



## CONSOMMATION DE CANNABIS ET COVID-19

L'Assemblée des Premières Nations (APN) propose cet aperçu de l'impact potentiel de la consommation de cannabis pour les Premières Nations alors que sévit cette pandémie de COVID-19. Pendant cette période, il est important d'être conscient de tout risque accru pour vous et votre famille. Comme la situation évolue rapidement, nous vous encourageons à consulter la page Web COVID-19 de l'APN à l'adresse <https://www.afn.ca/fr/coronavirus> pour accéder aux plus récentes informations et ressources.

### Informations générales sur la consommation de cannabis

Le cannabis est légalement disponible au Canada pour des usages récréatifs et médicaux. Les utilisations médicales du cannabis comprennent la gestion de la douleur, la réduction des effets de l'anxiété ou de la dépression sur la santé mentale, et le soutien à la réduction des risques dans le traitement des dépendances. Le cannabis à usage récréatif est souvent fumé ou vapoté, mais il peut également être consommé sous forme de produits comestibles ou topiques, d'extraits ou d'huiles. Il est important de toujours lire l'étiquette des produits à base de cannabis pour savoir ce que vous consommez.

### Comment la consommation de cannabis augmente les risques pour la santé pendant la pandémie de COVID-19

- Fumer et vapoter augmentent le risque de contracter la COVID-19 car cela peut détruire certains des mécanismes naturels de défense des poumons.
- Fumer signifie que les doigts sont en contact avec les lèvres, ce qui augmente la possibilité de transmission du virus de la main à la bouche.
- Le partage des pipes, des joints et d'autres articles pour fumer ou vapoter implique le partage des embouts, ce qui peut faciliter la transmission de la COVID-19.
- Le cannabis issu du marché noir peut être contaminé par d'autres drogues, notamment des opioïdes, ce qui augmente le risque d'overdose. Un patient en overdose nécessitant des soins hospitaliers augmente le risque d'infection par la COVID-19 pour lui-même et sa communauté et ajoute une contrainte à un système de santé déjà confronté au fardeau de la pandémie.

**\*\*Note importante : il n'existe AUCUNE utilisation connue ou présumée du cannabis ou de l'huile de CBD comme remède ou traitement pour la COVID-19.**

### Comment réduire vos risques

- Pratiquer la distanciation physique en ne fumant pas en groupe et en évitant l'inhalation à tour de rôle.
- Ne partagez pas les produits du cannabis tels que les joints, les pipes, les bongs, les stylos vape ou les e-cigarettes.

- Si vous consommez actuellement du cannabis ou de l'huile de CBD à des fins médicales ou thérapeutiques, continuez à en faire usage comme vous le feriez normalement selon les directives de votre fournisseur de soins de santé.
- Si vous êtes un consommateur de cannabis à des fins récréatives, envisagez de réduire ou de limiter votre consommation de cannabis pendant la pandémie.
- Allez-y lentement et sans précipitation lorsque vous consommez des produits comestibles. Il faut parfois entre 30 minutes et 2 heures pour commencer à ressentir les effets du cannabis comestible.
- Bien que les succursales qui vendent du cannabis restent ouvertes dans la plupart des provinces et territoires, il est possible de commander du cannabis en ligne dans de nombreuses régions. Si possible, envisagez de commander en ligne pour respecter les directives de santé publique en matière de distanciation physique.

### Ressources supplémentaires

#### Gouvernement du Canada :

Cannabis : <https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/drogues-medicaments/cannabis.html>

#### Autorité de santé des Premières Nations :

Informations non médicales sur le cannabis (en anglais) : <https://www.fnha.ca/what-we-do/mental-wellness-and-substance-use/non-medical-cannabis-information>

#### Thunderbird Partnership Foundation :

Trousse sur le cannabis (en anglais) <https://thunderbirdpf.org/new-cannabis-toolkit/>

