

Cannabis contre les douleurs, l’embarras du choix: THC ou CBD?

La question principale est de savoir si l’on souhaite utiliser le THC (tetrahydrocannabinol) ou le CBD (cannabidiol). Ou les deux. Les deux substances sont efficaces, plus ou moins selon les individus. Et avec le bon dosage aucune n’a d’effets secondaires indésirables. Une grande différence existe en revanche au niveau de leur acquisition, mais ceci ne devrait pas influencer votre décision. Nous vous conseillons de tester d’abord le CBD, notamment pour des raisons financières. Nous espérons que les informations qui suivent sauront vous être utiles.

Conformément à la loi sur les stupéfiants, les produits à base de cannabis en forte teneur de THC sont interdits en Suisse. Il est toutefois possible de s’en procurer sur ordonnance. S’il est relativement simple d’en obtenir pour les personnes atteintes de sclérose en plaques ou du Parkinson, c’est un peu plus laborieux pour les patients polio, mais en principe c’est faisable. Pour commencer, votre médecin doit en faire la demande nécessaire auprès de l’Office fédéral de la santé.

Pour mémoire, un extrait de Faire Face 2/2015

D’après une enquête de l’ASPr-SVG | Polio.ch auprès de l’Office fédéral de la santé publique (OFSP), le Sativex est le seul médicament autorisé en Suisse contenant (deux) substances actives natu-

relles issues de la plante de cannabis (THC et CBD 50:50%). Il ne peut être obtenu que dans quelques rares pharmacies, car ces dernières doivent demander des autorisations particulières: «Une autorisation spéciale n’est pas nécessaire lorsqu’il s’agit du traitement de la spasticité moyenne ou sévère liée à la sclérose en plaques, ce médicament étant autorisé pour cette indication. Dans tous les autres cas, une autorisation exceptionnelle de l’OFSP est indispensable. Le médecin traitant doit déposer une demande écrite précisant le diagnostic du patient, le déroulement du traitement ainsi que les effets escomptés du médicament à base de cannabis. Si les données fournies sont complètes et la requête suffisamment motivée, le dossier est généralement traité dans les cinq jours ouvrables.» Dans sa réponse, l’OFSP précise que seule une modification de la loi permettrait de simplifier cette procédure.

Comme le Conseil National a rejeté début septembre 2018 une initiative dans ce sens, la légalisation des produits à base de cannabis en forte teneur de THC, et donc une simplification de leur acquisition, se voit une nouvelle fois repoussée aux calendes grecques.

Une fois que l’autorisation est reçue il s’agit d’en déterminer le dosage.

Nous consacrons régulièrement des articles au sujet du cannabis dans le traitement de la douleur, dont le dernier en date a paru dans le Faire Face 4/2018 sous la plume du médecin allemand lui-même atteint de la polio, expert sur le syndrome post-polio et défenseur du cannabis médical, le Dr méd. Peter Brauer. Nous avons reçu de nombreuses questions à la suite de sa publication.

Explications et recommandations du Dr méd. Brauer pour la préparation d’une tisane à base de fleurs de cannabis avec une teneur en THC de 22%

Posologie initiale par jour: de 0,05 à 0,1 g. de fleurs

Dose quotidienne maximale: 3 g.

Préparation: laisser mijoter 1 g. de fleurs pulvérisées pour 1 litre d’eau pendant 15 minutes (commencer avec 0,05–0,1 g. de fleurs pour 1 litre d’eau)

Il n’existe pas de régime posologique strict pour le cannabis, car le dosage varie de personne en personne. La fréquence d’administration varie également, de une à plusieurs fois par jour selon les cas. Ceci est dû à la pharmacologie complexe des cannabinoïdes d’une part, d’autre part aux différences génétiques d’un individu à l’autre, qui affectent la métabolisation du THC, les structures et le fonctionnement des récepteurs de cannabinoïdes ainsi que la densité et la répartition de ces récepteurs. Le dosage idéal dépend aussi de la nature du problème, du type d’utilisation et de la sensibilité individuelle aux effets secondaires. Différentes études et articles de revue montrent que la majorité des patients qui utilisent des fleurs de cannabis en consomment entre 1 et 3 g. par jour.

Commencer progressivement

La première fois qu’un patient recourt au cannabis, il est recommandé de commencer avec

une posologie progressive et une dose initiale très faible. La dose doit être lentement augmentée de jour en jour jusqu’à obtenir les effets désirés, ceci afin d’éviter d’éventuels effets secondaires. Il peut donc se passer plusieurs semaines jusqu’à ce que l’on trouve le dosage optimal.

Avec cette méthode, le rendement relatif en THC n’est que d’environ 5%. Avec une cuisson prolongée de 30 minutes, cette valeur est multipliée par 1,5. Ceci s’explique par la faible solubilité des cannabinoïdes dans l’eau et par la lenteur de leur réaction de décarboxylation à une température de 100°C. La posologie quotidienne devrait être d’une tasse de 200 ml par jour au minimum, voire plus. La tisane peut être maintenue au chaud dans un thermos. Les patients devraient consommer en même temps un aliment riche en graisses afin d’améliorer l’assimilation des cannabinoïdes.

Il faut distinguer entre les produits de cannabis à forte teneur en THC (tetrahydrocannabinol) = illégal ou sur prescription médicale, et ceux en forte teneur de CBD (cannabidiol) et dont la teneur en THC est inférieure à 1% = légal et en vente libre. En Suisse, il est impossible de se procurer des produits de cannabis en forte teneur de THC sans autorisation spéciale, et en principe les coûts, qui

s'élèvent à plusieurs centaines de francs par mois, ne sont pas couverts par les caisses maladies. C'est pourquoi nous conseillons d'essayer d'abord le CBD (cannabidiol), qu'il est possible d'acquérir légalement et en vente libre.

Rappelons encore une fois les différences fondamentales entre le THC (tetrahydrocannabinol) et le CBD (cannabidiol):

	Remarques	CBD	THC
Teneur en THC psychoactif		de 0,2 à moins de 1%	de 4 à plus de 20%
Effet 1		apaisant, antalgique	fortement calmant, antalgique
Effet 2		sans effets psychoactifs	psychoactif, modifie la perception
Risque de dépendance		aucun	dépendance psychique
Coût par mois (gouttes à 2,5%) à 75 mg de CBD par jour	> sur ordonnance, pharmacie > boutique CBD, kiosque etc.	dès env. CHF 360.00 dès env. CHF 80.00	dès env. CHF 700.00 (médicament Sativex)
Statut		légal	illégal à partir d'une teneur de 1%, soumis à une autorisation spéciale



Depuis l'apparition de cet article, le CBD a fait son apparition sur le marché suisse sous de nombreuses différentes formes posologiques, et il est désormais possible de se procurer légalement ces produits à effet spasmolytique et analgésique:

En plus de la fleur, qui peut être bue comme tisane ou fumée, le CBD peut également être pris sous forme de

- teinture-mère (solution hydroalcoolique de la plante)
- solution huileuse
- pommade

et encore

- poudre
- pâte
- chewing-gum

dont toutes montrent une efficacité.

Nous avons entendu dire qu'une vinaigrette à base d'huile de graines de cannabis peut être bénéfique pour les douleurs articulaires («ça ne peut en tout cas pas faire de mal»), et les graisses insaturées présentes dans le baume à l'huile de chanvre sont tout au moins excellentes pour la peau.

Disponibilité

Pharmacies, drogueries et magasins spécialisés. Le cannabis disponible dans les kiosques et chez les grands distributeurs est généralement destiné à être fumé. Pour différentes raisons nous renonçons à publier ici les noms de sociétés ou de fournisseurs concrets.

Dosage

Nous ne pouvons pas aborder ici le sujet du dosage, parce que chaque produit a sa propre concentration en principes actifs et chaque personne individuelle y réagit différemment. En règle générale il est conseillé de commencer avec une faible quantité et d'en attendre l'effet avant d'adapter progressivement le dosage. Laissez-vous conseiller dans les magasins spécialisés.

■ Mario Corpataux

Responsable polio et post-polio

Vous trouverez la nouvelle rubrique **cannabis** sur notre site internet www.polio.ch sous le menu **Syndrome post-polio >>> Thérapies**.