les effets secondaires ne sont pas tolérables, rendez-vous à l'urgence la plus proche.
2. Si les effets secondaires sont forts, mais vous pouvez les tolérer, cessez de prendre le traitement et communiquez avec votre infirmière de Santé Cannabis.

Si vous ressentez des effets secondaires qui ne sont pas tolérables, composez le 9-1-1 et/ou rendez-vous à l'urgence.

Si vous n'êtes pas certain de ce que vous devez faire : cessez de prendre votre traitement et communiquez avec votre infirmière de Santé Cannabis.

VOTRE PREMIER RENDEZ-VOUS :

VOTRE INFIRMIÈRE DE SANTÉ CANNABIS :

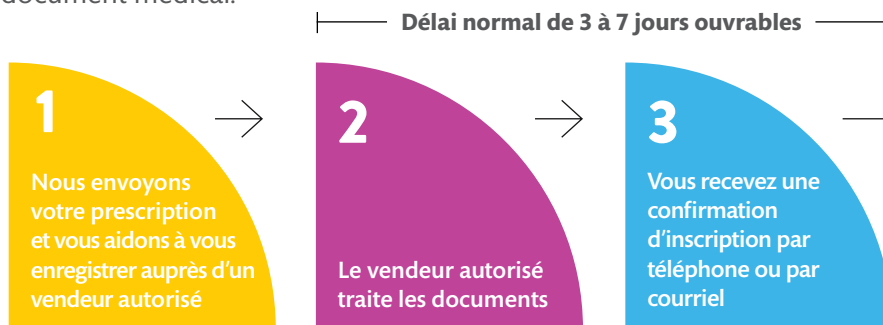
1. Passera en revue votre plan de traitement.
2. Fournira des informations générales sur le cannabis à usage médical.
3. Expliquera quand et comment vous devriez prendre votre produit de cannabis médical et à quelle quantité.
4. Expliquera comment obtenir votre produit (d'un vendeur autorisé*).
5. Vous aidera à vous inscrire auprès d'un vendeur autorisé.*

***Un vendeur autorisé (anciennement appelé producteur autorisé) est une entreprise autorisée par Santé Canada à vendre du cannabis à des fins médicales.**

QUE FAIRE APRÈS VOTRE PREMIER RENDEZ-VOUS ?

Une fois que vous avez un plan de traitement :

Le diagramme ci-dessous explique comment vous pouvez acheter votre cannabis et le faire livrer à votre domicile une fois que le vendeur autorisé aura reçu votre document médical.



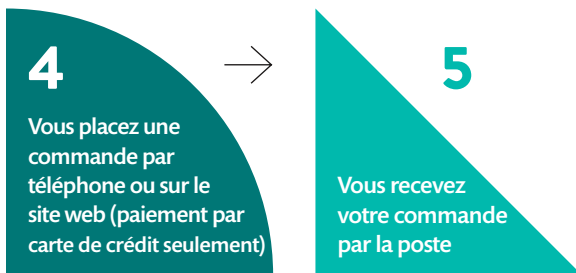
Si vous n'avez pas reçu de nouvelles dans les 7-12 jours ouvrables après votre premier rendez-vous, communiquez directement avec le vendeur autorisé pour vous renseigner sur votre dossier.

SUIVI

1. Vous aurez des rendez-vous de suivi avec votre médecin de Santé Cannabis tous les 3 mois jusqu'à ce qu'il ou elle décide que votre traitement au cannabis est stable.
2. Nous informerons le médecin qui vous a référé à Santé Cannabis de l'état de votre traitement après chaque rendez-vous de suivi.
3. Une fois que votre traitement est stable, vous pourriez avoir un suivi tous les 6 ou 12 mois ou être transféré de nouveau à votre médecin traitant.

Santé Cannabis offre gratuitement un programme de formation et de soutien pour les médecins du Québec. Pour en savoir plus sur le programme, visitez santecannabis.ca/formation.

— Délai normal de 2 à 3 jours ouvrables —



PRECAUTIONS

FACULTÉS AFFAIBLIES :

Le cannabis (en particulier avec le THC) est une substance psychoactive et peut entraîner une altération temporaire des fonctions motrices, de la coordination et des fonctions cognitives telles que la mémoire à court terme ou le jugement. Le cannabis peut augmenter l'anxiété et/ou la paranoïa.

ALCOOL ET AUTRES DÉPRESSEURS :

Le cannabis mélangé à de l'alcool ou à d'autres dépresseurs peut renforcer les effets de chaque substance et entraîner des effets secondaires désagréables. Si vous décidez de boire de l'alcool et de prendre du cannabis, veillez à le faire avec précaution, lentement et pensez à limiter la quantité que vous prenez. Par exemple, ne prenez qu'un verre de vin ou une bière avec un repas.

INTERACTIONS MÉDICAMENTEUSES :

Les interactions importantes entre les médicaments et les cannabinoïdes sont peu nombreuses. Rassurez-vous, nous avons examiné vos médicaments lors de votre rendez-vous et nous avons déterminé s'il est sans danger pour vous de prendre du cannabis. Commencez votre traitement lentement. Tant que votre traitement au cannabis n'est pas stable, vous ne devez pas envisager de changer votre médication habituelle, ni modifier le dosage ou arrêter tout médicament sans en parler d'abord avec votre médecin prescripteur.

CONDUITE :

Le cannabis médical peut entraîner un affaiblissement des facultés. Il est recommandé d'attendre au moins 4 heures après avoir inhalé du cannabis et 8 heures après avoir ingéré des produits oraux de cannabis avant de conduire et/ou d'utiliser de la machinerie lourde. Si vous ressentez un affaiblissement de votre capacité à conduire, ne conduisez pas.

PROBLÈMES CARDIAQUES :

Le cannabis (en particulier le THC) peut provoquer une augmentation temporaire des battements du cœur et une baisse de la pression sanguine. Si vous avez des problèmes cardiaques ou de pression sanguine, dites-le-nous lors de vos rendez-vous à Santé Cannabis.

GROSSESSE :

Il existe des risques pour le développement du fœtus et du bébé en cas d'exposition prénatale au cannabis. Durant la grossesse ou l'allaitement, vous ne devez pas prendre le traitement à base de cannabis.

EFFETS PSYCHIATRIQUES :

Le cannabis (en particulier le cannabis contenant du THC) peut déclencher une réaction psychotoxique chez un petit nombre de personnes. Si vous avez des antécédents de troubles psychotiques, vous ne devez pas prendre le traitement.



Soutien aux patients disponible du lundi au vendredi entre 9h et 17h.

Courriel : support@santecannabis.ca

Téléphone : (844) 419-4131

Vous pouvez trouver nos cliniques situées à travers le Québec :
Sherbrooke / Pointe-Claire / Québec / Montréal

santecannabis.ca



[@santecannabis](https://twitter.com/santecannabis)



[@santecannabis](https://www.facebook.com/santecannabis)



[@santecannabis](https://www.instagram.com/santecannabis)



[Santé Cannabis](https://www.linkedin.com/company/santecannabis)