

Réflexions sur l'expérience des vétérans et de leur famille en relation avec le cannabis et la santé mentale

SÉRIE DE DIALOGUES VIRTUELS
Sommaire

CONTEXTE

En 2022, plus de 18 000 vétérans ont présenté des réclamations dans le cadre de la politique de remboursement du cannabis à des fins médicales d'Anciens Combattants Canada (ACC)¹. D'ici 2026, ACC prévoit que ces remboursements s'élèveront chaque année à plus de 300 millions de dollars². Cependant, bien que le cannabis soit autorisé dans le traitement de divers troubles médicaux, la recherche scientifique n'a pas fini d'examiner ses utilisations et son éventuel rôle en matière de soins de santé mentale.

Malgré l'intérêt marqué que suscite la corrélation entre la consommation de cannabis et la santé mentale au sein de la communauté des vétérans et de leur famille, les recherches publiées sur le sujet au Canada sont peu nombreuses, et encore plus rares sont celles qui portent expressément sur la réalité des vétérans.

En mai et juin 2022, l'Institut Atlas pour les vétérans et leur famille (Institut Atlas) en collaboration avec la Commission de la santé mentale du Canada (CSMC) ont organisé une série de quatre discussions sur la consommation de cannabis et la santé mentale qui réunissaient des vétérans, des membres de leur famille et des intervenants de premier plan de cette communauté, dont des fournisseurs de services et des chercheurs universitaires. La série de dialogues virtuels visait à sonder les intervenants quant aux besoins particuliers des vétérans et des membres de leur famille, afin de cerner les principales lacunes dans les connaissances et de déterminer les priorités de recherche dans ce domaine.

Nous vous invitons à consulter le [rapport complet](#) pour connaître l'ensemble des perspectives et des expériences, lesquelles mettent en relief la complexité du sujet. Bien qu'il y ait encore fort à faire, nous espérons que ce rapport contribuera à orienter les possibilités de recherche et d'apprentissage pour l'avenir.



Les vétérans ne constituent pas un groupe homogène. Il est important, lors du recrutement, de faire appel à tout le spectre des vétérans, et pas uniquement à ceux qui se mettent de l'avant. Nous ne pouvons pas nous limiter à une seule perspective, et un seul vétéran ne peut pas parler au nom de tous ses pairs. En tant que chercheurs, nous devons nous assurer de refléter cette hétérogénéité dans nos études. >>

— Un chercheur

1 Anciens Combattants Canada, *Cannabis à des fins médicales*, 2022. <https://www.veterans.gc.ca/fra/about-vac/research/research-directorate/publications/reports/cmp>

2 Anciens Combattants Canada, *Vérification des prestations pour soins de santé - Cannabis à des fins médicales*, 2022. <https://www.veterans.gc.ca/fra/about-vac/publications-reports/reports/departamental-audit-evaluation/2022-audit-cannabis-for-medical-purposes>

CE QUE NOUS AVONS APPRIS

Au cours des quatre séances tenues en compagnie de vétérans, de membres de leur famille, de fournisseurs de services et de chercheurs, nous avons relevé sept thèmes récurrents :

1. On dispose de trop peu d'information sur la consommation de cannabis et la santé mentale chez les vétérans du Canada.

Les participants des quatre groupes ont décrit une multitude de bienfaits liés à la consommation de cannabis au regard de la santé mentale des vétérans (d'après leur expérience vécue); toutefois, on manque de renseignements facilement accessibles et fiables sur les risques et les bénéfices potentiels du cannabis, de même que sur les différentes variétés et les dosages recommandés. Bien que l'expertise issue du vécu des gens soit essentielle à la compréhension des bienfaits du cannabis, la communauté est en quête de travaux de recherche plus crédibles et mieux adaptés à la réalité des vétérans canadiens.

2. Des recherches plus poussées sont requises pour déterminer l'efficacité du cannabis dans le traitement des problèmes de santé mentale.

La plupart des participants de la communauté des vétérans considèrent le cannabis comme une méthode efficace pour traiter les symptômes d'anxiété, le SSPT, la douleur chronique, la régulation de l'humeur, la gestion de la colère et les troubles du sommeil. Cependant, il reste à approfondir les questions relatives à l'innocuité, au coût et à l'efficacité de son usage dans le traitement des problèmes de santé mentale.

3. Les professionnels de la santé intervenant auprès des vétérans doivent être mieux formés en ce qui concerne la consommation de cannabis et la santé mentale.

Dans le meilleur des cas, l'éducation sur le cannabis se ferait par l'intermédiaire d'un professionnel de la santé ou d'un médecin et tiendrait compte des antécédents médicaux du patient. Or, les participants ont noté un certain flou dans les conseils qu'ils recevaient des professionnels de la santé, attribuable à ce qui est perçu comme un manque de formation. En effet, de nombreux vétérans ont découvert les options en matière de consommation de cannabis grâce à leurs pairs et à leurs expériences individuelles.

4. L'usage du cannabis par les vétérans continue de faire l'objet d'une forte stigmatisation.

Certains participants qui sont des vétérans ont évoqué leur hésitation à divulguer leur consommation de cannabis à leur famille, à leurs amis et aux professionnels de la santé par crainte du rejet et du jugement. Bon nombre d'entre eux ont mentionné les niveaux de stigmatisation auxquels sont confrontés les vétérans, qui se sentent jugés en raison de leurs problèmes de santé mentale et de leur consommation de cannabis. Certains chercheurs ont indiqué que les études portant sur les effets positifs du cannabis se heurtaient à des obstacles supplémentaires au moment d'obtenir du financement et de promouvoir leurs résultats.

5. Les vétérans requièrent de plus amples renseignements sur la façon dont le cannabis fonctionne et interagit avec d'autres substances.

Dans le but d'assurer l'utilisation sécuritaire du cannabis chez les vétérans, les participants ont indiqué qu'ils avaient besoin de plus d'information sur les différents cannabinoïdes ainsi que sur les effets des mélanges de cannabis avec d'autres médicaments ou substances. Il faudrait une meilleure maîtrise des effets intoxicants potentiels de certaines variétés de cannabis et de leur interaction avec des médicaments d'ordonnance ou d'autres produits en vente libre.

6. Il est nécessaire de mener des recherches indépendantes et participatives sur le cannabis et la santé mentale.

Dans toutes les séances, les participants ont souligné le besoin d'études indépendantes sur le cannabis et l'incidence de celui-ci sur la santé mentale des vétérans. Plusieurs d'entre eux ne font pas confiance aux études financées par les industries pharmaceutiques ou productrices de cannabis. Les participants ont également insisté sur l'importance de la recherche participative, laquelle favorise la participation et l'engagement des vétérans et des familles tout au long du processus, afin de bien cerner leurs besoins et de mieux y répondre.

7. Il est essentiel de représenter les diverses perspectives des vétérans.

Les participants ont insisté sur le fait que les vétérans canadiens ne forment pas un groupe homogène. Bien qu'une représentation diversifiée puisse se révéler ardue, il convient d'accorder la priorité, dans toute discussion ou étude, à la prise en compte de multiples points de vue et à leur représentation dans les connaissances, les ressources et les actions générées. Ces perspectives regroupent celles des femmes, des francophones, des Autochtones, des personnes racialisées, de la communauté 2SLGBTQ+ ainsi que des vétérans et des membres de leur famille d'origine africaine, caribéenne et noir.



Qui a participé à la série de dialogues?

Nous tenons à remercier les participants qui ont pris le temps de partager leurs points de vue et leur expérience vécue avec nous et qui ont fait preuve de courage et de vulnérabilité.

Au total, 32 participants ont contribué aux quatre séances de discussion :

- » **Séance n° 1** : Vétérans
- » **Séance n° 2** : Membres de familles des vétérans
- » **Séance n° 3** : Fournisseurs de services
- » **Séance n° 4** : Chercheurs

Bien que la CSMC et l'Institut Atlas aient fait des efforts pour assurer une représentation équitable parmi leurs participants des quatre coins du pays, comme nous l'avons mentionné précédemment, leurs perspectives ne reflètent pas toute la diversité des vétérans, des membres de leur famille, des fournisseurs de services et des chercheurs. En ce sens, nous insistons sur le fait que ce premier projet de définition de la portée comporte certaines limites en matière de perspectives. D'autres consultations seront nécessaires pour bien saisir l'étendue des besoins sur le plan des connaissances et des priorités de recherche parmi les vétérans et leur famille.

PRIORITÉS ET BESOINS EN MATIÈRE DE CONNAISSANCES



Les besoins en matière de connaissances

- » Répercussions positives et négatives résultant de l'usage récréatif et thérapeutique du cannabis
- » Interactions du cannabis avec d'autres substances, incluant les médicaments d'ordonnance
- » Méthodes utilisées pour consommer du cannabis et implications de la méthode choisie
- » Données sur les variétés de cannabis et les différents cannabinoïdes (THC, CBD)
- » Nuances relatives à l'efficacité (pour qui, à quel moment dans quel contexte)
- » Démarches pour obtenir du cannabis thérapeutique en cas de problèmes de santé mentale et autres troubles connexes
- » Variabilité de l'interaction entre les variétés ou les types de cannabis et les problèmes de santé mentale – notamment le SSPT, les troubles du sommeil, la dépression et l'usage de substances



Les priorités de recherche

- » Recherche intégrant les différentes perspectives et observations des vétérans et des membres de leurs familles
- » Recherche participative faisant appel à une diversité de vétérans et de familles
- » Efficacité et innocuité du cannabis pour traiter les problèmes de santé mentale, le SSPT, les troubles du sommeil et la douleur chronique
- » Analyses des dosages et des habitudes de consommation
- » Examen approfondi des bienfaits et des méfaits potentiels
- » Usage de cannabis et affaiblissement des facultés
- » Possibilité de remplacer ou de réduire la consommation de médicaments d'ordonnance par le recours au cannabis
- » Évolution de la tolérance au cannabis au fil du temps et implications de ces changements

PROCHAINES ÉTAPES

Les besoins en santé mentale chez les vétérans et leur famille sont complexes. Nous espérons que le savoir expérientiel passé et présent communiqué par les vétérans, les familles de vétérans, les fournisseurs de services et les chercheurs permettra de combler le fossé des connaissances qui subsiste et de déterminer où investir pour les recherches à venir, et ce, afin de mettre au point des ressources et des outils bien ciblés qui répondront aux besoins des vétérans et de leur famille. Les participants estiment que les considérations suivantes sont essentielles pour remédier aux lacunes dans la recherche et les connaissances :

1. D'après l'expérience actuelle de la communauté des vétérans et de leur famille, le cannabis présente un grand potentiel pour remplacer ou réduire la prise de certains médicaments d'ordonnance et traiter des problèmes de santé mentale et des maladies mentales, mais il faudrait entreprendre davantage de recherches à ce sujet.

Pour remédier au manque d'information et de ressources fondées sur des données probantes disponibles pour les vétérans et les familles, il faudra mener de nouvelles recherches impartiales et objectives. Pour ce faire, il conviendra de recourir à une variété de méthodes de recherche, dont des essais cliniques et des recherches participatives qui sollicitent de façon concrète la participation des vétérans et de leur famille.

2. Les professionnels de la santé doivent être mieux renseignés afin de pouvoir conseiller et soutenir adéquatement les vétérans.

En vue de répondre aux besoins d'information des praticiens (ainsi que des vétérans et des membres de leur famille), il est nécessaire de les doter de lignes directrices concernant la spécificité du dosage et des variétés de cannabis, ainsi que son efficacité, ses liens d'interdépendance et son innocuité. De plus, les répercussions à long terme de la consommation de cannabis, qu'il s'agisse de ses effets secondaires indésirables ou de ses effets positifs sur la santé mentale, doivent être rigoureusement étudiées.

Bien que cette série de dialogues virtuels ait contribué à mettre en lumière certaines priorités, il reste encore beaucoup à faire. Nous exhortons les gouvernements, les décideurs et les organismes de financement à prêter une attention particulière aux priorités énoncées dans le présent rapport. Nous espérons également que les témoignages qui ont été si généreusement partagés donneront lieu à de nouvelles recherches sur le cannabis et sa relation avec la santé mentale – non seulement pour les individus, mais aussi pour l'ensemble de la communauté des vétérans et de leur famille.

La CSMC et l'Institut Atlas ont à cœur de partager les plus récentes données probantes sur le cannabis et la santé

3. La recherche doit refléter la complexité et la diversité de la communauté des vétérans et de leur famille.

Il est nécessaire que la recherche prenne en compte la diversité de la communauté des vétérans et englobe un plus grand éventail de perspectives et de vécus chez les membres de la famille des vétérans.

4. Un soutien accru donnera lieu à des recherches de plus grande qualité.

Il faut renforcer les structures de soutien et les appuis financiers de la recherche sur le cannabis et la santé mentale, et ce, indépendamment de l'industrie du cannabis et des groupes d'intérêt.



mentale. En partenariat avec ACC, la CSMC appuie une série de projets de recherche sur le sujet, dont six sont consacrés aux vétérans. De son côté, l'Institut Atlas entend poursuivre son engagement auprès des vétérans et leur famille et compte bien mettre au point et diffuser des produits du savoir qui permettront de répondre aux besoins exprimés par cette communauté.

Pour en savoir plus sur la série de dialogues, consultez le [rapport complet](#).