Le dico des drogues

CBD (cannabidiol)

Le cannabidiol, communément appelé CBD, est un des cannabinoïdes présents dans le cannabis (le cannabinoïde le plus connu est le THC car il est responsable des effets psychoactifs du cannabis). Les effets du CBD sont différents de ceux du THC : il n'a pas d'effet euphorisant, il n'a quasiment pas d'effet psychotrope, et il ne semble pas avoir de potentiel addictogène.

Le CBD vendu sur Internet ou dans des boutiques spécialisées est proposé sous de nombreuses formes : huile, fleur de cannabis (fortement dosée en CBD), gélule, e-liquide, produits cosmétiques, poudre, teinture, cire, résine, pâte, produits alimentaires (auxquels ont été ajoutés du CBD), suppositoires, graines, traitements pour animaux domestiques…

Deux médicaments à base de CBD sont autorisés en France : l'Epidiolex® indiqué dans le traitement des convulsions de certaines formes d'épilepsie, et le Sativex® (qui contient aussi du THC) indiqué dans le traitement des contractures liées à la sclérose en plaques (mais il n'est pas encore commercialisé).

Réglementé

STATUT LEGAL

- **Tous les produits contenant plus de 0,3% de THC sont considérés comme des stupéfiants et sont interdits** (arrêté du 30 décembre 2021).
- Le CBD doit être extrait d'une **variété de chanvre autorisée** figurant sur la liste du Code de la santé publique (article R. 5132-86). Il s'agit de variétés à faible teneur en THC pour permettre une utilisation industrielle.
- Le CBD doit provenir d'une plante dont la teneur en THC ne doit **pas être supérieure à 0,3%.**
- Le CBD à usage alimentaire (huile, tisane, bonbons, gâteau, sirop...), est interdit en France depuis le 15 mai 2026 (application du règlement européen «Novel Food»).

A noter :

L'arrêté du 30 décembre 2021 interdisait la vente, la détention et la consommation de fleurs ou de feuilles brutes. Mais le 29 décembre 2022, le Conseil d'État a définitivement annulé cette interdiction. **La vente, la détention et la consommation de fleurs ou de feuilles brutes chargées en cannabidiol sont donc autorisées, si leur taux de THC est inférieur ou égal à 0,3 %.**

Autres informations légales :

> **Aucune vertu thérapeutique** ne peut être revendiquée notamment par les fabricants, vendeurs de produits contenant du CBD sous peine de sanctions pénales.

> **Toutes les publicités** pour les produits à base de CBD portant allégations de vertus thérapeutiques sont interdites sous peine de sanctions pénales (hors médicaments autorisés, voir le chapitre Usage thérapeutique ci-dessous)

DEPISTAGE

En France, le CBD en lui-même n'est pas dépisté par les tests de dépistage classiques. La seule substance recherchée dans le dépistage de cannabis est le THC.

> Produits à base de CBD pur :

La consommation de produits à base de CBD pur ne peut pas entraîner de dépistage positif au cannabis.

> Produits à base de CBD contenant 0,3% de THC ou plus :

La **consommation ponctuelle ou répétée** de de CBD contenant 0,3% de THC ou moins peut **positiver un test de dépistage salivaire jusqu'à 3 heures après la prise.**

Dans le cas d'un **usage chronique quotidien,** ces produits peuvent rendre positif un **test de dépistage salivaire, sanguin ou urinaire**.

> Attention, la pureté du CBD commercialisé sur internet et dans les coffee-shops n'est pas fiable :
Les taux de THC peuvent être plus élevés que ceux annoncés sur l'étiquette.
Les traces de THC éventuellement présentes dans les produits contenant du CBD peuvent passer dans le sang ou la salive des consommateurs.
Même en cas d'usage occasionnel, elles peuvent donc positiver un test de dépistage salivaire, sanguin ou urinaire.

MODES DE CONSOMMATION

Les modes de consommation du CBD sont multiples.

Le CBD peut être ingéré :
- mélangé à l'alimentation (huile, teinture, cristaux et pâte de CBD)
- mis sous la langue sous formes de gouttes (huile, teinture, pâte de CBD)
- avalé (gélules/capsules et tous les produits alimentaires à base de CBD)

Le CBD peut être fumé sous forme de joint (cigarette avec du tabac et du cannabis qui contient beaucoup de CBD et très peu de THC).

Le CBD sous toutes ses formes peut être vaporisé à l'aide d'un vaporisateur, ou d'une cigarette électronique (il est porté à ébullition puis se transforme en particules gazeuses, c'est-à-dire en vapeur).

EFFETS RECHERCHES

De nombreux vendeurs de CBD vantent les effets thérapeutiques du CBD dans différents domaines. Or, en l'état actuel des connaissances, ces promesses et suggestions d'effets sont largement exagérées.

En effet, il existe encore trop peu d'études cliniques pour évaluer les effets du cannabidiol sur l'homme, la plupart des études ayant été réalisées sur des animaux. Leurs résultats sont donc à considérer avec précaution.

.

> Réduction des douleurs

Le CBD aurait des effets bénéfiques pour réduire les douleurs.

.

> Réduction des nausées et vomissements

Il y a peu d'informations dans la littérature scientifique sur ce sujet.
La réduction des nausées et des vomissements dues à un traitement (comme la chimiothérapie) a été observée avec le Sativex® (mélange de THC et de CBD). Mais le rôle joué par le CBD reste peu clair.

.

> Traitement de l'épilepsie

L'Epidiolex® est indiqué dans le traitement des convulsions de certaines formes d'épilepsie (syndrome de Lennox-Gastaut et syndrome de Dravet).

Il est également probable que l'on puisse démontrer l'efficacité du CBD dans d'autres formes d'épilepsie, mais actuellement, cela reste hypothétique faute d'études.

.

> Traitement ou prévention de certaines maladies chroniques et/ou neurodégénératives

L'efficacité du CBD pour prévenir ou traiter des maladies chroniques et/ou neurodégénératives est plus controversée.

Le CBD aurait des effets bénéfiques dans le traitement du cancer, d'Alzheimer, du diabète de type I et II, de Parkinson, de la chorée de Huntington (maladie neurodégénérative), de l'arthrite et d'autres troubles cérébraux ou inflammations.

Mais des études complémentaires sont nécessaires pour confirmer ou non ces premiers résultats.

.

> Effets antidépresseurs

Sur ce sujet, les études sont contradictoires. Des études complémentaires sont donc nécessaires.

.

> Schizophrénie

Une certaine efficacité a été observée dans le traitement des patients souffrant de schizophrénie, notamment en diminuant les symptômes associés à la maladie (hallucinations, délire, agitation, troubles cognitifs et psychomoteurs).

.

> Traitement des addictions

Le CBD semble être utile pour l'aide à l'arrêt de substances, mais il existe encore trop peu d'études sur ce sujet pour tirer des conclusions claires.

Chez les personnes dépendantes aux stimulants, au cannabis, au tabac, à l'alcool ou aux opioïdes, la prise de CBD pourrait entraîner une diminution de la consommation. Ses effets anxiolytiques diminueraient le stress et l'anxiété liés au manque.

.

> Réduction du stress, de l'anxiété, et des troubles du sommeil

Certaines études ont montré que le CBD peut être efficace dans la diminution de l'anxiété et des troubles du sommeil, mais d'autres études contredisent ces résultats. Des études complémentaires sont donc nécessaires.

.

> Effet placebo

Chez certains usagers de produits à base de CBD, il est possible que les effets ressentis soient liés à un effet placebo.

Chez ces personnes, et plus généralement chez les usagers qui veulent s'occuper de leur santé ou agir activement contre la maladie ou ses symptômes, le bilan de leur usage de CBD peut ainsi être positif.

.

Durée des effets :

Ingéré : Les effets apparaissent en différé, jusqu'à 1 heure après l'ingestion.

Ils sont moins intenses qu'avec les autres modes de consommation mais ils durent plus longtemps, en moyenne entre 3 et 6 heures.

En sublingual : Les effets apparaissent en 5 à 20 minutes. La durée d'action est de 2 à 3 heures.

Fumé : Les effets apparaissent en 5 à 15 minutes. La durée d'action est en moyenne de 1 à 2 heures.

Vaporisé : La vapeur est aspirée en une fois et procure un effet immédiat. La durée d'action est de 2 à 3 heures.

EFFETS SECONDAIRES

Les effets secondaires du CBD restent encore peu étudiés.

En l’état actuel des connaissances, les effets secondaires du CBD observés sont :

- sédation, somnolence
- fatigue
- diarrhées
- nausées, vomissements
- modifications de l’appétit et du poids
- fièvre

Dans certains cas très rares, certaines personnes peuvent ressentir les effets indésirables suivants :

- état de confusion
- étourdissements
- chute de tension artérielle

RISQUES ET COMPLICATIONS

Les risques liés à l’usage de CBD sont encore mal connus car peu étudiés.

En l’état actuel des connaissances, voici les principaux risques observés :

- **Le CBD peut être toxique pour le foie**
- **Le CBD peut entraîner des interactions graves avec certains médicaments (voir le paragraphe interactions)**

Pour les produits à base de CBD vendus sur internet, il faut ajouter les risques suivants :

- La qualité et la sécurité des médicaments à base de CBD vendus hors du circuit légal n’est pas garantie et expose à des risques graves.
- Les teneurs en THC annoncées dans les produits à base de CBD ne sont pas toujours fiables.
- La pureté des produits à base de CBD n’est pas garantie (présence d’autres molécules…).
- Les taux de CBD annoncés ne sont pas garantis.

Interactions

> LE CBD PRIS AVEC DES MEDICAMENTS PEUT MODIFIER LA CONCENTRATION DE CES MEDICAMENTS

Il est donc important d’éviter toute automédication par le CBD lorsqu’on est sous traitement médicamenteux.

.

• CBD et médicaments contre l’épilepsie (clobazam, acide valproïque)

La consommation de CBD et de clobazam multiplie par trois les concentrations de clobazam, ce qui peut entraîner un surdosage avec risque de somnolence, voire un coma.

La consommation de CBD et d’acide valproïque peut être toxique pour le foie.

.

• CBD et immunosuppresseur (tacrolimus)

L’utilisation conjointe de tacrolimus (immunosuppresseur utilisé chez les personnes ayant subi une greffe) et de CBD peut entrainer une augmentation de la toxicité du tacrolimus.

.

• CBD et anticoagulant (warfarine, Coumadine®)

Le CBD pris lors d’un traitement à la warfarine (Coumadine®) peut fausser les dosages d’anticoagulant.

> LES CONCENTRATIONS DE CBD PEUVENT ETRE AUGMENTEES PAR DES MEDICAMENTS

Lorsque le CBD est pris en association avec certains médicaments (voir la liste ci-dessous), **les taux de CBD dans l’organisme peuvent augmenter et entraîner des effets indésirables : somnolence, élévation des transaminases.**

- **Antifongique (Kétoconazole®, Ketoderm®, Nizoral®)**
- **Antibiotiques macrolides (azithromycine, clarithromycine, Josacine®, Zeclar®, Zithromax®, Egéry®, Rulid®…)**
- **Vérapamil® (vasodilatateur)**
- **Méthadone**

Surdosage

La surdose de CBD n’entraîne pas de risque grave. Elle se traduit par une sensation d’engourdissement et de raideur musculaire.

DEPENDANCE

En l’état actuel des connaissances, le CBD ne semble pas avoir de potentiel addictogène, et il n’entraîne pas de tolérance, même à forte dose.

GROSSESSE

Les risques de la consommation de cannabidiol durant la grossesse sont encore peu connus. Aussi par précaution et comme pour le cannabis, il est déconseillé de consommer du CBD durant la grossesse.

CONSEILS DE REDUCTION DES RISQUES

- Eviter de prendre du CBD lorsque l’on prend un traitement médical. Il existe des risques d’interactions graves.
- CBD vendu hors cadre légal : Il est impossible d’avoir des garanties pour savoir si les dosages sont conformes à ce qui est annoncé sur le site de vente ou sur l’emballage (taux de CBD, taux de THC, molécules présentes...)

- Préférer la vaporisation au joint : Le produit n’étant pas exposé à une flamme, il n’y a pas de combustion. La fumée qui émane de la vaporisation ne contient aucun produit toxique et ne présente donc pas de risque pour le système respiratoire, contrairement au joint.
- Lorsque l’on vapote du CBD, il est important de choisir des e-liquides de qualité, auprès de fabricants qui garantissent une haute pureté en CBD et l'absence de THC ou d’autres substances dans leurs liquides.