



# Cannabases

## Réduction des méfaits



Bien que la recherche continue d'évoluer en ce qui concerne les méfaits éventuels associés à la consommation de cannabis, la probabilité de développer une relation problématique avec le cannabis (trouble lié à l'usage de cannabis ou TUC) dépend de quatre facteurs :

### // 01



#### DURÉE ET INTENSITÉ DE LA CONSOMMATION

une consommation prolongée et plus intense augmente le risque

### // 02



#### PUISSANCE DU PRODUIT

une consommation de fortes concentrations de THC est plus toxicomanogène

### // 03



#### FACTEURS INDIVIDUELS

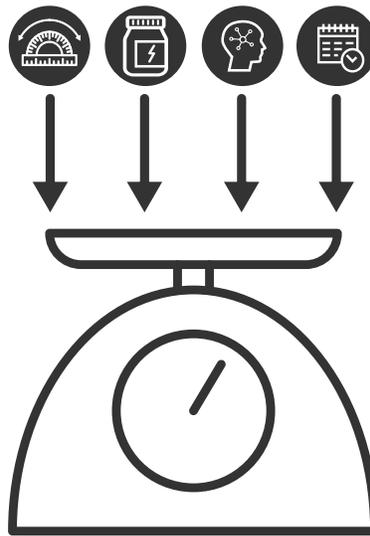
des facteurs génétiques ou des vulnérabilités individuelles, comme la personnalité ou des expériences de traumatisme, peuvent avoir une influence à savoir si une personne vivra des méfaits

### // 04



#### ÂGE AU MOMENT DE LA PREMIÈRE CONSOMMATION

les personnes qui commencent à consommer du cannabis à un jeune âge (moins de 16 ans) et consomment à une fréquence élevée sont plus à risque



**Il est possible de réduire considérablement les méfaits physiques du cannabis en mettant en pratique des méthodes de réduction des méfaits, comme celles incluses dans les ressources suivantes :**

[Lignes directrices de réduction des risques liés à l'utilisation du cannabis au Canada](#)

[Here to Help's Safer Cannabis Use \[en anglais seulement\]](#)

[Take Care with Cannabis from Vancouver Coastal Health \[en anglais seulement\]](#)

[Info grossesse](#)