

Le cannabis et ma santé

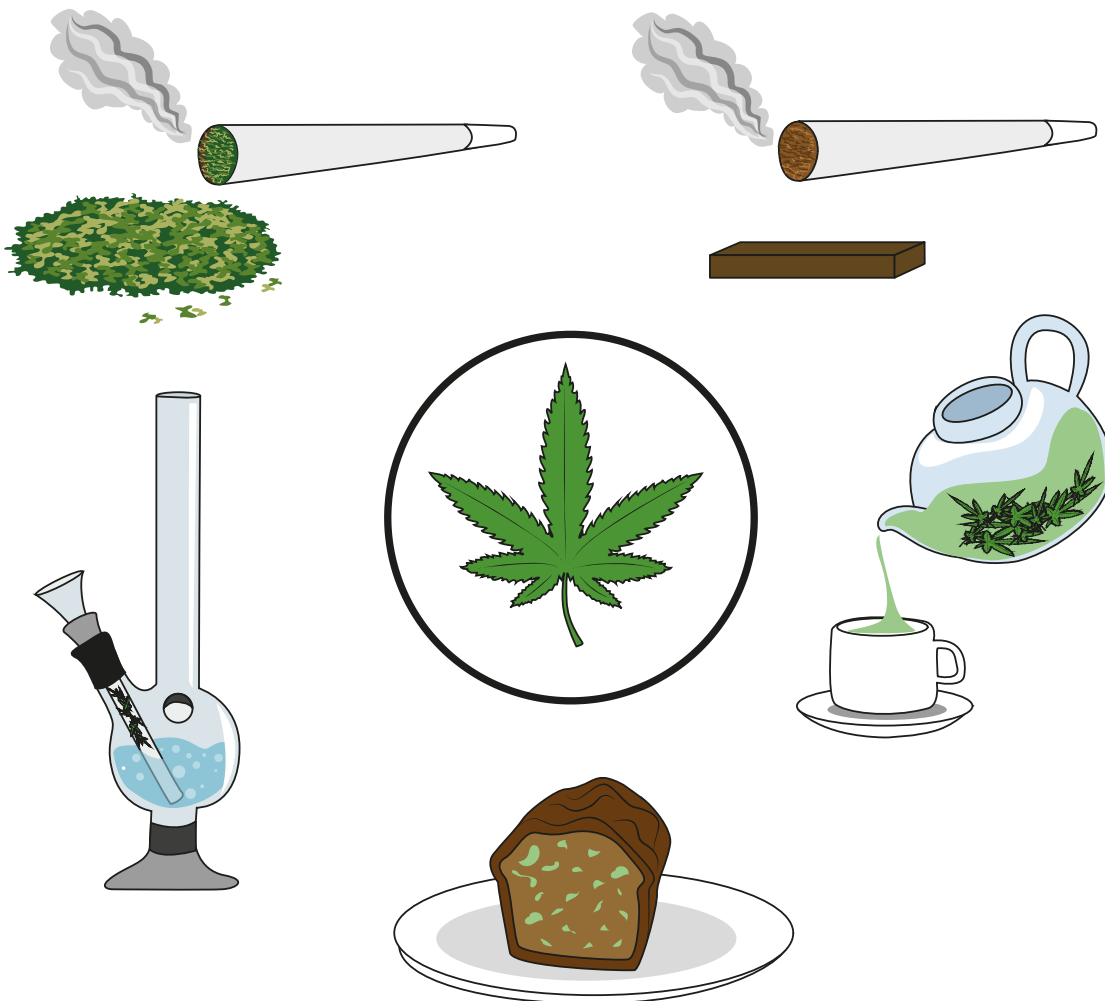


C'est quoi le cannabis ?

Le cannabis est une plante.



- Le cannabis se consomme sous différentes formes :
en fumant, en buvant une infusion, en mangeant un gâteau.



- **Le plus souvent, le cannabis se fume, mélangé avec du tabac.**

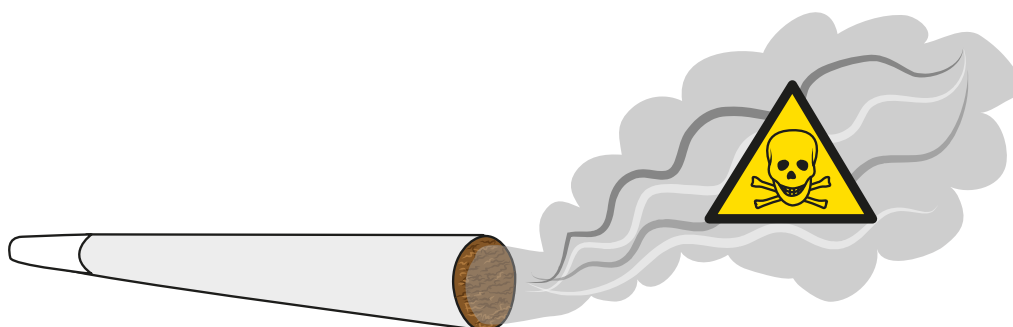
On appelle ça un «bédo», un «oinj», un «pet», un «stick»...



Le cannabis est interdit par la loi et dangereux pour ma santé.

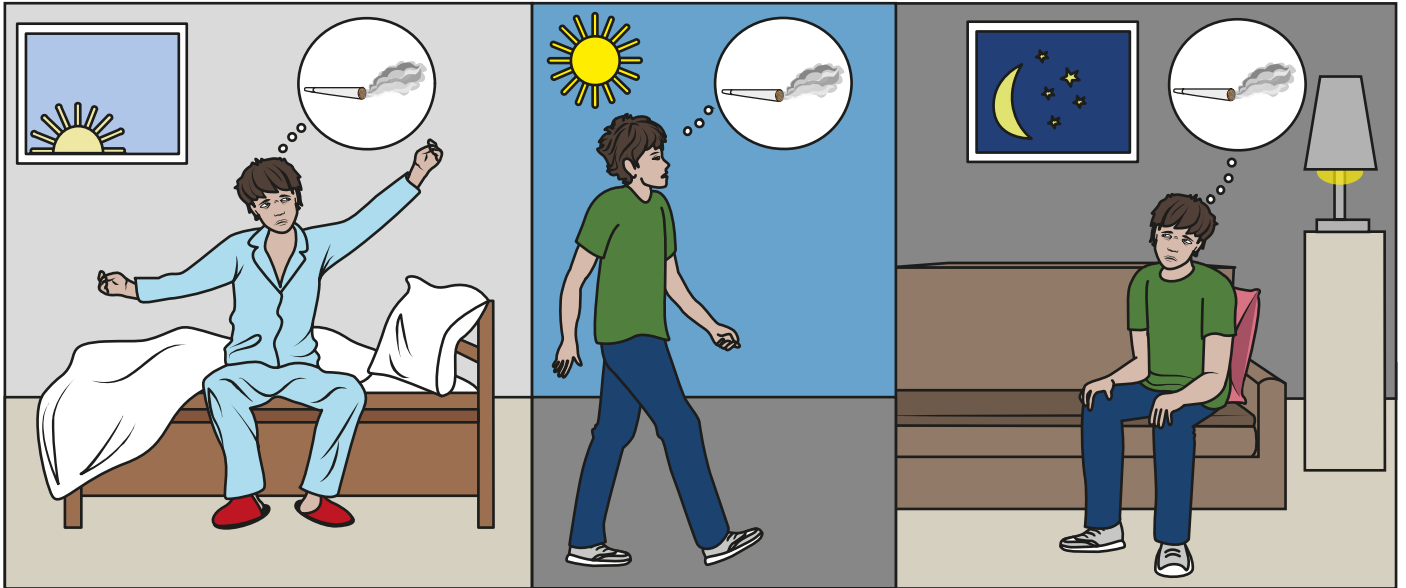


- **Dans la fumée du cannabis, il y a beaucoup de produits très dangereux.**



Je peux devenir dépendant du cannabis.

- Je suis dépendant quand j'ai envie de prendre du cannabis souvent.



- Si je suis dépendant, quand je ne prends pas de cannabis, je peux :

me sentir triste,



avoir des angoisses,



être énervé,



avoir des problèmes
pour dormir.



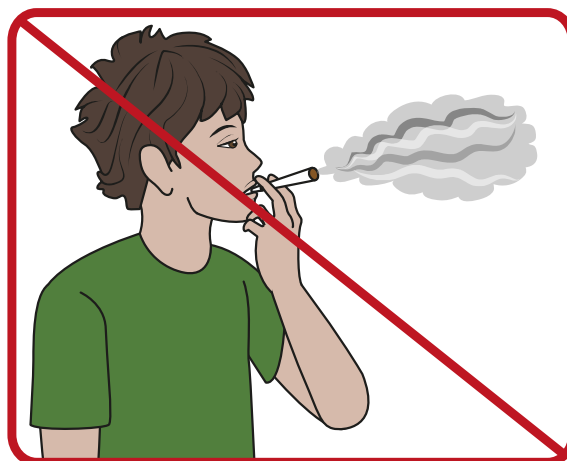
Le cannabis est interdit par la loi.

Il est strictement interdit :



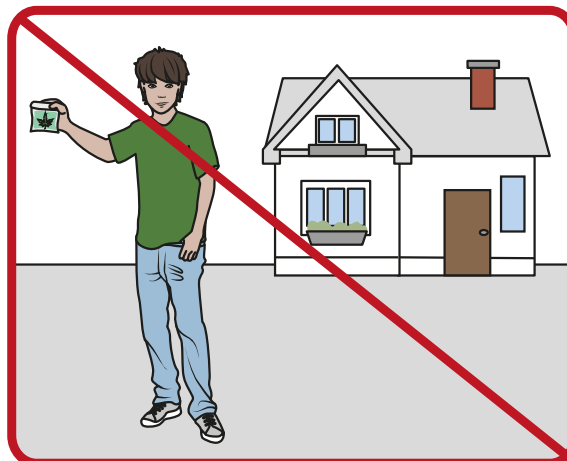
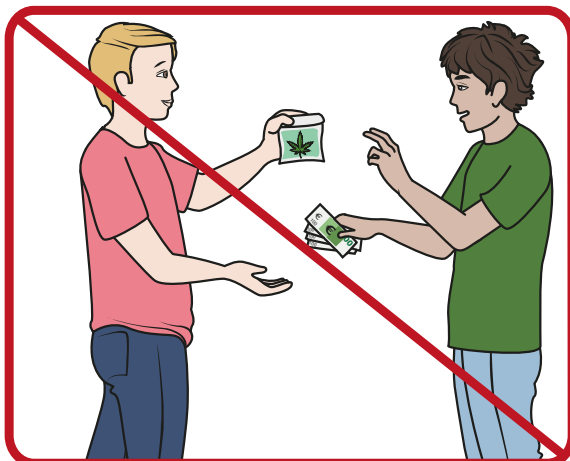
● de faire pousser du cannabis,

● de consommer du cannabis,



● d'acheter et de vendre
du cannabis,

● d'avoir du cannabis
chez ou sur moi.



- Si j'ai du cannabis avec moi, je peux me faire arrêter par la police.



- Je peux avoir une très grosse amende, jusqu'à 3750€ !



Quand j'ai fumé du cannabis, ça se voit.

Mes yeux peuvent être différents :

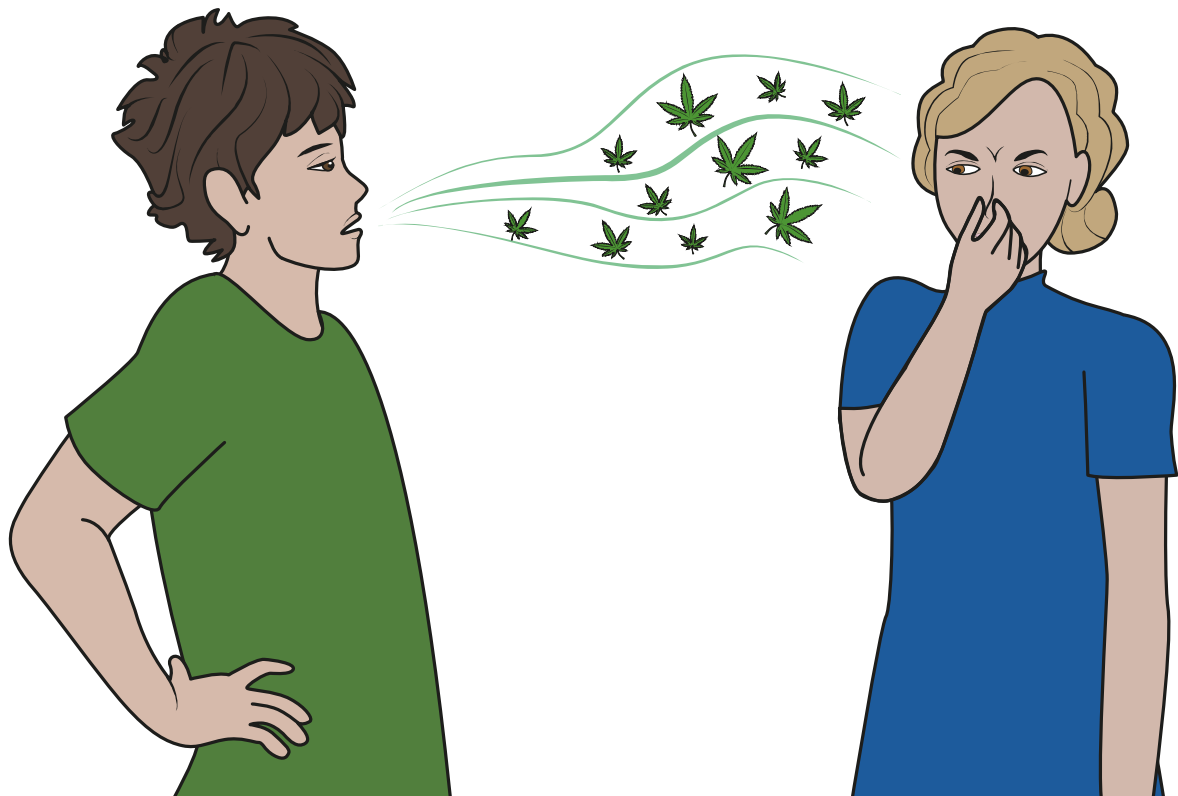
- mes yeux sont rouges,

- mes pupilles sont grandes,

La pupille est le rond noir dans l'oeil.



Les gens peuvent sentir que j'ai fumé du cannabis.



Le cannabis change mon comportement.

Quand je prends du cannabis, je ne suis pas comme d'habitude.

- J'ai des difficultés pour parler.



- J'ai des difficultés pour comprendre.



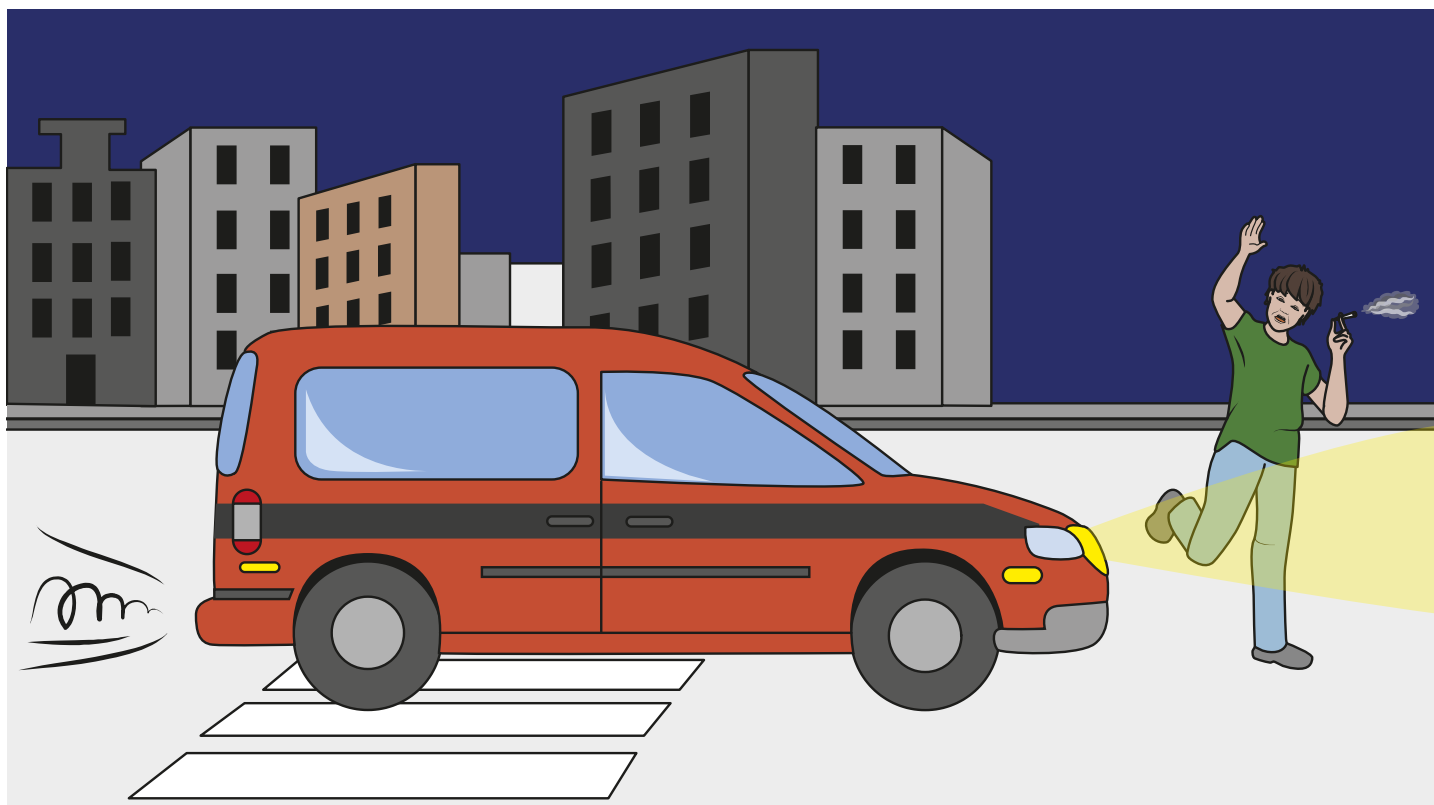
● Je peux être violent ou agressif.



● Je n'ai pas la force de me défendre.



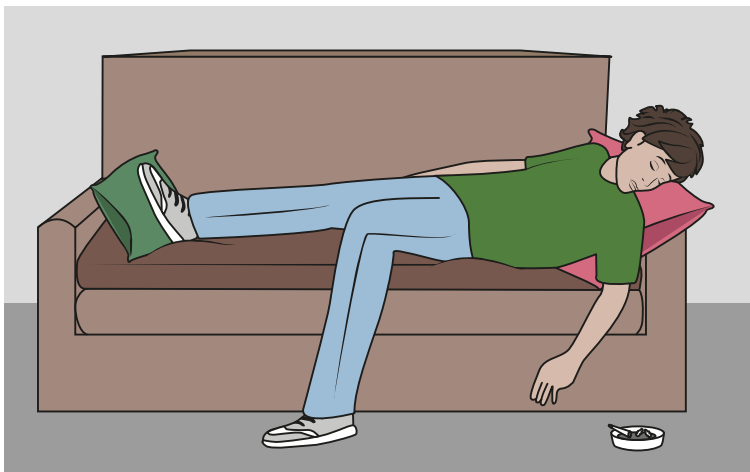
● Je ne vois pas les situations dangereuses.



- Je peux vomir.



- Je peux m'endormir profondément.



- Je peux avoir des hallucinations et faire un «bad trip».

C'est comme un cauchemar horrible.



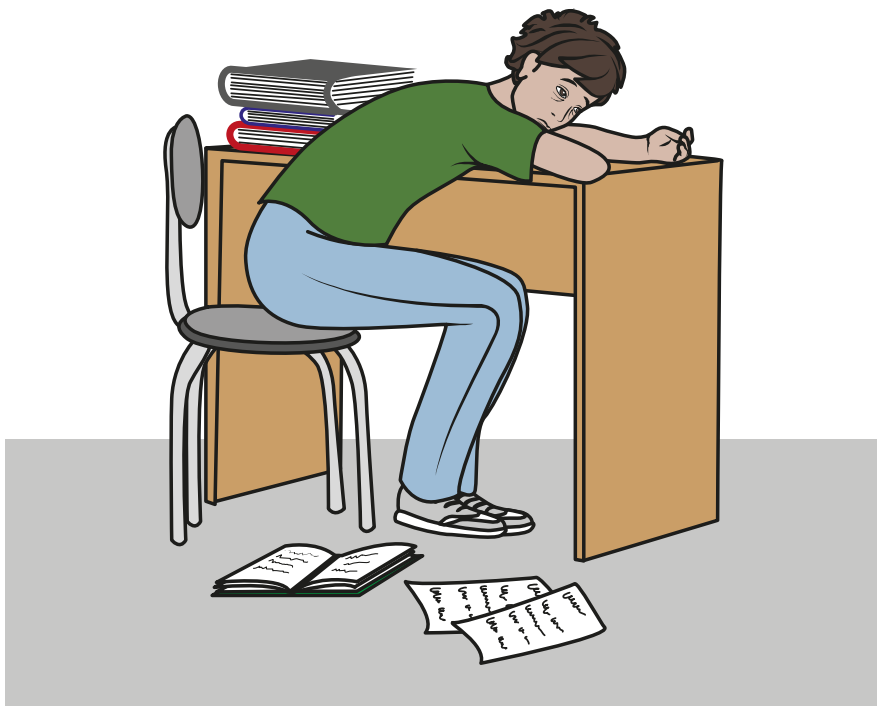
Je n'arrive plus à travailler.

- Je n'arrive plus à me concentrer :

pour faire mon travail,

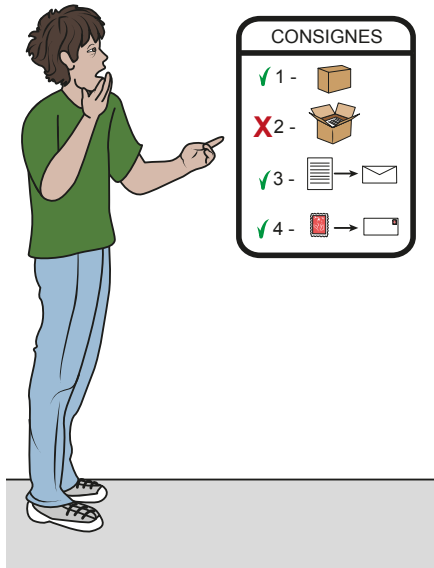


pour apprendre.



● J'oublie souvent ce que je dois faire.

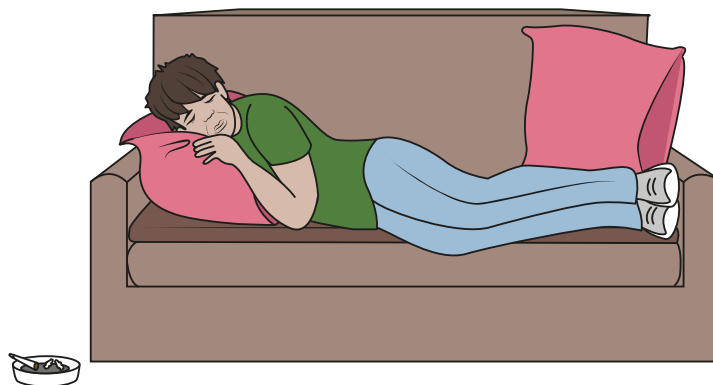
Les consignes.



Les leçons.



● Je n'ai plus envie d'aller à l'école ou au travail.



Je suis de plus en plus seul.

- Je peux m'isoler.

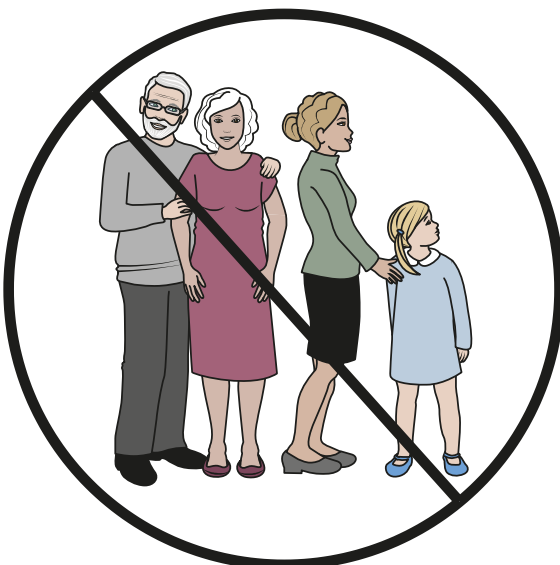


- Je ne veux plus voir :



ma famille,

mes amis.



- Je préfère passer mes soirées avec des personnes qui consomment du cannabis.



- Je ne fais plus les activités que j'aimais faire.



Je peux avoir plus d'accidents.

- Accidents de la route.



- Accidents au travail.

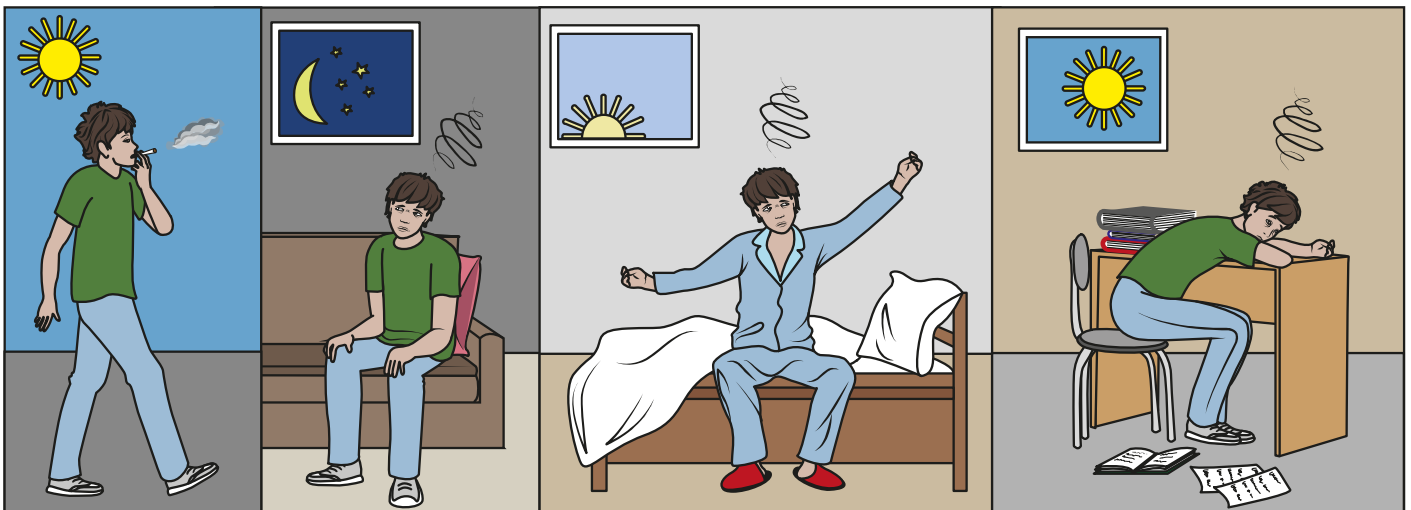


- Accidents à la maison.



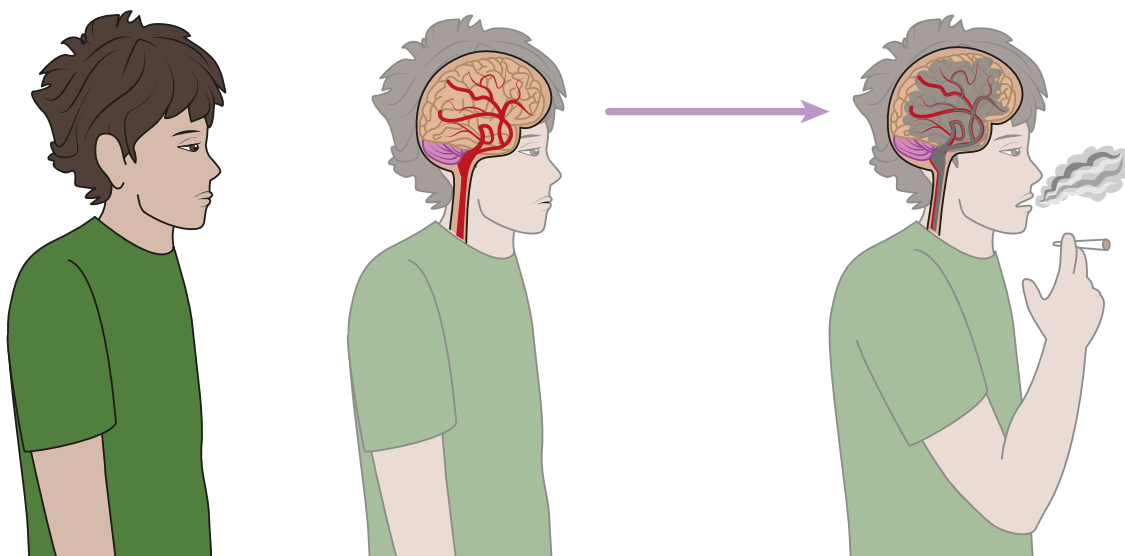
Quand j'ai pris du cannabis, les effets durent longtemps.

Mon comportement peut être différent pendant plusieurs jours.



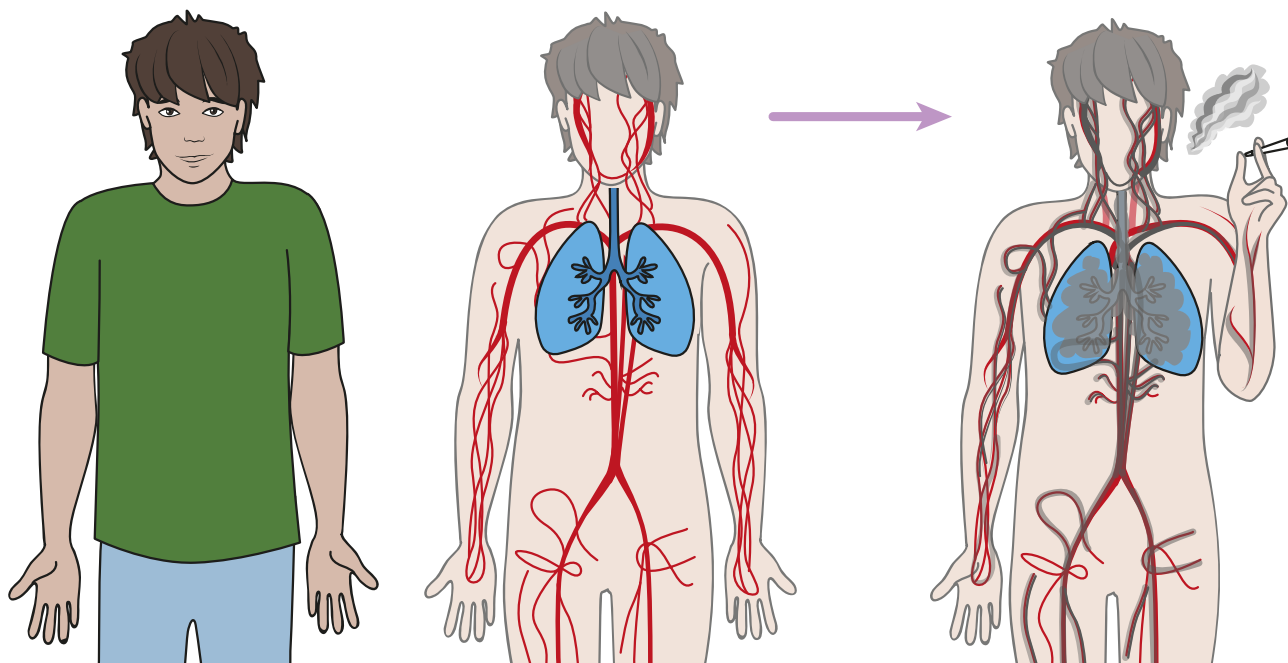
Le cannabis est dangereux pour ma santé.

Le cannabis arrive en quelques secondes au cerveau.



- Le cannabis passe dans mon corps en quelques minutes.

Il reste longtemps dans mon corps.

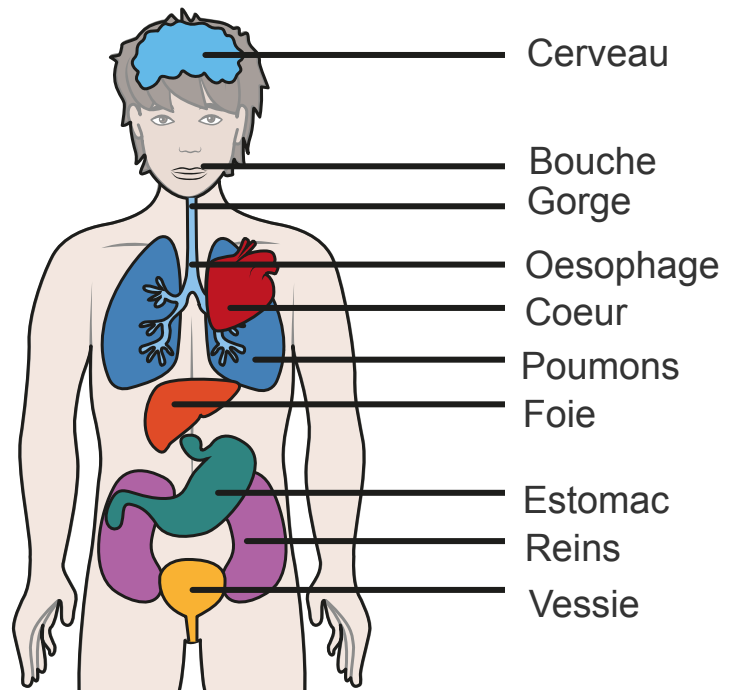


Avec le cannabis, je peux avoir des maladies graves et des cancers.

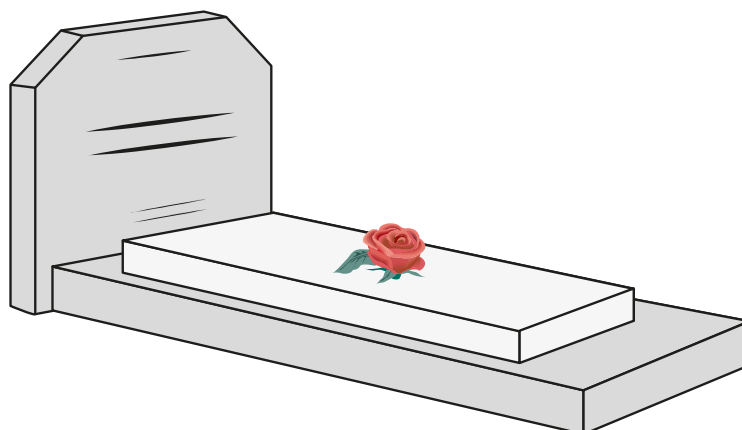
- Pour comprendre le cancer, voir la fiche «la prévention du cancer».



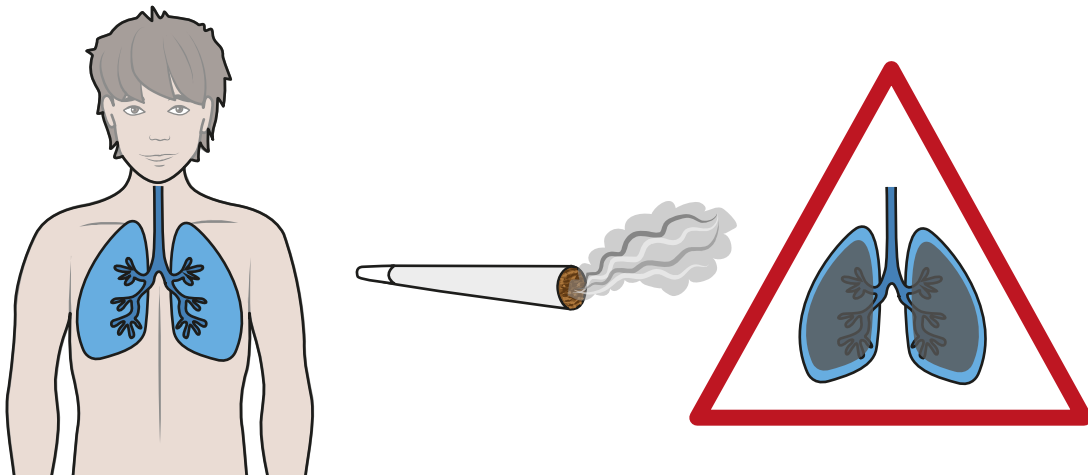
- Les cancers les plus fréquents sont :



- Je peux mourir à cause du cancer.



En fumant du cannabis, je peux avoir des maladies du poumon.



Par exemple : j'ai souvent la bronchite.

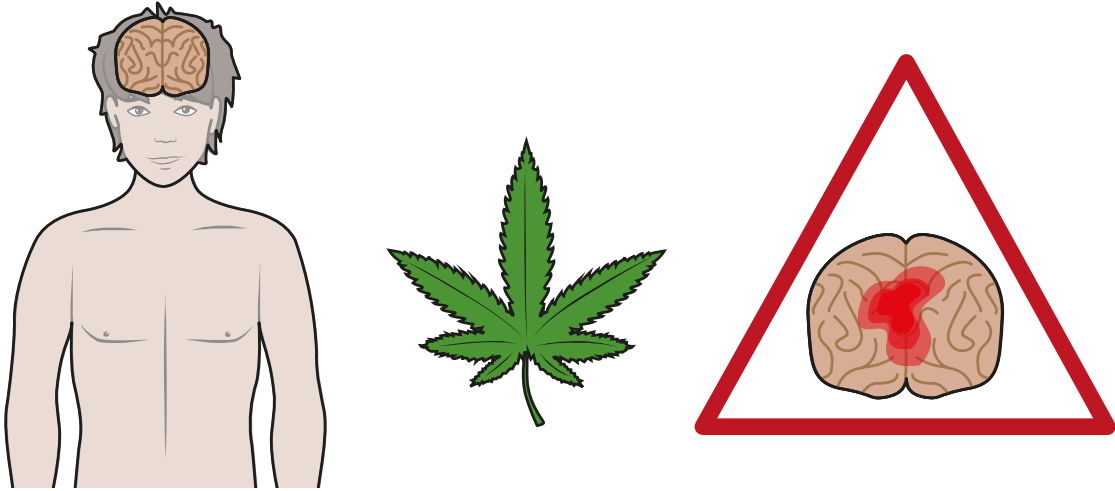


● **Je respire moins bien.**



Avec le cannabis mes capacités intellectuelles risquent de diminuer.

Le risque est encore plus grand si je consomme du cannabis avant 15 ans.



Je peux avoir des signes de maladies psychiques :

- dépression,

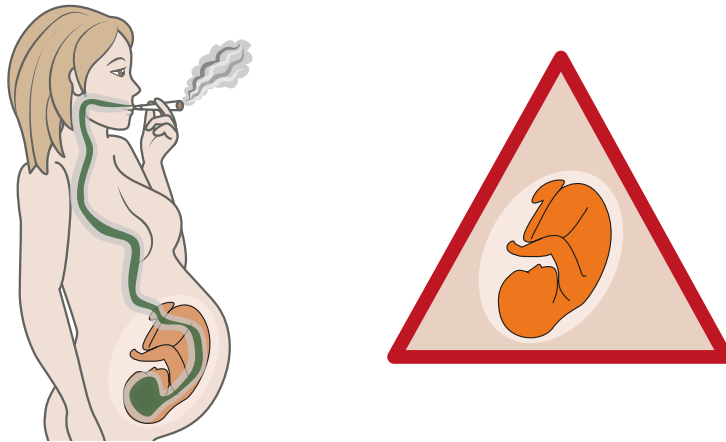
- anxiété,

- hallucinations.

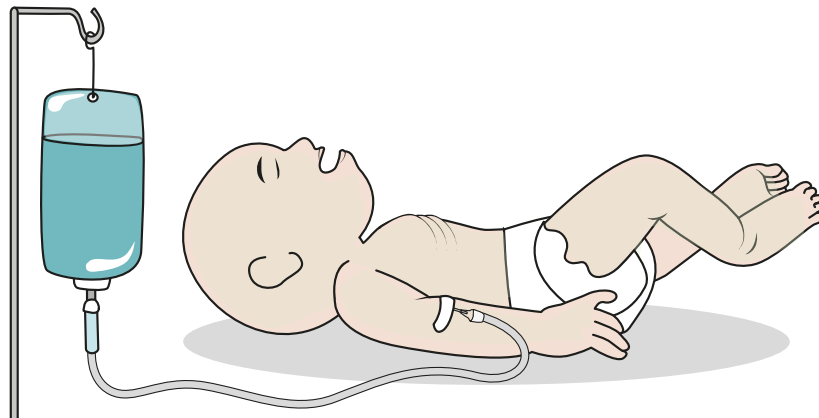


Le cannabis est dangereux pendant la grossesse.

- Si une femme prend du cannabis quand elle est enceinte, les produits vont directement dans le sang du bébé.



- Le bébé peut naître trop tôt et trop petit.



- Une femme enceinte peut demander de l'aide à son docteur.



Arrêter de prendre du cannabis, c'est possible !

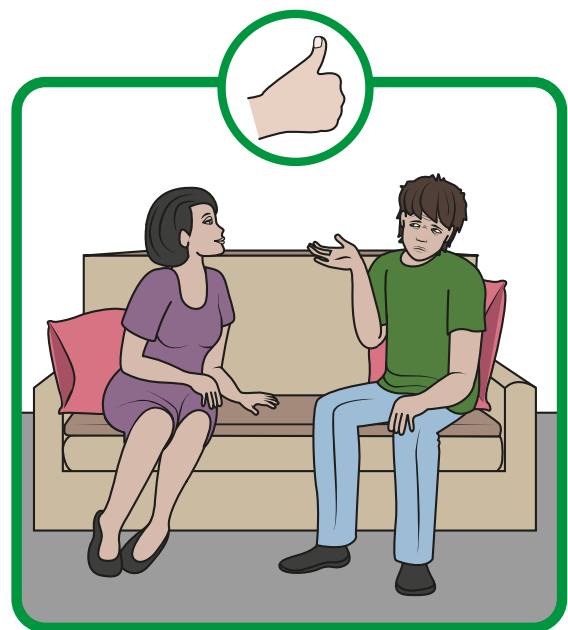
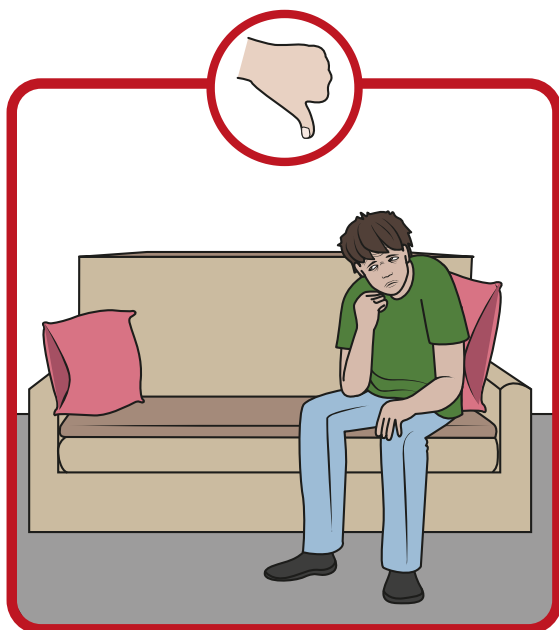
Pour arrêter le cannabis, je dois le décider moi même.

- C'est ma décision, pas celle des autres.



Je ne reste pas seul et je demande de l'aide.

- Ce n'est pas facile d'en parler... je me force.



Je peux me faire aider par un professionnel de santé :

● **mon docteur,**



● **un infirmier, une infirmière,**



● **un thérapeute.**

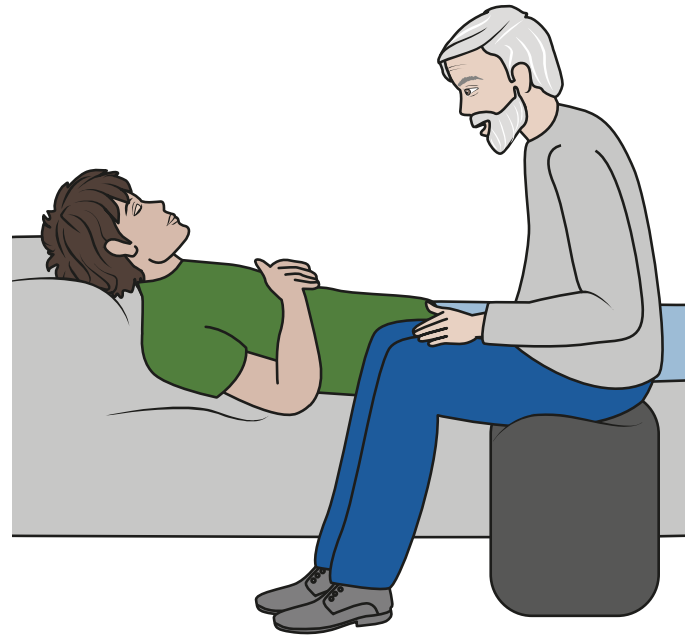


- Ces professionnels de santé peuvent me proposer de me faire aider, avec par exemple :

de la sophrologie,



de l'hypnose,



de l'acupuncture.

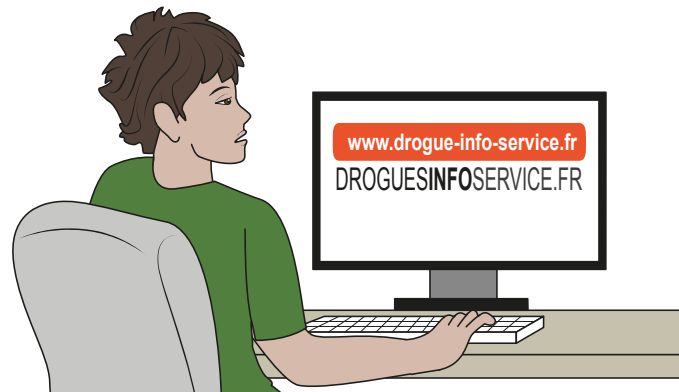


Je peux aussi me faire aider par un professionnel de santé :

- en appelant Drogue Info Service au 0800 23 13 13



- ou sur internet : www.drogue-info-service.fr



- ou dans un centre de Consultations Jeunes Consommateurs (CJC).
Je peux appeler le 0800 23 13 13 pour trouver un CJC près de chez moi.
Je peux aussi le trouver sur internet : www.drogue-info-service.fr



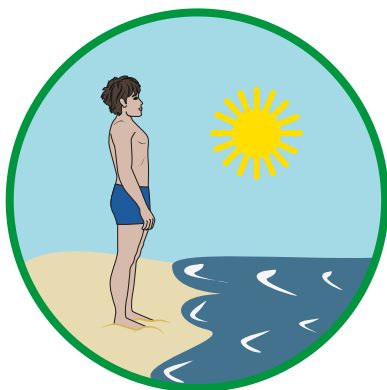
Quand j'ai arrêté le cannabis...

Je dépense moins d'argent.

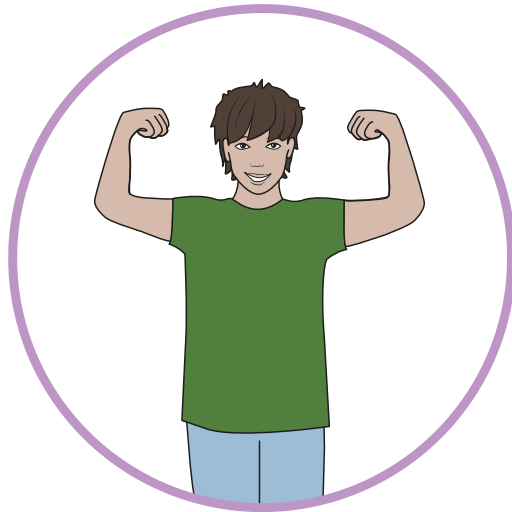


- Avec cet argent, je peux faire beaucoup d'autres choses...

Par exemple :



Ma santé s'améliore rapidement.



Je suis plus dynamique.

● Je vois mes amis.



● Je travaille.



Je me sens libre !



Cette fiche a été réalisée en partenariat avec
Udapei du Nord et Ma santé 2.0



et avec le soutien de
Santé Publique France et du CJC de Boulogne Billancourt



Avec SantéBD, je comprends la santé !



SantéBD explique la santé avec des dessins et des mots simples

Plus de 60 thèmes de santé déjà disponibles.

- Je **prépare** mes rendez-vous médicaux
- Je **communique** mieux avec les professionnels de santé
- Je **comprends** les messages de prévention
- Je **décide** avec mon docteur et mes proches

SantéBD est disponible gratuitement

- sur le site internet www.santebd.org



- 1 Je choisis le thème de la BD

- 2 Je personnalise ma BD

Je peux choisir mon personnage,
en fonction de mon âge et de mes difficultés.



- 3 Je regarde ou je télécharge la BD

- sur la chaîne SantéBD  YouTube

SantéBD est créé par l'association **coactis**^{santé}

en partenariat avec de nombreux acteurs du monde de la santé et du handicap.
L'association s'engage en faveur de l'accès aux soins pour tous.

Tous droits de reproduction, de représentation et de modification réservés sur tout support dans le monde entier.
Toute utilisation à des fins autres qu'éducative et informative et toute exploitation commerciale sont interdites.
Les illustrations sont de Frédérique Mercier. @Coactis Santé-SantéBD contact@santebd.org

Merci à nos partenaires



ARS Bourgogne-Franche-Comté
ARS Corse / ARS Grand Est
ARS Hauts-de-France / ARS Normandie
ARS Nouvelle-Aquitaine / ARS Occitanie



Les outils SantéBD sont relus par des personnes avec un handicap intellectuel et respectent les règles européennes du « Facile à lire et à comprendre » (FALC). Ces règles permettent de rendre l'information accessible à tous.

© Logo européen Facile à lire : Inclusion Europe.

Plus d'informations sur le site www.inclusion-europe.eu/easy-to-read