

LE COUNSELING AUPRÈS DES ADOS ET DES PARENTS AU SUJET DU CANNABIS

Une introduction pour les professionnels de la santé


Tant les parents que les adolescents se préoccupent des effets et des dommages potentiels du cannabis et des autres substances psychoactives. De nombreux adolescents considèrent les professionnels de la santé comme des sources d'information fiables sur les substances psychoactives et s'attendent à ce qu'ils abordent l'usage ou les risques qui s'y associent lors des rendez-vous de santé. Dans le rôle de facilitateurs et de courtiers du savoir, les dispensateurs de soins peuvent entretenir un dialogue efficace avec les jeunes et leur famille.

Cet outil accompagne un point de pratique de la Société canadienne de pédiatrie. Il vous aidera à donner des conseils rigoureux et fondés sur des données probantes sur le cannabis à des fins non médicales aux adolescents et à leurs parents au quotidien.

Un adolescent sur six qui commence à consommer du cannabis finit par en faire un usage abusif.

Les 8 étapes pour aborder l'usage de cannabis avec les adolescents

- 1** S'assurer de protéger la vie privée et la confidentialité du patient.
- 2** S'informer de l'usage de cannabis, après avoir obtenu l'autorisation de le faire.
- 3** Répondre à toutes les questions du patient et encourager des choix sains.
- 4** Évaluer les conséquences de l'usage de cannabis à l'aide d'un outil de dépistage.
- 5** Évaluer la volonté du patient à modifier ou à réduire son usage de cannabis.
- 6** Contribuer à l'établissement d'objectifs précis et d'un échéancier réaliste.
- 7** Planifier un suivi dans les semaines suivantes, puis régulièrement par la suite.
- 8** Tenir compte des besoins et des préoccupations des parents, s'il y a lieu.



L'évaluation de l'usage de cannabis à des fins non médicales

Pour avoir un portrait global de l'usage de cannabis d'un patient, vous devez obtenir de l'information sur les aspects suivants :

Type de produit

- Marijuana (pot, weed, herbe, cocotte, dope)
- Haschisch (hash, kif)
- Extraits et concentrés (huiles, huile de haschisch au butane [BHO], shatter, wax)

Mode d'utilisation

- Inhalation : Fumer ou brûler (joint, spliff, pipe, bong, houka)
- Inhalation : Vapoter ou vaporiser (cigarette électronique, vaporisateur, crayon à dab)
- Ingestion (aliments, boissons, capsules)

Fréquence

Intensité

- Quantité
- Argent dépensé

Historique

Contexte

- En solitaire? Avec des amis, des membres de la parenté?
- En contexte de risque (conduite sous l'influence de la drogue, activités sportives)?

Motifs

- Expérimentation
- Exacerbation des sensations, plaisir
- Cohésion sociale, pression des camarades
- Stratégie d'adaptation, automédication

Ouvrir le dialogue

Lors d'un rendez-vous régulier :

Pour avoir une idée de ta santé globale, je vais te poser des questions sur divers aspects de ta vie, y compris l'école, les amis et l'usage de substances psychoactives. Est-ce que ça te va?

En présence de symptômes précis, tels qu'une baisse de l'humeur ou de la fatigue :

Avant de te poser plus de questions sur [indiquer le symptôme], je pourrais te parler de substances psychoactives. Est-ce que ça te va?

Pour le patient qui n'a jamais pris de cannabis :


Je sais que tu n'as encore jamais pris de cannabis. C'est une sage décision parce que le cannabis nuit au développement du cerveau et que le cerveau continue de se développer jusqu'à l'âge d'environ 25 ans.

En fonction de la situation, vous pouvez ajouter :

Je sais aussi que tu as déjà eu des problèmes de dépression ou d'anxiété. Dans les faits, l'usage de cannabis peut accroître les possibilités de revivre des épisodes de dépression et d'anxiété. C'est ce qu'indiquent les études.

Pour le patient qui déclare consommer du cannabis :

Puis-je te poser des questions sur les effets possibles de ton usage de cannabis sur toi et ta famille?



Les principaux messages aux ados sur l'usage du cannabis

- Le meilleur moyen d'éviter les répercussions négatives possibles du cannabis sur la santé consiste à éviter d'en prendre.
- Certaines personnes devraient éviter complètement de prendre du cannabis, p. ex., parce qu'elles sont trop jeunes, qu'elles ont un problème de santé (particulièrement des affections et des traitements cardiaques, pulmonaires et de santé mentale), une histoire familiale ou personnelle de psychose et de dépression ou une grossesse.
- Les répercussions négatives de l'usage de cannabis que décrivent le plus les adolescents sont les problèmes relationnels et familiaux, les symptômes respiratoires et les problèmes scolaires.
- Un adolescent sur six qui expérimente le cannabis finit par éprouver des problèmes de consommation, surtout s'il en prend fréquemment.
- Divers modes d'usage comportent divers risques. Puisqu'il faut un certain temps avant que les effets de l'ingestion culminent, les usagers inexpérimentés de produits comestibles peuvent faire une surdose et atterrir à la salle d'urgence. Le vapotage, auparavant considéré comme une solution sécuritaire au tabagisme, n'est pas sans risque.
- La sécurité l'emporte sur le reste. Le cannabis au volant, c'est interdit.

Évaluer la volonté du patient à changer

Lorsqu'un adolescent ressent les répercussions négatives de l'usage de cannabis ou que le dépistage révèle un profil à risque, évaluez sa volonté à changer. Envisagez d'amorcer le dialogue comme suit :

J'ai rencontré certains adolescents qui ont envisagé de réduire leur usage de cannabis parce que même s'ils aiment la sensation qu'elle leur procure, ils n'aiment pas [...]. T'es-tu déjà senti comme eux? As-tu déjà pensé réduire ta consommation?

Si le patient exprime le désir de changer, donnez-lui de l'information sur les centres locaux de traitement et de réadaptation. Jeunesse sans drogue Canada en propose une liste pour chaque province et territoire : www.jeunesse sans drogue canada.org/treatment-recovery/get-help-in-your-region.

Tenez compte des préoccupations des parents et des proches

Quelles sont les observations qui vous font croire que votre enfant prend du cannabis? Si vous pensez qu'il consomme, quelles en sont les conséquences sur son comportement à la maison, à l'école ou avec ses amis?

Avant de parler aux parents de leurs préoccupations, vous devez demander (et obtenir) explicitement le consentement de votre patient : *Tes parents s'inquiètent parce qu'ils pensent que tu prends du cannabis. Est-ce que tu es d'accord pour qu'on en parle?*

