



Le malaise cannabique (le « greening out »)

Qu'est-ce que c'est ?

Le terme « malaise cannabique » (« greening out ») est utilisé pour décrire une situation de surdosage en cannabis (THC). Certains effets du malaise cannabique comprennent des nausées, des vomissements, de l'anxiété, une transpiration excessive et dans certains cas des hallucinations.¹

Comment aider un ami qui a un malaise cannabique ?^{1,2,3}

- Demandez-le s'il a pris d'autres substances. Le mélange du cannabis avec d'autres substances peut mettre la vie en danger.
- Emmenez-le dans un endroit sûr et restez avec lui.
- S'il s'est évanoui, allongez-le sur le côté en position latérale de sécurité et surveillez-le.
- Rassurez-le. Faites savoir à votre ami qu'il va s'en sortir.
- Donnez-lui du jus, de l'eau ou une collation.
- Si un ami a un malaise cannabique et vous craignez que sa vie soit en danger, appelez le 911.



Comment éviter le « greening out » ?

- 1** Limitez ou évitez la consommation de cannabis avant l'âge de 25 ans.
- 2** Évitez de consommer du cannabis sur un estomac vide.
- 3** Utilisez des produits à faible puissance, si vous décidez d'en consommer.
- 4** Évitez de mélanger le cannabis avec d'autres substances.
- 5** Après une consommation récente de cannabis, attendez quelques heures avant de décider d'en reprendre.

References

1 Drug and Alcohol Research and Training Australia. (n.d.). How do you look after someone who is 'greening out' on cannabis?. <https://darta.net.au/wordpress-content/uploads/2015/01/YPID-GREENING-OUT.pdf>

2 Rural Development Network. (2021). Clarity on Cannabis. <https://clarityoncannabis.org/virtual-exhibit/>

3. ONECA. (n.d.). Cannabis & Vaping a Toolkit for Parents. ONECA. Retrieved August 17, 2022, from <https://oneca.com/cannabis.html>