DROGUES « DOUCES » DEPENDANCE ET RISQUES

Ce dossier vous est proposé en tant que trame de réflexion.
Nous vous engageons même à le compléter à loisir, lors de notre conférence,
mais pourquoi pas ultérieurement au fil de vos propres lectures ou expériences.

SOMMAIRE

DEFINITION 3

DEFINITION DE LA DEPENDANCE : 3

TABAC ET ALCOOL : 3

CANCER DU POUMON 4

CANNABIS 5

I / PRODUITS, ORIGINES, PROPRIETES GENERALES 5
II/ HISTORIQUE 5
III/ PROPRIETES PHYSIOPHARMACOLOGIQUES 6
IV /TOXICOLOGIE ET EFFETS ADVERSES 7
V /CONSIDERATIONS GENERALES 7
VI/ CONCLUSION 7

BIBLIOGRAPHIE 8

TOXICOMANIE : POUR EN SAVOIR PLUS 8

- LIVRES POUR PARENTS 8
- LIVRES POUR ENFANTS 8

SOURCES : 9

DEFINITION

Définition de la dépendance :
Etat physiologique s'installant après consommation d'une drogue toxicomanogène et qui mène à son auto-administration répétitive (éventuellement contre la volonté de l'individu).
En d'autres mots : c'est la régularité et non la quantité qui détermine la dépendance. Un apéritif de temps en temps à l'occasion d'un dîner de famille ne veut pas dire être dépendant de l'alcool, mais si il est impossible à la personne de s'en passer plus de deux jours, alors il y a accoutumance, donc dépendance, dans ce cas précis : l'alcoolisme.

Tabac et alcool :
consommation en baisse !

ARCHIVES NOUVEL OBS / JEUDI 9 MARS 2006

Les consommations de tabac et d'alcool baissent en France et celle de cannabis se stabilise chez les jeunes, selon une étude de l'Inpes.

Les consommations de tabac et d'alcool baissent en France et celle de cannabis se stabilise chez les jeunes, selon les résultats du baromètre santé 2005 de l'Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (Inpes) rendus publics jeudi 9 mars qui soulignent toutefois la persistance des consommateurs dépendants.

En 2005, 29,9% des Français fument occasionnellement. Ils étaient 33,1% en 2000. Cette diminution qui concerne en priorité les femmes (-11%) et les plus jeunes (-41% chez les 12-15 ans), concerne à un moindre degré les hommes (-9%) dont le tabagisme reste supérieur à celui des femmes.

La proportion de fumeurs dépendants reste en revanche stable, un noyau dur toujours désireux d'arrêter. En 2005, 75% des fumeurs réguliers ont déjà arrêté de fumer pendant au moins une semaine au cours de leur vie et près de 60% ont actuellement envie d'arrêter. Face à cette épreuve difficile, ils sont un sur deux à opter pour l'arrêt volontaire et radical.

Comme pour le tabagisme, ce sont les hommes qui sont les plus nombreux à boire de l'alcool et qui en consomment le plus: 20,3% boivent tous les jours et 2,6 verres en moyenne lors de la dernière journée. Alors que les femmes sont 7,3% à boire 1,8 verre en moyenne. De toutes les boissons alcoolisées, le vin reste le plus consommé.

Plus de fumeurs réguliers de cannabis

Concernant le cannabis, le nombre de jeunes qui expérimentent au moins une fois cette substance illicite se stabilise. Toutefois, la proportion de fumeurs réguliers progresse. Entre 2000 et 2005, elle est passée de 1,7% à 2,8%. Tout comme pour le tabac et l'alcool, ce sont les hommes les plus gros consommateurs: 4,3% de consommateurs réguliers chez les hommes de 15-64 ans, contre 1,3% chez les femmes du même âge.

L'expérimentation des autres drogues illicites reste plus rare. Elle concerne moins de 4% des 15-64 ans pour qui le poppers qui est le produit le plus expérimenté après le cannabis. Souvent vendu en sex-shop, le poppers est un puissant vasodilatateur à base de nitrite d'amyle permettant une relaxation musculaire et une levée des inhibitions chez le consommateur. D'une manière générale, ce sont les hommes qui consomment le plus de produits illicites.

Enquête réalisée auprès de 30.000 personnes environ.

Cancer du poumon

L'AFP fait état des travaux présentés au congrès mondial d'oncologie d'Orlando (Floride) Ces travaux indiquent qu'un médicament expérimental donne pour la première fois des résultats contre une forme avancée de ce cancer et montrent que **le traitement de cette maladie est plus efficace chez les malades qui cessent de fumer**. Sur ce dernier point, les études mettent en évidence que "les personnes affectée d'un cancer du poumon à petites cellules, presque toujours dû au tabac, qui continuent de fumer durant leur traitement ont deux fois moins de chances de survie à cinq ans que celles qui abandonnent la cigarette". Selon le Dr Paul Bunn qui préside la conférence annuelle organisée par la société américaine d'oncologie clinique, "cette étude va à l'encontre d'une opinion répandue selon laquelle il convient de laisser les fumeurs touchés par le cancer «*mourir en paix sans leur demander d'arrêter de fumer* »".

L'agence mentionne également une étude menée sur la prévention du cancer du poumon chez les personnes qui ont cessé de fumer montrant qu' «un coussin chimique de la vitamine A peut inverser les modifications précancéreuses «dans leurs poumons . Selon le Dr Kurie «*cette étude montre que l'acide rétinoïque 9 – cis est biologiquement actif dans le poumon* ».

CANNABIS

I / Produits, origines, propriétés générales

Le cannabis (cannabis sativa) est une plante que les botanistes considèrent comme appartenant à une espèce non stabilisée. Elle est cultivée afin de satisfaire à deux usages : production de fibres (de chanvre) ou production de substance stupéfiante (cannabis, haschich, marijuana). L'espèce à drogue contient un produit psychoactif : le delta-9-tétrahydrocannabinol (D-9-THC (ou THC)) en une proportion d'au moins 1 à 2%. La variété dite «à fibres «contient moins de 0,3% de D-9-THC.

Le chanvre pousse également à l'état sauvage dans certaines parties du monde. Sa culture est possible dans toutes les régions chaudes ou tempérées, encore que l'absence d'une certaine intensité de chaleur et de lumière soit préjudiciable à la concentration en produit psychoactif de la variété à drogue. Les techniques modernes permettent la culture en serre voire en appartement. Des sélections et manipulations génétiques récentes ont permis d'obtenir des variétés très enrichies en produit psychoactif (de 20 à 40% de D-9-THC, en Hollande).

Le cannabis peut être préparé et utilisé sous diverses formes :

- Cannabis : plante, surtout feuilles
- Haschich : résine et sommités fleuries
- Kif : résine, feuilles et fleurs
- Marijuana : feuilles et sommités fleuries
- Bhang : feuilles mûres séchées

les appellations et habitudes variant selon les pays, ainsi que les concentrations en substance psychoactive (D-9-THC), les feuilles en contenant de 2 à 8%, la résine de 6 à 40% et l'huile plus de 60%.

En ce qui concerne la variété «à drogue », son usage, son trafic et sa production sont interdits en France selon la loi 70-1320, modifiée par le nouveau code de procédure pénale de 1994. Au plan international, le cannabis fait partie de la liste des substances illicites définies par la convention de l'ONU de 1961 et la convention de Vienne de 1971. Toutefois, les semences correspondantes qui ne contiennent pas de THC ne sont pas considérées comme stupéfiants. Le vide juridique qui contribue à la diffusion prosélyte du cannabis rend nécessaire la mise en place d'un système de contrôle spécifique des semences aux niveaux national, international et européen.

II/ Historique

Les premières utilisations décrites de la plante sont d'origine chinoise, il y a plus de 5000 ans. Son utilisation s'est ensuite répandue à l'Inde, au Moyen Orient, puis à l'Afrique. L'Egypte connut une importante consommation correspondant à une longue période de déclin. Les effets du cannabis et de ses dérivés impressionnèrent beaucoup Napoléon Bonaparte lors de la campagne d'Egypte, qui dès lors interdit à ses troupes la consommation de la substance. Le monde occidental pris contact avec le cannabis vers 1840, lorsque Moreau de Tours en décrivit assez précisément les effets. Baudelaire et Gautier rapportèrent, à la même époque, le récit de leurs expériences au sein du cercle des haschichins. Le produit apparut aux Etats Unis en provenance du Mexique vers 1910, et fut interdit par le Marijuana Tax Act de 1937. La relance de sa consommation eut lieu dans les années 60.

Cette consommation s'est ensuite graduellement généralisée à toute la planète depuis 1970, du fait notamment de l'application par certains pays de régimes de tolérance qui vont au-delà de la législation déjà moins restrictive à l'égard du cannabis que pour d'autres substances stupéfiantes.

III/ Propriétés physiopharmacologiques

Le cannabis contient plusieurs centaines de molécules identifiées. Parmi les molécules ayant une activité biologique, l'on distingue le D-9-THC composé psychoactif principal, le D-8-THC, composé psychoactif très secondaire, le cannabidiol (CBD), le cannabinol (CBN) et les cannabigerol, cannabicyclol et cannabichromène, ces derniers étant très peu actifs.

Le D-9-THC est à la fois un psychostimulant et un psychodépresseur dont les effets se rapprochent de ceux des hallucinogènes. Il perturbe le fonctionnement du système nerveux central en provoquant une ébriété, en détériorant la vigilance, la mémorisation, les capacités psychomotrices, et la perception du temps. Il présente des interactions avec d'autres produits tels que les amphétamines, l'alcool, les barbituriques et les opiacés.

C'est une substance très lipophile, qui se stocke dans les graisses. Sa demi-vie moyenne est de 96 heures (4 jours), ce qui signifie qu'une utilisation périodique à une semaine d'intervalle aboutit à une accumulation de la substance. Il faut plus d'un mois pour éliminer complètement de l'organisme toute trace de substance après une seule utilisation. Elle peut être rapidement libérée des graisses en cas de stress. La biodisponibilité par inhalation (fumée) est de 20% et de 5 à 6% par ingestion (solide ou liquide).

Le D-9-THC entraîne tolérance et dépendance comme l'ont prouvé divers travaux récents. Aceto a démontré chez l'animal la possibilité de provoquer un syndrome de sevrage avec des signes physiques importants. Ce syndrome masqué par la très longue demi-vie de la substance, montre l'inadéquation de certains points de vue considérant la dépendance au D-9-THC comme étant uniquement psychique, ce qui de toute façon n'a plus de sens en physiopharmacologie moderne.

Le D-9-THC agit dans l'organisme en se fixant sur des récepteurs baptisés CB1 et CB2 dont le ligand naturel est l'anandamide .

Il a été montré que le D-9-THC produit le même effet que l'héroïne sur la transmission dopamine-dépendante dans une structure cérébrale nommée nucleus accumbens. Cet effet peut être inhibé par un antagoniste du D-9-THC mais également par un antagoniste aux opiacés (naloxone). De même, le taux de corticolibérine, une hormone impliquée dans la médiation du "mal être»et des conséquences affectives négatives suivant un sevrage de la cocaïne, des opiacés ou de l'alcool, est également augmenté suite à un sevrage d'un analogue synthétique du D-9-THC provoqué par administration d'un antagoniste du THC. Ceci ne permet pas à coup sûr de dire que la consommation de THC peut entraîner une adaption neurohormonale dont la conséquence serait une vulnérabilité du consommateur de cannabis vis à vis d'autres substances toxicomanogènes, mais permet de renforcer le doute quant à la supposée innocuité de la consommation de cannabis.

IV /Toxicologie et effets adverses

La toxicité aiguë était considérée jusqu'à maintenant comme faible, toutefois il semble que la disponibilité de produits à haute teneur en D-9-THC, suite aux sélections génétiques, entraîne désormais des cas de psychoses aiguës graves (paranoïa) dont certaines apparaissent difficilement réversibles.

Le D-9-THC entraîne tachycardie et toxicité cardiaque, mais cette dernière n'est observée qu'à dose élevée, sa toxicité pulmonaire est très supérieure à celle du tabac :

- il perturbe les débits sanguins et l'utilisation du glucose dans certaines zones cérébrales,
- il déprime le système immunitaire, amoindrissant les défenses de l'organisme,
- il favorise l'apparition de certains types de cancers, de la langue, de la mâchoire et du poumon rarement rencontrés chez les sujets jeunes,
- il exerce sa toxicité sur le système de reproduction en altérant la forme et le nombre de spermatozoïdes chez l'homme et en provoquant des variations des taux d'hormones sexuelles, entraînant une perturbation des cycles menstruels chez la femme,
- il est foetotoxique et comme d'autres composés du cannabis, il traverse la barrière foetoplacentaire, son usage pendant la grossesse entraîne généralement un poids corporel des nouveaux nés inférieur à la moyenne, sa foetotoxicité pourrait d'ailleurs être beaucoup plus grave que soupçonnée jusqu'à maintenant,

des actions sur le fonctionnement du génome ont été décrites, leurs conséquences potentielles pourraient être graves mais restent difficiles à apprécier au vu des connaissances actuelles.

V /Considérations générales

La toxicité et les types de risques encourus à la consommation du cannabis sont d'autant plus élevés que les doses absorbées sont importantes et fréquentes. La consommation régulière de cannabis n'entraîne pas obligatoirement le passage vers la consommation de drogues plus dangereuses, mais c'est un facteur favorisant dont il faut tenir compte, particulièrement chez les adolescents.

Le D-9-THC freine l'activité du système sympathique et peut être à ce titre considéré comme un dopant en médecine sportive, comparable par exemple à certains bêtabloquants ou à certaines benzodiazépines. Au même titre et en considérant en plus tous les effets connus de la substance, dont l'ébriété et la distorsion spatio-temporelle, la consommation de cannabis peut rendre inapte à certaines tâches : conduite automobile ou d'autres véhicules ou machines nécessitant une attention soutenue.

Le point de vue exprimé dans cette fiche est conservateur en ce sens qu'il s'appuie sur des faits scientifiques et médicaux établis et référencés. Les actions pharmacologiques ou toxiques décrites récemment, non vérifiées dans au moins deux expérimentations différentes, ont été laissées au conditionnel et feront l'objet de futures mises à jour.

VI/ Conclusion

La consommation de cannabis entraîne tolérance et dépendance, et peut avoir pour conséquences en fonction des doses consommées et fréquences de consommation, la simple ébriété passagère, le déclenchement d'une psychose aiguë, ou le passage à une consommation régulière (toxicomanie) avec à terme tous les risques encourus décrits ci-dessus.

BIBLIOGRAPHIE

Toxicomanie : Pour en savoir plus

Livres pour parents

- *Un écran de fumée*
  Serge Hefez, Béatrice Bantman
  Ed. Hachette Littératures, 2005
- *Ces ados qui fument des joints*
  Pascal Hachet
  Ed. Fleurus, 2001
  8,99 euros
- *Et si on parlait du haschich - Des jeunes témoignent*
  Marie-Christine Welles
  Ed. Presses de la renaissance, 2000
  8,54 euros
- *Alors, c'est quoi la drogue ?*
  Ed. Presses de la renaissance, 2001
  7,47 euros
- *Drogues savoir plus risquer moins*
  Drogues et dépendances. Le livre d'information
  Mission interministérielle de lutte contre la drogue et la toxicomanie
  Ed. CFES, 2000
- *L'attraction des drogues*
  Pascal Le Rest
  Ed. L'Harmattan, 2001
  10,70 euros
- *Nuit gravement au tabac*
  Francis Caballero
  Ed. Favre, 2002
  18,20 euros
- *La femme et le tabac*
  Histoires d'une mésalliance...
  Alain Dollinger, Mary Dollinger
  Ed. François-Xavier de Guibert, 1999

Livres pour enfants

- *Le mal dans la peau*
  Brigitte Peskine
  Ed. Hachette Jeunesse, 2000
  4,20 euros
- *Vers des jours meilleurs*
  Marc Cantin
  Ed. Thierry Magnier, 2001
  7 euros
- *La drogue, vous êtes tous concernés*
  Pierre Mezinski
  Ed. de la Martinière Jeunesse, 1999
  8,99 euros

(suite livres pour enfants)

- *Embrasser une fille qui fume*
  Randy Powell
  Ed. L'Ecole des loisirs, 1995
- *Se droguer, c'est risqué*
  Marie-Jo Auderset, Jean-Blaise Held, Jean-François Bloch-Lainé
  Ed. de la Martinière jeunesse, 2001
  10 euros
  Pour connaître les effets du tabac, de l'alcool, du cannabis et des médicaments

Adresses utiles

- **Drogue Alcool Tabac Info Service**
  Tél. : 0 800 23 13 13 (Accueil anonyme et gratuit 24 h/24, 7 jours/7)
  Numéro court : 113
- **Fondation Toxicomanie et prévention jeunesse**
  40, avenue Hoche - 75008 Paris
  Tél. : 01 44 21 31 00
- **Le Phare**
  Tél. : 04 78 28 26 62
  E-mail : lephare69@libertysurf.fr
- **Fil Santé Jeunes**
  Tél. : 0 800 235 236
  Numéro vert, anonyme et gratuit, ouvert tous les jours de 8 h à minuit.

Vidéo

- *Révélations* (The Insider)
  Ed. Buena Vista Home Entertainement, 2000
  Thriller politique de Michael Mann, avec Al Pacino, Russell Crowe, Christopher Plummer, Diane Venora, Philip Baker Hall... Le conseil de Maïtena.

Sources :

- Nouvel Obs (magazine)
- www.nouvelobs.com
- http://www.drogue-danger-debat.org/index.php
- www.lesmaternelles.fr
- www.inpes.fr

Ce dossier a été réalisé par Marie-Christophe GRIMA, membre du comité consultatif de l'Université des Parents.