



Si vous fumez du cannabis, comment savoir si vous êtes « accro » ?

Les questions suivantes permettent d'évaluer le niveau des risques liés à la consommation de cannabis.

Au cours des 12 derniers mois,

- | | | | | |
|--|--------------------------|-----|--------------------------|-----|
| 1 – Avez-vous déjà fumé du cannabis le matin, avant midi | <input type="checkbox"/> | OUI | <input type="checkbox"/> | NON |
| 2 – Avez-vous déjà fumé du cannabis lorsque vous êtes seul(e) ? | <input type="checkbox"/> | OUI | <input type="checkbox"/> | NON |
| 3 – Avez-vous déjà eu des problèmes de mémoire quand vous fumez du cannabis ? | <input type="checkbox"/> | OUI | <input type="checkbox"/> | NON |
| 4 – Des amis ou des membres de votre famille vous ont-ils déjà dit que vous devriez réduire votre consommation de cannabis ? | <input type="checkbox"/> | OUI | <input type="checkbox"/> | NON |
| 5 – Avez-vous déjà essayé de réduire votre consommation de cannabis sans y arriver ? | <input type="checkbox"/> | OUI | <input type="checkbox"/> | NON |
| 6 – Avez-vous déjà eu des problèmes à cause de votre consommation de cannabis (dispute, bagarre, accident, mauvais résultat au travail...) ? | <input type="checkbox"/> | OUI | <input type="checkbox"/> | NON |

Comptez le nombre de réponses positives. Si vous avez 2 réponses positives, il faut vous interroger sérieusement sur les conséquences de votre consommation. Si vous avez 3 réponses positives ou davantage, le Doc vous recommande de demander de l'aide, par exemple auprès de votre médecin traitant.

Source : Repérage précoce de l'usage nocif de cannabis. Repère pour votre pratique, INPES, juillet 2006



Le Doc du doc

Cannabis

Les effets de la consommation de cannabis varient d'une personne à l'autre selon les quantités consommées. Comme toutes les substances qui modifient le fonctionnement du cerveau, le cannabis peut avoir des effets nocifs et provoquer notamment des baisses momentanées ou durables de la mémoire, l'attention, la concentration et la vigilance, révélées en général par une baisse des performances professionnelles ou scolaires.

Une intoxication aigüe peut survenir en cas de surdosage ou de consommation dans des conditions fragilisantes (angoisse préalable, contexte insécurisant). Elle provoque des tremblements, des sueurs froides, des nausées, des vomissements, un état d'hypervigilance anxieuse et un intense sentiment d'angoisse momentanée (« bad trip ») ou plus durable (« parano »). Parfois même, l'apparition d'un état délirant peut nécessiter une hospitalisation. Ces effets nocifs sont plus fréquents et plus graves en cas d'association avec une consommation d'alcool ou de produits qui augmentent l'ivresse.

Sources : Repérage précoce de l'usage nocif de cannabis. INPES. Juillet 2006 et <http://www.droques.gouv.fr> (MILD T)

Météo antibio

Risques

- Grippe en hausse
- Bronchiolite très faible
- Inf respiratoire faible
- Gastro-entérite faible
- allergies pollens moyen

Source : <http://www.grog.org>
et <http://www.pollens.fr>

Où en est la pandémie de grippe ?

Depuis l'annonce par l'OMS le 11 juin dernier du début de la pandémie grippale, des vagues épidémiques sont apparues dans plusieurs pays de l'hémisphère nord (USA, Canada, Angleterre, Espagne...) et de l'hémisphère sud (Australie et Argentine notamment). Les données transmises par les réseaux de veille sanitaire aux Autorités nationales et à l'OMS montrent que :

- pour l'instant, parmi les personnes touchées par le nouveau virus grippal, le nombre des décès reste faible (moins de 1 pour 1000) ;
- dans les pays de l'hémisphère sud, le nouveau virus grippal circule en même temps que les virus de la grippe saisonnière ;
- les virus grippaux sont sensibles aux antiviraux (les cas de résistance sont très peu nombreux) ;
- les foyers épidémiques peuvent apparaître même pendant les périodes chaudes.

En pratique, il se peut qu'une première vague épidémique touche la France cet été ou au début de l'automne ; les Autorités sanitaires sont entrain de mobiliser les « médecins de ville » pour qu'ils soient prêts à intervenir.

Sources : InVS, CDC, ECDC, OMS, Réseau des GROG, Open Rome.