

CANNABIS

Information for Teenagers

Side Effects of Cannabis

Cannabis gives more than a “high!” There are many unpleasant side effects that occur with the use of cannabis.

⇒ Possible short-term effects:

- Sleepiness and drowsiness
- Nausea and vomiting
- Impairs memory, attention, and ability to learn
- Feelings of anxiety, paranoia and fear
- Risk of experiencing a psychotic episode (paranoia, delusions, and hallucinations)

⇒ Potential long-term impacts:

- Can impact intelligence, memory, attention, and the ability to learn and make decisions.
 - These changes may not be reversible even if cannabis use is stopped.
- May increase the likelihood of experiencing anxiety, depression and psychosis.
- Regular smoking of cannabis can damage the lungs.

References

[Government of Canada. \(2019\). Cannabis in Canada: Get the facts.](#)

[Health Canada \(2018a\). Is cannabis safe to use? Facts for youth aged 13–17 years.](#)

[Health Canada. \(2018b\). Consumer information – Cannabis.](#)

**It is illegal to drive under the influence of cannabis!
Even a small amount of cannabis can impair the ability to drive safely.**

How to Protect Siblings and Young Children

Younger children may unintentionally consume cannabis especially if it looks like candies or sweets. The effects of consuming even a small amount of cannabis can have **severe consequences** for a child.

You can **protect** siblings and younger children:

- Clean up all cannabis products after every use.
- Keep cannabis in child-resistant packaging.
- Store cannabis products in a safe and locked location, and far out of reach of children.

- Tell guests who may have cannabis to keep their products far away from children.
- Make sure that you do not have cannabis products while babysitting siblings or other children.
- Do not smoke where children are present.

References

[Children's Hospital Colorado. \(2019\). Marijuana safety in the home.](#)

[Grant, C. N., & Bélanger, R. E. \(2017\). Cannabis and Canada's children and youth. *Paediatrics & Child Health*, 22\(2\), 98–102.](#)

[Health Canada \(2018a\). Is cannabis safe to use? Facts for youth aged 13–17 years.](#)

[Health Canada. \(2018b\). Consumer information – Cannabis.](#)

Seek immediate medical help if you suspect that a child has unintentionally consumed cannabis.

⇒ **Call Info-Santé at 8-1-1 to speak with a nurse.**

⇒ **Call the Poison Control Centre:
1-800-463-5060**

⇒ **Call 9-1-1 if child or adult has difficulty breathing or appears unwell.**

Be alert to signs that your teenager may be using cannabis. You may notice:

- Increases or decreases in appetite.
- Loss of interest in school, friends, or past activities.
- Changes in sleeping patterns.
- Changes in mood and behavior (e.g. aggression, inappropriate laughing, increasing isolation, secretive behavior).
- Physical changes (e.g. sniffing, red eyes, dry mouth)

The presence of one or more of these signs does **not** necessarily mean that your teenager is experimenting with cannabis. Talk (and listen) to your teenager if you have questions or concerns.

References

[Gouvernement du Québec. \(2018\). Do you speak cannabis?](#)

For more information on Trauma and Injury Prevention:

www.thechildren.com/trauma

CANNABIS

Information pour les Adolescents

Effets Secondaires

Le cannabis donne plus qu'un effet d'euphorie! Il y a plusieurs effets secondaires désagréables avec son usage.

⇒ Effets secondaires possibles à court terme :

- Envie de dormir et somnolence
- Nausées et vomissements
- Altère la mémoire, l'attention et la capacité d'apprendre
- Sentiments d'anxiété, de paranoïa et de peur
- Risque de vivre un épisode psychotique (paranoïa, délire et hallucinations)

⇒ Effets secondaires possibles à long terme :

- Peut avoir l'impact sur l'intelligence, la mémoire, l'attention ainsi que la capacité d'apprendre et de prendre des décisions.
 - Ces changements peuvent être irréversibles même si l'usage du cannabis est arrêté.
- Une possible augmentation du risque de développer de l'anxiété, des problèmes dépressifs et des psychoses. .
- Fumer du cannabis peut endommager les poumons.

References

Gouvernement of Canada. (2019). Le cannabis au Canada

Santé Canada (2018a). La consommation de cannabis est-elle sécuritaire? Les faits pour les jeunes de 13 à 17 ans.

Santé Canada. (2018b). Renseignements pour le consommateur — Cannabis.

Il est illégal de conduire sous l'effet du cannabis! Même une petite quantité de cannabis peut rendre la conduite non sécuritaire.

Comment protéger votre fratrie et les jeunes enfants

Les jeunes enfants peuvent involontairement consommer du cannabis si celui-ci ressemble à des bonbons ou sucreries. La consommation, même minime, peut avoir des **conséquences graves** chez les enfants.

Vous pouvez les protéger :

- Bien nettoyer après l'usage de produits du cannabis.
- Conserver le cannabis dans un emballage à l'épreuve des enfants.
- Conserver les produits du cannabis dans un endroit sécuritaire et barré, hors de la portée des enfants.

- Avertir vos invités de garder leurs produits loin des enfants.
- Assurez-vous de ne pas avoir des produits du cannabis pendant que vous garder votre fratrie ou autres enfants.
- Ne pas fumer en présence d'enfants.

References

Children's Hospital Colorado. (2019b). Marijuana safety in the home [La sécurité de la marijuana à la maison]

*Grant, C. N., & Bélanger, R. E. (2017). Le cannabis et les enfants et adolescents canadiens. *Paediatrics & Child Health*, 22(2), 98–102.*

Santé Canada (2018a). La consommation de cannabis est-elle sécuritaire? Les faits pour les jeunes de 13 à 17 ans.

Santé Canada. (2018b). Renseignements pour le consommateur — Cannabis.

Demander une aide médicale immédiate si vous soupçonner qu'un enfant a consommé Involontairement du cannabis.

- ⇒ **Composer le 811 pour parler à une infirmière**
- ⇒ **Appeler le Centre Antipoison du Québec au 1-800-463-5060**
- ⇒ **Appeler le 911 si la personne a de la difficulté à respirer ou semble malade.**

Un mot pour les parents... Soyez attentif aux signes indiquant que votre adolescent pourrait consommer du cannabis. Vous remarquerez peut-être:

- Changements dans l'appétit
- Perte d'intérêt pour l'école, les amis ou les activités
- Changements dans les habitudes de sommeil
- Changements d'humeur et de comportement (agressivité, rire inapproprié, isolation, comportement fuyant)
- Changements physiques (renflement, yeux rougis, bouche sèche)

La présence d'un ou plusieurs de ces signes n'indique **pas** nécessairement que votre adolescent expérimente avec le cannabis. Parler (et écouter) votre adolescent si vous avez des questions ou inquiétudes.

References

Gouvernement du Québec. (2018). Parlez-vous cannabis?

Pour plus de renseignements sur la Traumatologie et la prévention des blessures:

www.hopitalpourenfants.com/traumatologie