



ADDICTION | SUISSE

Lausanne, janvier 2019
Rapport de recherche N° 97

Cannabidiol (CBD) : analyse de situation

Frank Zobel, Luca Notari, Eva Schneider, Ocyna Rudmann

Ce projet a été financé par l'Office Fédéral de la Santé Publique (Contrat No 17.013564)

PRÉVENTION | AIDE | RECHERCHE

Remerciements

Nos sincères remerciements vont tout d'abord à toutes celles et ceux qui ont accepté de répondre à nos questions lors de l'enquête en ligne. Parmi les personnes qui nous ont aidé à réaliser ce projet, nous tenons aussi à remercier : M. Robin Udrisard, doctorant à l'école des sciences criminelles de l'UNIL, ainsi que MM. Florian Labhart et Hervé Kuendig (Addiction Suisse), qui nous ont tous trois aidé pour l'enquête en ligne ; M. Cédric Heeb, de l'association CI Chanvre/IG Hanf, nous a permis, avec le soutien des membres de l'association, de recruter le second échantillon ; Les Doctoresses Barbara Broers (HUG) et Catherine Ritter (OFSP) nous ont aidé dans la récolte de la littérature et ont eu la gentillesse de relire certaines parties du rapport ; Christiane Gmel (Addiction Suisse) s'est occupée de la mise en page finale du rapport ; enfin, Marc Marthaler de l'OFSP nous a confié cette étude et nous a offert son soutien durant sa mise en œuvre.

Impressum

Compléments d'information:	Frank Zobel, Addiction Suisse, tél. ++41 (0)21 321 29 60, fzobel@addictionsuisse.ch
Réalisation:	Frank Zobel, Luca Notari, Eva Schneider, Ocyna Rudmann
Diffusion:	Addiction Suisse, case postale 870, 1001 Lausanne, tél. ++41 (0)21 321 29 46, fax ++41 (0)21 321 29 40
Numéro de commande:	Rapport de recherche N° 97
Graphisme/mise en page:	Addiction Suisse
Copyright:	© Addiction Suisse Lausanne 2019
ISBN:	978-2-88183-233-8
Citation recommandée:	Zobel.F, Notari, L, Schneider E & Rudman, O. (2019). Cannabidiol (CBD): analyse de situation. Addiction Suisse: rapport de recherche N° 97

Table des matières

Liste des tableaux	III
Liste des graphiques.....	IV
1 Introduction.....	9
2 Méthode.....	10
3 Brève analyse de la littérature sur les effets du Cannabidiol (CBD)	12
3.1 Méthode	12
3.2 Usages du CBD et effets	13
3.3 Pourquoi prendre du CBD?	14
3.3.1 <i>Amélioration de la qualité de vie/réduction de certains symptômes dans le domaine somatique.....</i>	<i>15</i>
3.3.2 <i>Amélioration de la qualité de vie/réduction de certains symptômes dans le domaine psychique</i>	<i>16</i>
3.3.3 <i>Traitement/prévention de maladies chroniques et neurodégénératives, renforcement du système immunitaire</i>	<i>16</i>
3.3.4 <i>Traitement de troubles neurologiques diagnostiqués.....</i>	<i>16</i>
3.3.5 <i>Autres.....</i>	<i>16</i>
3.4 Que sait-on de ces effets à ce jour?	17
3.5 Le CBD peut-il améliorer la qualité de vie ou réduire certains symptômes dans le domaine somatique ?.....	17
3.5.1 <i>Le CBD peut-il traiter certains troubles neurologiques diagnostiqués ?</i>	<i>17</i>
3.5.2 <i>Le CBD peut-il traiter ou prévenir certaines maladies chroniques et/ou neurodégénératives, voire renforcer le système immunitaire ?.....</i>	<i>18</i>
3.5.3 <i>Le CBD peut-il améliorer la qualité de vie ou réduire certains symptômes dans le domaine psychique ?.....</i>	<i>18</i>
3.5.4 <i>Le CBD a-t-il encore d'autres effets ?.....</i>	<i>19</i>
3.6 Le CBD a-t-il les effets qu'on lui attribue?	19
3.7 Quelles conséquences pour les personnes qui achètent du CBD?	20
4 La vente de produits contenant du CBD en Suisse.....	21
4.1 Méthode	21
4.2 Types de sites répertoriés	21

4.3	Information sur les sites.....	22
4.4	Les produits proposés à la vente	22
4.5	Lieu de production et diversité des marques des produits contenant du CBD.....	24
4.6	Synthèse	25
5	Qui sont les usagers de CBD.....	26
5.1	Recrutement des répondants	26
5.2	Description des échantillons	28
5.2.1	<i>A retenir sur l'échantillon des répondants.....</i>	<i>32</i>
5.3	Initiation à la consommation de CBD.....	33
5.3.1	<i>A retenir sur la première consommation.....</i>	<i>38</i>
5.4	Focus sur les consommateurs actuels.....	39
5.4.1	<i>A retenir sur les consommateurs actuels de CBD</i>	<i>46</i>
5.5	Une typologie des usagers de CBD ?	47
6	Synthèse	50
	Bibliographie.....	54

Liste des tableaux

Table 1 :	Caractéristiques des deux échantillons	28
Table 2 :	Consommation de CBD durant la vie et actuelle dans les deux échantillons.....	29
Table 3 :	Autres consommations actuelles chez les consommateurs actuels (30 derniers jours) de CBD	30
Table 4 :	Maladies diagnostiquées par un médecin selon les consommateurs actuels (30 derniers jours) de CBD	31
Table 5 :	Motifs de la première consommation (plusieurs réponses possibles), regroupés en quatre catégories et par ordre d'importance de celles-ci (pour le premier échantillon)	33
Table 6 :	Motifs de la première consommation pour raisons de bien-être et santé (plusieurs réponses possibles), regroupés en deux catégories et par ordre d'importance de celles-ci (pour le premier échantillon).....	34
Table 7 :	Evaluation des effets en général lors de la première consommation	35
Table 8 :	Produits (regroupés en catégories) utilisé lors de la première consommation (une seule réponse possible).....	36
Table 9 :	Mode et contexte de consommation lors de la première consommation (une seule réponse possible).....	37
Table 10 :	Obtention du produit lors de la première consommation regroupée en deux catégories et par ordre d'importance de celles-ci (pour le premier échantillon) ; une seule réponse possible	37
Table 11 :	Produits (regroupés en catégories) consommés durant les 30 derniers jours (plusieurs réponses possibles).....	39
Table 12 :	Fréquence de consommation durant les trente derniers jours et mode d'approvisionnement chez les usagers de Fleurs	40
Table 13 :	Fréquence de consommation et mode d'approvisionnement des usagers d'huile	41
Table 14 :	Comparaison des motifs (plusieurs réponses possibles) de la consommation actuelle et de la première consommation (entre parenthèses).....	42
Table 15 :	Comparaison des motifs de consommation pour raisons de bien-être et santé (plusieurs réponses possibles) de la consommation actuelle et de la première consommation (entre parenthèses)	43
Table 16 :	Principales catégories d'usagers identifiées.....	53

Liste des graphiques

- Graphique 1 : Evaluation de l'effet de la consommation de CBD durant le dernier mois sur différents aspects liés au bien-être et au sommeil (échantillons regroupés, N=985)..... 44
- Graphique 2 : Evaluation de l'effet de la consommation de CBD durant le dernier mois sur différents aspects liés à la santé et aux maladie (échantillons regroupés, N varie en fonction du nombre de personnes se sentant concernées par les questions) 45
- Graphique 3 : Evaluation de l'effet de la consommation de CBD durant le dernier mois sur la consommation d'autres substances (échantillons regroupés, N varie en fonction du nombre de personnes se sentant concernées par les questions) 46

Résumé

Cette étude constitue une première plongée dans l'univers du marché du CBD en Suisse et comporte trois volets : une brève revue des effets attribués à cette substance et des connaissances qui existent à ce sujet, une analyse de l'offre sur internet ainsi qu'une enquête en ligne auprès d'un échantillon d'utilisateurs de CBD.

Une brève analyse des connaissances existantes, basée sur des revues de littérature généralistes, montre que les recherches sur les effets du CBD avancent mais qu'elles restent encore assez limitées. Un bilan sommaire des connaissances actuelles, suggère que le CBD peut contribuer à la réduction des douleurs et de l'anxiété. La diminution des spasmes liés à la sclérose en plaque et des crises associées aux différentes formes d'épilepsie, constituent les champs dans lesquels la recherche médicale avance le plus à travers des essais cliniques. Pour le reste des effets attribués au CBD, la recherche ne fait souvent que commencer et il est bien difficile de confirmer ou d'infirmer leur existence et leur utilité pour la clinique. On ne connaît à l'heure actuelle pas de dangers importants en lien avec l'usage du CBD, à l'exception bien sûr de ceux liés à la combustion. Il peut en revanche y avoir des interactions avec certains médicaments.

Une analyse du contenu de 90 sites vendant des produits contenant du CBD en Suisse montre qu'ils s'adressent avant tout aux particuliers mais qu'il existe aussi de nombreux grossistes/fournisseurs. Un âge d'accès aux produits est mentionné sur près de trois-quarts des sites. Environ quatre shops sur dix ne mentionnent pas d'effets positifs du CBD sur la santé alors que les autres le font indirectement, par des renvois à des pages externes, ou directement sur leur site. Les sites proposent une grande variété de produits. Les fleurs (Marijuana) restent très nettement le produit phare et sont complétés par d'autres produits fumables (résine, joints pré-roulés, cigarettes au CBD, tabac à Shisha). Les liquides pour e-cigarettes sont proposés par plus d'un tiers des sites. Sinon, il faut remarquer la place importante des huiles – produit le plus souvent proposé après les fleurs – et des teintures contenant du CBD. On trouve aussi des produits alimentaires et cosmétiques contenant cette molécule. Il y a aussi de grandes différences dans les taux de CBD annoncés pour chaque type de produit, ce qui suggère une grande variété de concentrations dans les produits mais aussi de dosages de CBD chez les utilisateurs.

En recourant à des recrutements à l'aide de Facebook® et par l'intermédiaire de IG Hanf®, plus de 1'500 personnes vivant en Suisse et qui ont déclaré déjà avoir consommé au moins une fois du cannabis CBD ont pu être interrogées en ligne. Environ deux-tiers sont des consommateurs actuels (30 derniers jours) et près d'un tiers de ceux-ci consomme du CBD tous les jours. Une majorité des utilisateurs actuels consomme aussi du tabac/des e-cigarettes et/ou du cannabis illégal. Environ un tiers des répondants déclarent souffrir d'une maladie diagnostiquée par un médecin. Les maladies les plus fréquentes sont celles liées à la douleur (fibromyalgie, arthrite, rhumatismes, problèmes musculaires/articulaires) ainsi que la dépression.

Les utilisateurs actuels ont une évaluation positive des effets du CBD, particulièrement en lien avec le sommeil, le stress et le bien-être en général. Les avis sont plus mitigés pour l'effet du CBD sur les niveaux de concentration et d'énergie. S'agissant des effets sur les maladies et leurs symptômes, des avis très favorables sont donnés concernant les effets vis-à-vis des douleurs et inflammations, ainsi que sur les symptômes associés à l'anxiété et la dépression. Ces jugements rejoignent ceux d'une étude américaine auprès d'utilisateurs de CBD pour raisons médicales. Sinon, les opinions des répondants suisses restent positives pour l'effet sur des symptômes liés à une maladie diagnostiquée ou à d'autres troubles psychiques, mais elles sont nettement plus mitigées pour les symptômes dus à des traitements, les nausées et vomissements, les blessures et fractures, et l'acné.

L'effet de la consommation de CBD sur l'usage de cannabis illégal et de tabac/e-cigarettes est aussi jugé positivement puisqu'une majorité de répondants rapporte une réduction importante ou modérée de l'usage de ces produits, sans que l'on sache s'il s'agit d'un effet de remplacement ou s'il y a une diminution globale

des consommations avec l'usage de CBD. Il faut aussi rappeler que les prévalences de consommation de tabac/e-cigarettes et de cannabis illégal sont très élevées dans l'échantillon interrogé.

Une analyse permettant de dégager des profils-type d'usagers de CBD en a révélé cinq : un profil avec usage de CBD sous forme d'huile pour des raisons médicales et/ou de bien-être, comprenant plus de femmes et plus de personnes âgées, qui ne consomment pas de cannabis illégal à côté; un profil de personnes malades, consommant du cannabis illégal et du CBD sous forme de fleurs, avec une fréquence et des dépenses plus élevées ; un profil de personnes plutôt jeunes consommant du CBD en complément du cannabis illégal pour des motifs liés au bien-être (qui pourraient notamment concerner le stress et le sommeil) ; le profil de loin le plus fréquent parmi les personnes interrogées, qui sont des consommateurs de cannabis illégal plutôt jeunes qui modèrent/panachent cette consommation avec celle de CBD ; finalement, un profil de curieux qui consomme du cannabis illégal et s'intéresse aux effets que peut procurer le CBD.

Cette première géographie des usagers de CBD suggère un spectre allant de malades qui utilisent le CBD, seul ou en combinaison avec du cannabis illégal, pour se soigner, à des personnes souhaitant améliorer leur bien-être (réduire le stress, améliorer le sommeil) jusqu'à des usagers de cannabis illégal qui modèrent leur consommation avec du CBD.

Principales catégories d'usagers identifiés

	Maladie sans THC	Maladie avec THC	Bien-être	Alternative au THC	Sans motifs particuliers
Raison principale	Traiter des maladies	Traiter des maladies	Bien-être ou santé	Divers	Simple curiosité
Produit	Huile	Fleurs	Fleurs	Fleurs	Fleurs
Consommateurs de THC (30 derniers jours)	Très peu	Majorité	Majorité	Majorité	Majorité
Sexe (majorité)	Femmes	Hommes	Hommes	Hommes	Hommes
Maladies psychiques	env. 15%	33%	moins de 10%	moins de 10%	moins de 10%
Maladies physiques	env. 50%	env. 55%	moins de 10%	moins de 10%	moins de 10%
Age moyen	45	35	29	28	27
Budget mensuel (CHF)	79	132	74	87	33

Zusammenfassung

Diese Studie bildet das erstmalige Eintauchen in die Welt des CBD-Marktes in der Schweiz und beinhaltet drei Teile: Einen kurzen Überblick über die der Substanz zugeschriebenen Effekte und die diesbezüglichen Erkenntnisse, dann eine Analyse des Angebotes auf dem Internet sowie schliesslich eine Online-Umfrage bei einer Stichprobe von CBD-Konsumenten.

Eine kurze Analyse des bisherigen Wissensstandes mittels einer Literaturrecherche hat gezeigt, dass die Erforschung der Wirkung von CBD zwar vorankommt, aber noch sehr begrenzt ist. Ein grobes Fazit der aktuellen Kenntnisse legt nahe, dass CBD zur Linderung von Schmerzen und Angstzustände beiträgt. Die Verminderung von Spasmen bei Multipler Sklerose und bei Krisen im Zusammenhang mit Epilepsie sind die Bereiche in denen die klinische Forschung am schnellsten vorangekommen ist. Bezüglich anderen dem CBD zugeschriebenen Wirkungen steckt die Forschung oft noch in den Anfängen und es ist noch kaum möglich, eine Wirkung und ihren Nutzen für die klinische Praxis zu bestätigen oder zu entkräften. Zur Zeit sind keine grösseren Gefahren im Zusammenhang mit dem Gebrauch von CBD bekannt, abgesehen natürlich von den Risiken durch das Rauchen. CBD kann hingegen Wechselwirkungen mit gewissen Medikamenten zeigen.

Eine Inhaltsanalyse von 90 Schweizer Websites die CBD-haltige Produkte verkaufen zeigt, dass sie sich hauptsächlich an Privatpersonen richten, aber es gibt auch zahlreiche Grossisten und Zulieferer. Ein Mindestalter für den Kauf von Produkten ist auf rund drei Viertel der Websites vermerkt. Rund vier von zehn Shops erwähnen keine positiven Gesundheitswirkungen des CBD, während die anderen dies indirekt (über den Verweis auf externe Seiten) oder direkt auf ihrer Seite tun. Die analysierten Webseiten bieten eine grosse Palette von Produkten an. Blüten (Marijuana) stehen als Produkt klar im Vordergrund und werden ergänzt durch andere rauchbare Produkte (Harz, vorgerollte Joints, CBD-Zigaretten, Shishatabak). Mehr als ein Drittel der Websites bietet zudem Liquids für E-Zigaretten an. Einen wichtigen Platz nehmen auch die Öle ein, die nach den Blüten am zweithäufigsten angeboten werden, sowie die CBD-haltigen Tinkturen. Im Weiteren findet man CBD-haltige Lebensmittel und Kosmetika. Schliesslich bestehen grosse Unterschiede beim angegebenen CBD-Gehalt in den verschiedenen Produktkategorien, was grosse Differenzen im CBD-Gehalt der einzelnen Produkte und auch der Dosierungen bei den Konsumenten nahelegt.

Mittels Rekrutierungen über Facebook und durch die Vermittlung der IG Hanf konnten über 1500 in der Schweiz lebende Personen online befragt werden, die bereits mindestens ein Mal CBD-Cannabis konsumiert haben. Rund zwei Drittel unter ihnen konsumieren aktuell CBD (also in den letzten 30 Tagen), und fast ein Drittel der Letzteren konsumiert das Produkt jeden Tag. Die Mehrheit der aktuellen Konsumenten gebraucht auch Tabak resp. E-Zigaretten und illegalen Cannabis. Rund ein Drittel der Antwortenden geben an, dass sie an einer vom Arzt diagnostizierten Krankheit leiden. Die meistgenannten Krankheiten sind diejenigen, die mit Schmerzen verbunden sind (Fibromyalgie, Arthritis, Rheuma, Muskel- und Gelenkprobleme) oder eine Depression.

Die aktuellen Konsumenten bewerten die Wirkungen von CBD positiv, speziell bezüglich Schlaf, Stress und allgemeinem Wohlbefinden. Die Ansichten sind hingegen geteilt bezüglich der Konzentrationsfähigkeit und dem Energielevel. Was die Effekte auf Krankheiten und ihre Symptome angeht lässt sich folgendes feststellen: Die Meinungen sind sehr positiv bezüglich Schmerzen und Entzündungen sowie bezüglich Angst- und Depressionssymptomen. Dieselben Schlüsse hat bereits eine amerikanische Studie unter aus medizinischen Gründen CBD Konsumierenden ziehen können. Im Weiteren sind die Meinungen in der Schweizer Studie positiv bezüglich der Wirkungen auf die Symptome einer diagnostizierten Krankheit oder auf psychische Probleme, aber gemischter bezüglich Symptomen von medizinischen Behandlungen, Übelkeit und Erbrechen, Verletzungen und Brüche sowie Akne.

Die Wirkung des CBD-Konsums auf den Gebrauch von illegalem Cannabis und von Tabak respektive E-Zigaretten wird ebenfalls positiv bewertet : Eine Mehrheit der Antwortenden berichtet von einer leichten bis starken Reduktion des Konsums dieser Produkte. Allerdings bleibt unklar, ob es sich um eine Verlagerung des Konsums oder eine allgemeine Konsumreduktion mit Hilfe von CBD handelt. Es muss auch erwähnt werden, dass die Konsumprävalenz von Tabak resp. E-Zigaretten sowie illegalem Cannabis in der befragten Stichprobe sehr hoch ist.

Eine weitere Analyse ermöglichte es, fünf Typen-Profile von CBD-Konsumenten herauszukristallisieren. Beim ersten Profil handelt es sich mehrheitlich um Frauen und im Durchschnitt um ältere Menschen, die CBD zu medizinischen Zwecken oder zum Wohlbefinden in Form von Öl gebrauchen, und daneben kein illegales Cannabis konsumieren. Beim zweiten Profil handelt es sich um Menschen mit Krankheiten, die auch illegales Cannabis konsumieren. Sie nutzen CBD in Blütenform, in höherer Frequenz und mit einem grösseren Budget. Beim dritten Profil handelt es sich um eher junge Menschen, die CBD aus Gründen des Wohlbefindens ergänzend zum illegalen Cannabis konsumieren (wahrscheinlich gegen Stress und Schlaflosigkeit). Das vierte Profil ist das unter den Befragten weitaus am Häufigsten vorkommende : Es handelt sich um eher junge Konsumenten von illegalem Cannabis, die diesen Konsum mit CBD mischen und vermindern. Schliesslich existiert ein fünftes Profil von Neugierigen, die illegales Cannabis konsumieren und die sich für die Wirkungen von CBD interessieren.

Diese erstmalige Übersicht zu den CBD-Konsumenten zeigt ein weites Spektrum, das von Personen mit Krankheiten reicht, die CBD (alleine oder in Kombination mit illegalem Cannabis) gebrauchen, um sich zu behandeln, über Personen, die ihr Wohlbefinden steigern möchten (Stressreduktion, Verbesserung des Schlafs) bis hin zu Konsumenten von illegalem Cannabis, die diesen Konsum mittels CBD vermindern.

Hauptprofile der CBD-Konsumenten

	Krankheit ohne THC	Krankheit mit THC	Wohlbefinden	Alternative zum THC	Ohne spezifische Motive
Hauptgrund	Behandlung von Krankheiten	Behandlung von Krankheiten	Wohlbefinden oder Gesundheit	Verschiedene	Neugier
Produkt	Öl	Blüten	Blüten	Blüten	Blüten
Konsum von THC (in den letzten 30 Tagen)	Sehr wenige	Mehrheit	Mehrheit	Mehrheit	Mehrheit
Geschlecht (Mehrheit)	Frauen	Männer	Männer	Männer	Männer
Psychische Krankheiten	ca. 15%	33%	Weniger als 10%	Weniger als 10%	Weniger als 10%
Physische Krankheiten	ca. 50%	ca. 55%	Weniger als 10%	Weniger als 10%	Weniger als 10%
Durchschnittsalter	45	35	29	28	27
Monatliches Budget (CHF)	79	132	74	87	33

1 Introduction

Le marché des produits du cannabis contenant principalement du cannabidiol (CBD) s'est rapidement développé en Suisse depuis l'été 2016. Les produits proposés déclarent contenir peu (moins de 1%) de THC et ne sont de ce fait généralement pas soumis à la Loi fédérale sur les stupéfiants. Leur mise sur le marché a toutefois conduit à une série d'interrogations chez les autorités sanitaires fédérales et cantonales, chez les professionnels de la prévention et chez les organes de police.

A ce jour l'on manque de données pour comprendre à qui s'adresse ce marché, quels sont les produits consommés et les modes de consommation, et quelles sont les motivations et raisons de la consommation.

Pour permettre de mieux comprendre cette situation, l'Office Fédéral de la Santé Publique (OFSP) a mandaté Addiction Suisse pour obtenir une première analyse de situation de ce marché, et pour comprendre qui consomme quoi et pour quelle raison.

2 Méthode

Pour répondre aux attentes de l'OFSP trois modules d'exploration portant sur les effets du CBD, les produits qui en contiennent et les usagers de ces produits ont été conçus. Ceux-ci sont brièvement présentés ci-dessous. Des éléments méthodologiques plus exhaustifs sont présentés au début de chacun des chapitres portant sur ces modules.

1. Brève analyse de la littérature sur les effets du CBD

Le cannabidiol est un cannabinoïde à qui l'on prête différents effets: antioxydants, anti-inflammatoires, antiépileptiques, anti-vomitifs, anxiolytiques, antidépresseurs, antipsychotiques, etc. Ces effets peuvent être obtenus seuls ou en combinaison avec d'autres cannabinoïdes, notamment le THC (Tétrahydrocannabinol), ou encore d'autres molécules contenues dans la plante de cannabis.

Une recherche avec les mots clés "cannabidiol ou CBD" et "review" dans la base de données Pubmed fait ressortir plus de 500 articles, dont la plupart sont très récents. Les articles portent généralement sur une seule pathologie ou sur un seul effet. Une revue systématique de littérature, même si elle était partielle en ne ciblant que certains effets et certaines pathologies, nécessite désormais un investissement relativement important qui va au-delà de celui prévu de cette étude exploratoire.

Plutôt que de faire une revue de littérature complète, nous avons opté pour une recension et présentation des principaux effets attribués au CBD et une estimation générale de l'état des connaissances à leur sujet. Nous nous sommes basés pour cela sur une série de revues de littérature scientifique récentes sur les effets du CBD dont nous avons comparé et compilé les résultats.

2. Inventaire des produits disponibles sur le marché suisse

Nous avons fait un inventaire des produits contenant du CBD à partir des sites internet qui proposent ces produits. Dans un premier temps, nous avons identifié une centaine de ces commerces à l'aide de mots clés en allemand, français et italien. Puis, nous avons développé une base de données pour classifier l'information (type et nom des produits) qui peut être obtenue à leur sujet sur internet. Cela a ensuite permis une brève analyse des types de produits mais aussi des types de commerces (spécialisés sur les produits fumables, sur les produits de "bien-être", sur les deux) existants actuellement.

Il faut préciser qu'à ce stade la taille de l'offre (tout comme celle de la demande) de produits contenant du CBD est inconnue. Comme les produits relèvent de différentes lois et de différentes impositions, il est possible que cette situation perdure encore longtemps.

3. Enquête auprès des consommateurs

L'offre et la consommation de CBD sont des phénomènes nouveaux en Suisse et l'un des enjeux de cette étude exploratoire est d'identifier les profils des consommateurs et les raisons de leur consommation. Pour cela, il faut atteindre un panel suffisamment large de consommateurs pour permettre une première analyse du phénomène.

Nous avons contacté différents instituts de sondage pour savoir s'il était possible de recourir à un panel existant ou de participer à une enquête omnibus pour identifier et interroger des usagers de CBD. Comme la prévalence de l'usage est sans doute encore limitée, l'emploi de panels n'a pas été possible car cela aurait été trop cher et trop compliqué.

Dans le cadre d'une récente étude sur l'usage de drogues illégales coordonnée par l'Observatoire européen des drogues et des toxicomanies (EMCDDA), un échantillon de plus de mille usagers de drogues illicites a

été recruté en Suisse via Facebook® par Addiction Suisse (Marthaler et al., 2016¹). Nous avons, sur la base de cette expérience, décidé d'utiliser un tel recrutement pour cette étude en ciblant des personnes établies en Suisse, de 15 ans ou plus. En raison de diverses complications avec Facebook, nous avons aussi demandé à l'association IG Hanf, qui regroupe des producteurs de CBD, d'envoyer un lien vers l'enquête aux acheteurs de cannabis CBD. Nous avons toutefois séparé les deux enquêtes (recrutements par Facebook et par les producteurs de CBD) pour obtenir deux échantillons indépendants (voir plus loin).

En recourant à ces trois modules portant sur les effets du CBD, les produits qui le contiennent et les pratiques de ceux qui les consomment, cette étude offre une première vue d'ensemble de la situation dans ce domaine en Suisse.

¹ Marthaler, M. Udrisard, R. und Zobel, F. (2016). *Rekrutierung von Teilnehmenden für die europäische online Drogenbefragung*. Lausanne: Sucht Schweiz.

3 Brève analyse de la littérature sur les effets du Cannabidiol (CBD)

Différents produits contenant du CBD (cannabidiol) ont été mis sur le marché en Suisse depuis quelques années et plus particulièrement depuis l'été 2016. Ce type de produits ne sont pas illégaux selon la Loi fédérale sur les stupéfiants (LStup) s'ils contiennent moins de 1% de THC, une limite fixée en 2011 pour séparer le cannabis illégal des autres produits du chanvre.

L'apparition de produits contenant du CBD a donné lieu à une forte expansion au niveau de l'offre avec une rapide croissance du nombre de producteurs et de points de vente. Les produits ont notamment été pris dans leur assortiment par de grandes chaînes de supermarchés et de kiosques, mais sont aussi vendus dans des commerces spécialisés et sur internet.

Les produits contenant du CBD en vente libre ne peuvent être promus sur la base de leurs vertus médicinales ou thérapeutiques puisque cela contraint à les soumettre aux dispositions de la loi sur les produits thérapeutiques. Néanmoins, différents effets ont été attribués à cette molécule et, au-delà de la curiosité pour du "cannabis légal", on peut raisonnablement faire l'hypothèse qu'une partie des personnes qui ont acheté ces produits l'ont fait dans l'espoir d'obtenir des effets positifs sur leur bien-être et leur santé.

Les pages qui suivent s'intéressent aux effets qui ont été, plus ou moins discrètement, mis en avant pour la promotion du CBD et à l'état actuel des connaissances sur la réalité de ceux-ci. Ce travail n'a pas pour objectif de déterminer avec précision quels sont les effets du CBD mais plutôt de voir dans quelle mesure ceux qui lui sont attribués, et qui pourraient inciter les personnes à l'acheter, reposent sur des connaissances fiables ou non. Comme il existe de multiples effets associés au CBD, de multiples produits qui contiennent cette molécule et peu d'études cliniques, cette analyse ne peut avoir qu'un niveau de généralité assez élevé.

3.1 Méthode

Le cannabidiol (CBD) fait partie de la centaine de cannabinoïdes parmi près de 500 composants connus du cannabis à ce jour (Focus Cannabis, 2014). C'est une molécule qui suscite aujourd'hui passablement d'intérêt car on lui prête de nombreux effets: antioxydants, anti-inflammatoires, antiépileptiques, anti-vomitifs, anxiolytiques, antidépresseurs, antipsychotiques et autres.

L'analyse de la littérature que nous présentons ici offre un résumé sur les principaux effets attribués au CBD ainsi que, de manière très générale, sur l'état actuel des connaissances scientifiques à leur sujet. Pour le faire, nous avons essayé d'identifier les principaux effets attribués de manière courante ou populaire au CBD, soit sur des sites internet ou dans des articles de journaux². L'objectif est de s'appuyer sur ces

² Sites consultés:

<https://www.medicalnewstoday.com/articles/317221.php> ; https://www.huffingtonpost.com/entry/cannabidiol-cbd-a-primer_us_58b7129ee4b0ddf654246290 ; <https://www.leafly.com/news/cannabis-101/cbd-effects-benefits-whole-plant-medicine> ; <https://www.healthline.com/health/cbd-oil-benefits> ; <https://www.leafscience.com/2017/10/11/10-facts-cannabidiol-cbd/> ; <https://www.zambeza.fr/blog-10-bienfaits-du-cbd-pourquoi-ce-cannabinoide-est-important-n110> ; <https://draxe.com/cbd-benefits/> ; <http://thechillbud.com/health-benefits-of-cannabidiol-cbd/> ; <https://cannalix.ch/quels-sont-les-effets-du-cbd/?lang=fr> ; <https://cbdoilreview.org/cbd-cannabidiol/cbd-benefits/> ; <https://greencolibri.ch/collections/cannabis-cbd> ; <http://thechalkboardmag.com/what-are-benefits-of-cbd-sagely> ;

raisons qui pourraient amener des personnes à acheter ces produits. Nous nous sommes ensuite penchés sur les connaissances scientifiques existantes, à partir de revues de littérature globales et récentes, pour faire une première évaluation des connaissances au sujet des effets du CBD.

La recherche des sites internet, ainsi que des revues de littérature scientifique actuelles sur les effets du CBD s'est faite par mots clés et utilisation de filtres. Une quinzaine de sites internet ont aussi été sélectionnés par ordre d'apparition et de pertinence suite à une première recherche Google® utilisant les termes "CBD health benefits" et "CBD bienfaits". L'analyse de ces sites a permis d'identifier les principaux effets et les principales vertus attribués au CBD (hors du contexte médical).

Une seconde recherche sur Google avec les termes "CBD" "users" a encore permis d'identifier une enquête effectuée aux Etats-Unis auprès de consommateurs de cannabis et de CBD "médical" (au sens américain). Cette enquête fournit certaines informations sur les raisons et modes de consommation du CBD dans le contexte américain.

Une recherche d'articles scientifiques a été effectuée en octobre 2017 sur PubMed et GoogleScholar. L'entrée des mots clés "CBD review" et "cannabidiol review" dans la base de données PubMed, avec l'utilisation d'un filtre "publié dans les 5 dernières années", a fait ressortir respectivement 336 et 215 résultats. Le passage en revue de ces résultats a permis d'identifier deux revues de littérature scientifique recensant les connaissances sur l'ensemble des effets du CBD, et une présentation publiée résumant ces effets. Les mots clés "CBD review" entrés dans le moteur de recherche GoogleScholar, avec un filtre "publications à partir de 2015", a fait ressortir 143 résultats. Cela a permis de trouver trois revues globales (*comprehensive*) de littérature supplémentaires.

Des recherches sur des sites d'organisations spécialisées comme celui du *National Institute on Drug Abuse* ont encore permis d'identifier une présentation listant l'état des connaissances sur les effets du CBD.

Au total, ce sont donc cinq revues de littérature et deux présentations globales, toutes récentes, qui ont été utilisées ici pour évaluer les effets du CBD.

3.2 Usages du CBD et effets

Les effets du CBD peuvent être obtenus par cette molécule seule (extraite de la plante ou synthétisée) ou en combinaison avec d'autres cannabinoïdes, notamment le THC (Tétrahydrocannabinol), ou encore d'autres molécules contenues dans la plante de cannabis. Selon certaines sources, le CBD isolé pourrait d'ailleurs être moins efficace que le cannabis avec l'ensemble de ses cannabinoïdes et terpènes. On parle alors "d'effet d'entourage" pour décrire une synergie entre les différents composants du cannabis, avec certains qui peuvent accroître les bénéfices des autres (Russo, 2011).

Lorsque le CBD est absorbé seul, il semble qu'il soit préférable de commencer avec des doses faibles en augmentant progressivement le dosage jusqu'à ce que l'effet recherché soit atteint. Le plus souvent la dose est donc définie par l'utilisateur lui-même. Il existe aussi plusieurs voies de consommation pour cette molécule.

<http://www.thecannabist.co/2017/10/06/cannabis-infused-lotion-massage/89558/> ;
<https://www.tdg.ch/news/standard/Le-cannabis-legal-cartonne-chez-les-fumeurs-de-joints/story/16443364> ;
<http://www.thecannabist.co/2017/09/13/indiana-medical-marijuana-access-cbd-oil-legal-epilepsy/87993/> ;
<http://www.thecannabist.co/2017/10/06/cbd-epidiox-gw-pharmaceuticals-fda-hemp-industry/89387/> ;
<http://ufcmed.org/cannabis-medical/maladie/cannabis-epilepsie/> ; <https://mjbizdaily.com/tons-cbd-producers-connect-consumers-qa-analyst-bethany-gomez/> ; <https://floridacannabiscoalition.com/do-people-like-cbd-more-than-thc/>

En général, le CBD est ingéré (voie orale), fumé ou inhalé (voie respiratoire). Les effets du CBD mettent plus de temps à se manifester mais durent également plus longtemps lorsque celui-ci est consommé par voie orale plutôt que par voie respiratoire. Le CBD peut également être appliqué directement sur la peau (lotions, huiles), même s'il semble que ce moyen d'absorption soit le moins utilisé (site zamnesia, 2015) parce qu'il vise avant tout un effet dermatologique.

Le mode de consommation du CBD est lié au type de produits utilisés avec une large offre de produits disponibles (voir aussi le chapitre suivant). Il peut être obtenu sous forme de matière première, comme les fleurs ou la poudre de chanvre, ainsi que sous forme d'autres produits contenant du CBD extrait de la plante. Parmi ces derniers, on compte plusieurs produits prêts à l'emploi tels que des denrées alimentaires, des liquides à ingérer, des gélules, des lotions ou même des suppositoires (Swissmedic, 2017). D'autres produits nécessitent l'utilisation d'ustensiles pour être consommés, comme par exemple les liquides pour e-cigarettes. Certains produits sont même destinés à un usage sur les animaux domestiques.

S'il n'est pas possible ici de présenter de manière exhaustive toutes les méthodes de consommation du CBD, on peut tout de même décrire celles qui semblent être les plus utilisées (site zamnesia, 2015). Au-delà des produits fumables (herbe et résine), l'huile semble être le produit privilégié pour consommer le CBD par voie orale et l'inclure dans l'alimentation. Elle se présente généralement dans un flacon équipé d'une pipette qui permet un dosage précis. La « pâte de CBD » est souvent plus concentrée et plus chère que l'huile. Elle est extraite au CO₂ des trichomes (glandes à résine) des plants de chanvre, et c'est la forme la plus pure de CBD disponible, avec une concentration bien plus élevée que dans les autres produits. On l'utilise seule ou ajoutée à l'alimentation en recourant à une seringue permettant un dosage contrôlé. Les capsules de CBD, qui n'ont apparemment pas de goût, permettent de l'ingérer de manière discrète par exemple lors d'un déplacement ou sur son lieu de travail. Le CBD peut encore être consommé à l'aide de vaporisateurs (sous forme d'herbes sèches, d'huile ou d'extraits de CBD) ou d'e-cigarettes (sous forme d'e-liquide). Dans ces cas, le CBD passe directement par les poumons et est absorbé par le sang de manière instantanée. Les effets sont ainsi plus rapides (UFCMED, 2011).

3.3 Pourquoi prendre du CBD?

La seule enquête portant sur **les motifs de consommation/d'utilisation** (voir encadré ci-dessous), réalisée auprès de 2'400 consommateurs membres d'une communauté de cannabis "médical" aux États-Unis, montre que les principales raisons d'utilisation du CBD concernent l'anxiété, les insomnies, les douleurs et inflammations, ainsi que la dépression (BrightfieldGroup & HelloMD, 2017).

"*Understanding Cannabidiol*" est une enquête américaine publiée en juillet 2017 par HelloMD et BrightfieldGroup¹. Plus de 2'400 membres de la communauté de cannabis médical HelloMD, venant principalement de Californie, ont été interrogés sur leur consommation de CBD. Sont incluses les personnes qui consomment des extraits de chanvre avec le CBD en concentration dominante. Il ressort de cette enquête que le CBD est consommé pour soulager divers maux et symptômes, principalement l'anxiété, les insomnies, les douleurs articulaires ou la dépression, et qu'il est également consommé pour se relaxer sans avoir à subir les effets psychoactifs ou l'anxiété liés au THC. La plupart des consommateurs interrogés ne limitent pas leur utilisation à un seul produit au CBD pour atteindre les effets désirés, mais combinent l'utilisation de plusieurs produits. La méthode de consommation préférée est l'utilisation à l'aide de vaporisateurs. Concernant la fréquence de consommation, 80% disent consommer du CBD au moins une fois par semaine et 41% quotidiennement. Finalement, 55% achètent les produits au CBD dans des magasins, 31% utilisent des services de livraisons et 17% achètent en ligne.

1: HelloMD est une communauté en ligne regroupant des patients, des experts, des marques et des fournisseurs de cannabis médical.

BrightfieldGroup est une entreprise d'étude des stratégies de marché de l'industrie du cannabis.

La visite des sites internet a aussi permis d'identifier les effets et bénéfices attribués le plus souvent au CBD. Plusieurs motifs d'usage en ressortent. Ainsi, si certains consommateurs de CBD semblent en faire un usage récréatif ou le consommer principalement par curiosité, le CBD est également utilisé comme traitement pour différents maux et/ou maladies spécifiques ou encore en vue d'une amélioration du bien-être général.

Certains consommateurs de CBD pourraient aussi être à la recherche des vertus relaxantes et apaisantes qui lui sont attribués, ou encore de ses bienfaits sur la santé en général. On trouve ainsi, par exemple, plusieurs sites proposant des huiles de massages ou divers produits d'alimentation bio à base de CBD. L'accent est mis sur l'aspect naturel des produits vendus, ainsi que sur l'apaisement et la détente que le CBD peut procurer.

La majorité des sites internet consultés présentent cependant des propriétés thérapeutiques et des bienfaits du CBD pour des maux et/ou des maladies spécifiques, que nous avons regroupés en cinq catégories.

3.3.1 *Amélioration de la qualité de vie/réduction de certains symptômes dans le domaine somatique*

Le CBD est fréquemment présenté comme un antidouleur et un anti-inflammatoire efficace. Il réduirait les symptômes des douleurs aiguës et chroniques, ou encore celles induites par un traitement lourd, et ce sans l'effet d'accoutumance de certains médicaments existants. Il pourrait également réduire **les nausées** et augmenter l'appétit selon les sites consultés³. Par exemple, le CBD permettrait de diminuer la douleur dans les cas d'un cancer, ainsi que les vomissements dus à une chimiothérapie, sans en altérer l'efficacité. Le CBD serait également utile pour le traitement de maladies inflammatoires chroniques de l'intestin comme la maladie de Crohn. Le CBD aurait encore des propriétés antioxydantes qui seraient efficaces contre des inflammations de la peau telles que le psoriasis.

³ Par exemple: <https://www.zambeza.fr/blog-10-bienfaits-du-cbd-pourquoi-ce-cannabinoide-est-important-n110>

3.3.2 *Amélioration de la qualité de vie/réduction de certains symptômes dans le domaine psychique*

Le CBD aurait également des vertus **relaxantes et apaisantes, et réduirait le stress**. Il aurait notamment des effets anxiolytiques et produirait des bienfaits pour des personnes souffrant de stress post-traumatique. Le CBD aurait aussi des effets positifs sur l'humeur ainsi que des propriétés sédatives permettant une amélioration du **sommeil**. Il aurait également un potentiel d'action **antipsychotique** qui pourrait aider les patients souffrants de schizophrénie, de trouble bipolaire, de dépression ou d'autres troubles mentaux. De plus, contrairement à d'autres médicaments antipsychotiques, le CBD serait dépourvu d'effets secondaires.

3.3.3 *Traitement/prévention de maladies chroniques et neurodégénératives, renforcement du système immunitaire*

Le CBD est aussi présenté comme pouvant aider à combattre les cancers ou les maladies neurodégénératives telles que la maladie d'Alzheimer ou de Parkinson. Il pourrait aussi prévenir les problèmes cardiaques et les fractures osseuses. De manière plus précise, le CBD empêcherait la croissance des tumeurs et limiterait la migration des cellules cancéreuses pouvant ainsi prévenir l'apparition de métastases. Il permettrait également d'activer une apoptose, à savoir un processus par lequel des cellules déclenchent leur autodestruction. Il serait ainsi efficace contre les différentes maladies tumorales et les cancers. De plus, à travers des effets neuroprotecteurs, le CBD pourrait réduire la sévérité des symptômes lors de certaines maladies neurodégénératives. Il permettrait, par exemple, de prévenir certains troubles cognitifs chez des patients souffrants d'Alzheimer, ou chez des personnes souffrant de diabète, il réduirait l'hypertension artérielle, pouvant mener à des complications à long terme comme des maladies cardiovasculaires, et pourrait même stabiliser les taux de glycémie.

3.3.4 *Traitement de troubles neurologiques diagnostiqués*

Le CBD pourrait aussi soigner ou réduire les symptômes liés à différentes formes d'**épilepsie** ou à d'autres troubles neurologiques (ex. sclérose en plaques). Il est particulièrement mis en avant comme un traitement efficace pour prévenir ou réduire les crises épileptiques. Les effets anticonvulsifs du CBD s'appliqueraient également aux crises induites par d'autres troubles neurologiques. Le CBD aurait ainsi des effets bénéfiques sur les différents symptômes associés à la sclérose en plaques (par exemple, réduction des douleurs ou réduction de la spasticité).

3.3.5 *Autres*

D'autres bienfaits ou vertus associés au CBD sont encore mentionnés sur certains sites internet, même si c'est de manière moins fréquente. Le CBD serait notamment efficace pour réduire **l'acné, augmenter l'énergie ou encore prévenir les problèmes de digestion**. Il est également mentionné comme pouvant jouer un rôle dans le cadre du traitement des **addictions**, ce qui prend une dimension particulière dans le contexte de la crise d'usage abusif d'opioïdes aux Etats-Unis.

Il y a donc une vaste gamme d'effets attribués au CBD, qui vont d'une simple amélioration du bien-être ou d'un effet de relaxation, au traitement de la douleur, à la capacité à fortement réduire les symptômes de certaines maladies chroniques jusqu'à des effets curatifs ou préventifs vis-à-vis de certains problèmes de santé.

3.4 Que sait-on de ces effets à ce jour?

L'examen des effets attribués au CBD se heurte à différents problèmes, qui sont notamment liés au faible développement des recherches dans ce domaine. Cette situation résulte avant tout de l'interdiction qui frappe le cannabis depuis plus d'un demi-siècle. De plus, les revues que nous avons consultées ne permettent pas toujours de juger de la qualité méthodologique des études recensées et ces revues sont elles-mêmes parfois peu précises sur la méthodologie utilisée pour trouver et sélectionner les études existantes. Elles permettent cependant une appréciation générale des connaissances scientifiques actuelles sur les cinq catégories de bienfaits et propriétés thérapeutiques attribués au CBD mentionnés ci-dessus.

3.5 Le CBD peut-il améliorer la qualité de vie ou réduire certains symptômes dans le domaine somatique ?

Il existe un doute positif concernant les effets bénéfiques du CBD pour réduire **les douleurs** (National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine, 2017). En effet, une diminution de la douleur a été observée, notamment chez des personnes souffrant de cancer ou d'arthrite, et ce sans que le CBD n'altère l'efficacité des traitements comme la chimiothérapie (Volkow, 2015 ; Whiting et al., 2015 ; Morabito, Soyster, Ramey-Wright, Belendiuk & Bonn-Miller, 2016 ; Grotenhermen & Müller-Vahl, 2017). Concernant les propriétés du CBD permettant de réduire les nausées et vomissements, peu d'informations sont présentées dans la littérature scientifique. La réduction **des nausées dues à un traitement** comme la chimiothérapie a tout de même été observée lors de l'administration du médicament Sativex®, un spray buccal contenant du CBD et du THC avec un rapport de 1:1 (Volkow, 2015 ; Campos, Fogaça, Sonogo & Guimarães, 2016 ; Morabito, Soyster, Ramey-Wright, Belendiuk & Bonn-Miller, 2016 ; Grotenhermen & Müller-Vahl, 2017 ; National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine, 2017). Le rôle joué dans ce cas par le CBD reste peu clair.

3.5.1 Le CBD peut-il traiter certains troubles neurologiques diagnostiqués ?

Une possibilité d'effet positif est également présente concernant la capacité du CBD à diminuer la fréquence des **crises épileptiques**. En effet, plusieurs études et rapports ont montré les effets anticonvulsifs du CBD (Volkow, 2015 ; Morabito, Soyster, Ramey-Wright, Belendiuk & Bonn-Miller, 2016 ; Iffland & Grotenhermen, 2017 ; Russo, 2017). Ces recherches suggèrent notamment que le CBD – entre 25 et 50 mg par kilo administrés durant une période de trois mois à une année - pourrait diminuer la fréquence des crises lorsqu'il est combiné aux traitements classiques pour l'épilepsie ou dans des cas d'épilepsies résistantes à ces traitements (Morabito, Soyster, Ramey-Wright, Belendiuk & Bonn-Miller, 2016 ; Grotenhermen & Müller-Vahl, 2017 ; Iffland & Grotenhermen, 2017). Un petit nombre d'études ont testé les effets du CBD chez des enfants atteints d'une sévère et rare forme d'épilepsie résistante aux traitements - le syndrome de Dravet - et ont obtenu des résultats relativement positifs avec l'administration de CBD, à raison de 25 mg par kilo pendant trois mois, par rapport à l'administration d'un placebo (Campbell, Phillips & Manasco, 2017). A noter encore que le CBD était principalement administré via l'Epidiolex®, un médicament sous forme de liquide visqueux administré par compte-gouttes (généralement 25/mg/kg/jour) et contenant presque uniquement du CBD (environ 98%⁴) et pas de THC (Russo, 2017).

⁴ Informations issues de <https://www.cannabis-medicinale.fr/epidiolex/>.

3.5.2 *Le CBD peut-il traiter ou prévenir certaines maladies chroniques et/ou neurodégénératives, voire renforcer le système immunitaire ?*

L'efficacité du CBD pour prévenir ou traiter des maladies graves et/ou chroniques est jusqu'ici plus controversée mais quelques résultats indiquent que c'est un domaine qui mérite d'être étudié. Le CBD aurait des effets bénéfiques dans le traitement de plusieurs maladies pour lesquelles l'activation du système immunitaire est impliquée, comme le **cancer, la maladie d'Alzheimer, la sclérose en plaques, le diabète de type I et de type II, la maladie Parkinson, la chorée de Huntington, l'arthrite** et d'autres troubles cérébraux ou inflammations (Burstein, 2015 ; Volkow, 2015 ; Campos, Fogaça, Sonogo & Guimarães, 2016 ; Morabito, Soyster, Ramey-Wright, Belendiuk & Bonn-Miller, 2016 ; Iffland & Grotenhermen, 2017). Il aurait notamment des effets anti-inflammatoires et immunomodulateurs, à savoir qu'il stimulerait ou freinerait les réactions du système immunitaire, ainsi que des effets neuroprotecteurs en protégeant les cellules cérébrales (Burstein, 2015 ; Volkow, 2015 ; Campos, Fogaça, Sonogo & Guimarães, 2016 ; Iffland & Grotenhermen, 2017). A titre d'exemple, plusieurs études animales ont montré une diminution de la croissance des tumeurs cancéreuses et une inhibition des métastases avec l'administration de CBD (Volkow, 2015 ; Campos, Fogaça, Sonogo & Guimarães, 2016 ; Iffland & Grotenhermen, 2017). D'autres essais cliniques ont relevé une amélioration de la qualité de vie dans le cas de la maladie de Parkinson, ainsi que des effets bénéfiques sur la spasticité lors de sclérose en plaques (Volkow, 2015 ; Campos, Fogaça, Sonogo & Guimarães, 2016 ; Grotenhermen & Müller-Vahl, 2017 ; National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine, 2017). Une amélioration de l'activité cognitive et locomotrice a également été observée lors de la maladie d'Alzheimer et d'autres troubles neurologiques (Campos, Fogaça, Sonogo & Guimarães, 2016 ; Iffland & Grotenhermen, 2017).

La plupart des études ont cependant été réalisées sur des animaux uniquement (Burstein, 2015 ; Volkow, 2015) et ont souvent étudié les effets du CBD combiné au THC, notamment par l'utilisation des médicaments Nabiximols ou Sativex, contenant du CBD et du THC à un rapport de 1:1 (Volkow, 2015 ; Campos, Fogaça, Sonogo & Guimarães, 2016 ; Morabito, Soyster, Ramey-Wright, Belendiuk & Bonn-Miller, 2016 ; Grotenhermen & Müller-Vahl, 2017). Il est donc difficile de tirer des conclusions sur les effets liés à la seule présence du CBD.

3.5.3 *Le CBD peut-il améliorer la qualité de vie ou réduire certains symptômes dans le domaine psychique ?*

Un constat similaire peut se poser pour les vertus anxiolytiques du CBD et ses effets dans le traitement de troubles psychiques diagnostiqués. Concernant les effets anxiolytiques, plusieurs études, principalement réalisées sur des animaux, suggèrent que le CBD réduirait **le stress et l'anxiété** autant dans leurs aspects comportementaux que physiologiques (Volkow, 2015). Il semblerait même que des effets anxiolytiques soient observables dès la prise de petites doses de CBD, à savoir moins de 5 mg par kilo (Morabito, Soyster, Ramey-Wright, Belendiuk & Bonn-Miller, 2016). Des petites études cliniques avec des sujets humains vont dans le même sens et suggèrent que le CBD peut être efficace dans la diminution de l'anxiété, notamment sur des sujets souffrant de troubles de l'anxiété ou de stress post-traumatique (Volkow, 2015 ; Whiting et al., 2015 ; Morabito, Soyster, Ramey-Wright, Belendiuk & Bonn-Miller, 2016 ; Grotenhermen & Müller-Vahl, 2017 ; Hahn, 2017). Certaines études obtiennent toutefois des résultats plus mitigés, montrant que les effets anxiolytiques du CBD chez les rats ne s'observent que pour un stress induit avant l'administration du CBD et que ces effets pourraient même s'inverser après plusieurs jours d'administration régulière (Iffland & Grotenhermen, 2017).

Les avis sont divergents concernant les éventuels effets bénéfiques du CBD sur les **troubles du sommeil**. Ils ne permettent ainsi pas de tirer des conclusions claires. En effet, si certaines études suggèrent que le CBD permettrait de réduire certains troubles du sommeil paradoxal (Whiting et al., 2015 ; Morabito, Soyster,

Ramey-Wright, Belendiuk & Bonn-Miller, 2016), Russo (2017) affirme que le CBD pur n'aurait pas d'effets sédatifs. Ces effets sédatifs seraient plutôt induits par la présence, dans la plupart des produits contenant du CBD, de myrcène, terpène le plus abondant dans le cannabis comme dans n'importe quelle plante à résine ou à huile essentielle (Russo, 2011 ; Russo, 2017).

Les études sur les effets **antipsychotiques** du CBD affichent également des résultats inconsistants (Volkow, 2015 ; Morabito, Soyster, Ramey-Wright, Belendiuk & Bonn-Miller, 2016). Les recherches sur des animaux ne semblent pas avoir montré une efficacité antipsychotique du CBD (Iffland & Grotenhermen, 2017). Seule une étude ayant administré des doses plus élevées a relevé une efficacité similaire à d'autres antipsychotiques atypiques à large spectre, comme la clozapine utilisé dans le traitement de la schizophrénie résistante et du trouble bipolaire (Iffland & Grotenhermen, 2017). Les études réalisées sur des sujets humains suggèrent quant à elles certains effets antipsychotiques pour le CBD (Volkow, 2015 ; Morabito, Soyster, Ramey-Wright, Belendiuk & Bonn-Miller, 2016). Une certaine efficacité du CBD dans le traitement des patients souffrant de schizophrénie a aussi été observée, notamment en améliorant les symptômes associés à la maladie (Volkow, 2015 ; Morabito, Soyster, Ramey-Wright, Belendiuk & Bonn-Miller, 2016 ; Hahn, 2017). Chez des patients souffrant de schizophrénie, une réduction des symptômes a été observée avec l'administration de 600 à 800 mg de CBD par jour pendant 4 semaines (Hahn, 2017). Une autre étude avec administration de CBD à raison de 1000 mg par jour pendant 6 semaines, a montré une réduction importante de certains symptômes dits positifs de la schizophrénie (Hahn, 2017). Le CBD aurait également des effets antidépresseurs (Morabito, Soyster, Ramey-Wright, Belendiuk & Bonn-Miller, 2016 ; Russo, 2017). Cependant, d'autres études n'ont pas démontré de différence sur l'évolution de la dépression entre l'administration de CBD ou d'un placebo (Whiting et al., 2015).⁵

3.5.4 *Le CBD a-t-il encore d'autres effets ?*

Concernant les autres effets attribués au CBD, il y a encore trop peu d'études pour l'instant pour même commencer à les évaluer. Certains résultats préliminaires d'études précliniques suggèrent tout de même que le CBD pourrait avoir une valeur thérapeutique dans le traitement de **l'abus de substances** (Volkow, 2015 ; Russo, 2017). Selon plusieurs études, il réduirait les effets induits par la morphine au niveau du circuit de la récompense, ainsi que les comportements de recherche d'héroïne des patients, (Volkow, 2015 ; Iffland & Grotenhermen, 2017). Cela a notamment été observé dans une étude animale lors de laquelle de l'héroïne a été administrée à des rats, suivie par du CBD à raison de 5 mg par kilo (Iffland & Grotenhermen, 2017). Il y a toutefois encore trop peu d'études et de données pour tirer des conclusions claires.

3.6 **Le CBD a-t-il les effets qu'on lui attribue?**

Les études recensées ci-dessus concernent de multiples maladies et troubles, ont souvent été réalisées à petite échelle et avec des animaux, et ont le plus souvent recouru de manière contrôlée à des préparations médicamenteuses contenant du CBD parfois associé à d'autres molécules. Ces caractéristiques sont évidemment totalement différentes de celles que les acheteurs de CBD en Suisse expérimentent et le lien entre la littérature scientifique est la réalité des usagers donc difficile à faire.

Ce que l'on peut retenir c'est en premier lieu que de nombreux effets sont attribués au CBD et que ses effets s'adressent à de multiples populations allant de personnes soucieuses de leur bien-être, à des insomniaques, à des personnes souffrant de maladies chroniques ou de différents troubles et/ou de

⁵ Une étude récente a encore montré que le CBD, en combinaison avec du THC, pourrait être bénéfique chez des enfants souffrant d'autisme (Aran, Cassuto, Lubotzky, Wattad & Hazan, 2018).

douleurs. On conviendra certainement du fait que ce spectre est large. Il faut toutefois remarquer qu'une grande partie de ses effets font actuellement l'objet d'investigations cliniques pour établir leur existence et, le cas échéant, leur importance. Cela signifie que la molécule n'est certainement pas sans intérêt, ce qui est aussi confirmé par le fait qu'il existe désormais des préparations médicamenteuses reconnues qui la contiennent.

L'état des connaissances est toutefois encore maigre ce qui, comme nous l'avons déjà observé plus haut, est notamment lié aux obstacles que l'interdiction du cannabis a mis sur la route des recherches cliniques. Il ressort des revues de littérature récentes qu'il existe encore trop peu d'études cliniques pour apprécier les effets du CBD sur des sujets humains, la plupart ayant été réalisées sur des sujets animaux. **Leurs résultats sont donc à considérer avec précaution** (Morabito, Soyster, Ramey-Wright, Belendiuk & Bonn-Miller, 2016 ; Iffland & Grotenhermen, 2017). Les études cliniques existantes sont aussi sujettes à plusieurs biais méthodologiques comme le manque de groupe contrôle, de *follow-up* ou ayant encore des échantillons de petites tailles. Beaucoup d'études se basent sur l'administration du Sativex®, qui contient du CBD et du THC avec un rapport de 1:1. Il est donc difficile d'évaluer si certains effets recensés par ces études sont principalement dus à l'une ou à l'autre de ces deux molécules, à leur interaction ou à d'autres facteurs liés à la voie d'absorption par exemple. De plus, peu d'informations sont données sur la forme d'administration du CBD qui serait la plus efficace ou sur les dosages nécessaires pour que les éventuels effets du CBD puissent se déployer.

S'il fallait faire un bilan sommaire des connaissances actuelles, on pourrait avancer que la réduction des douleurs et de l'anxiété constituent deux axes où les résultats suggèrent un effet du CBD, même si cela reste à être plus précisément déterminé. La diminution des spasmes liés à la sclérose en plaques et des crises associées aux différentes formes d'épilepsie, constituent de leur côté les champs dans lesquels la recherche médicale avance, notamment à travers des essais cliniques avec des médicaments homologués (Sativex® et Epidiolex®). Il reste ensuite tous les champs dans lesquels la recherche ne fait que commencer. Certains sont plus prometteurs que d'autres, mais il est bien difficile de se prononcer à ce stade.

3.7 Quelles conséquences pour les personnes qui achètent du CBD?

La première conséquence est sans doute que, sur certains sites, des promesses ou suggestions d'effets sont faites qui sont, en l'état actuel des connaissances, largement exagérées. Ce n'est en soi pas une situation inhabituelle et il existe de nombreux produits phytothérapeutiques dont la vente se nourrit de telles promesses, souvent ni vérifiées, ni confirmées. Le cannabis CBD vient donc ici s'ajouter à une liste déjà longue de ce type de produits. De plus, comme pour d'autres préparations similaires, on ne connaît pas à l'heure actuelle de dangers importants ou d'effets indésirables, à l'exception bien sûr de ceux liés à la combustion. C'est sur ce dernier point que le cannabis CBD se différencie des autres produits et que l'argument des effets positifs sur la santé constitue, s'agissant spécifiquement des produits à fumer, un argument souvent discutable.

Pour les usagers des autres produits du CBD, il reste une substance dont on doit au minimum reconnaître qu'elle pourrait avoir des effets sur certains symptômes et troubles. Il y a aussi l'effet placebo dont il ne faut pas sous-estimer la portée pour certaines personnes, tout comme la volonté de s'occuper de sa santé ou d'agir activement contre sa maladie ou ses symptômes. Et, comme pour les autres produits phytothérapeutiques, ces conditions sont sans doute suffisantes, dans l'attente d'études cliniques plus avancées, pour que des personnes souffrant de divers maux et troubles chroniques s'intéressent au CBD. Pour ces personnes, le bilan de leur usage peut tout-à-fait être positif.

4 La vente de produits contenant du CBD en Suisse

La seconde étape de ce projet était de réaliser un inventaire des principaux produits contenant du CBD vendus en Suisse. Pour cela, nous nous sommes appuyés sur une analyse du contenu des sites internet qui proposent ces produits dans notre pays.

4.1 Méthode

La méthode d'identification et de sélection des sites vendeurs repose sur l'utilisation du moteur de recherche Google®, de différentes mots clés (en allemand, français et italien) ainsi que de restrictions permettant de limiter la recherche à la Suisse et d'échapper à la personnalisation de la recherche. Une première analyse des sites trouvés a encore permis de retirer des doublons, des sites non-pertinents et des sites en maintenance. Au total, nous avons identifié 90 sites différents qui vendent des produits du CBD. Cette liste n'est sans doute pas exhaustive mais elle regroupe certainement la grande majorité de ceux qui vendent ces produits en ligne en Suisse.

Pour analyser le contenu des sites, nous avons récolté des informations qui concernent, d'une part, leurs caractéristiques (type de vendeurs, localisation, types d'informations fournies, etc.) et, d'autre part, la palette des produits qu'ils proposent.

4.2 Types de sites répertoriés

Presque tous les sites que nous avons inventoriés s'adressent aux particuliers (88/90) qui souhaitent acheter des produits contenant du CBD et seuls deux sites se présentent exclusivement comme grossistes/fournisseurs de ces produits pour d'autres vendeurs/entreprises. Toutefois, plus de la moitié des sites qui s'adressent aux particuliers (48/88) se présentent également comme grossistes/fournisseurs⁶.

Le fait que plus de la moitié des sites de l'échantillon (50/90) se présentent comme grossistes/fournisseurs renvoie à l'existence d'un marché de gros (*wholesale*) pour les produits contenant du CBD. Certains sites proposent d'ailleurs la vente de grandes quantités de produit brut « white label » permettant à d'autres entreprises d'y apposer leur propre marque.

Plus de la moitié des sites (50/90) indiquent qu'ils sont liés à un magasin physique alors que 26 sites ne font que de la vente online. Pour 14 sites cette information n'était pas disponibles. Parmi les 50 sites qui sont liés à un ou plusieurs commerces physiques, 37 sont liés à un seul magasin, dix à 2 à 5 commerces physiques et trois à plus de six de ces commerces. Cette situation suggère que le nombre de chaînes de commerce de CBD est encore relativement limité et que le magasin unique (avec site internet) est un modèle répandu.

La grande majorité des 88 sites qui s'adressent aux particuliers livrent leurs produits par la poste (78/88) et trois le font aussi par des services de courriers (DHL, DPD, UPS). La livraison à domicile est rapportée par 20 des 88 sites, dont la majorité (12/20) sont liés à des magasins physiques.

La grande majorité des sites recensés (78/90) indique le siège de la société propriétaire (cinq sites mentionnent plusieurs cantons). Parmi les 22 cantons cités au total, ceux qui le sont le plus souvent sont Genève (13 sites), Zürich (11), Vaud (9), Berne (8) et Argovie (7).

⁶ La commande de quantités de cannabis supérieures à 250 grammes par des sociétés inscrites au registre du commerce permet une exemption de la taxe sur les produits du tabac.

4.3 Information sur les sites

Parmi les 88 sites qui vendent aux particuliers, 63 (72%) indiquent un âge minimum ou légal pour accéder au site/aux produits. L'indication peut figurer directement sur la page d'accueil, apparaître avec un pop-up ou encore être mentionnée en marge de la description des produits. Les 25 autres sites (28%) ne mentionnent pas d'âge d'accès en lien avec ces produits. Ce groupe contient aussi cinq sites qui vendent des produits fumables.

Les effets thérapeutiques du CBD sont actuellement en discussion (voir chapitre précédent). Ils constituent un enjeu important de leur mise en vente parce que, d'une part, une partie de la clientèle achète ces produits pour des raisons thérapeutiques ou quasi-thérapeutiques (bien-être, soulagement) et que, d'autre part, les vendeurs de CBD ne peuvent vanter ses effets thérapeutiques car les produits seraient alors soumis aux dispositions de la loi sur les produits thérapeutiques, ce qui impliquerait d'autres formes d'études cliniques et d'autres pratiques de production, conditionnement et vente du CBD.

Parmi les 88 sites que nous avons recensés et qui s'adressent aux particuliers, seuls 35 ne donnent pas d'informations sur les effets thérapeutiques potentiels et de bien-être du CBD. Quinze sites le font indirectement en renvoyant vers des blogs ou des pages internet externes qui vantent les effets du CBD sur la santé. Finalement, 38 sites (43%) ont des rubriques ou des informations liées aux produits qui présentent leurs effets thérapeutiques/sur la santé.

En résumé, un quart des sites (22/88) mentionnent un âge légal d'accès aux produits et ne vantent pas les effets sur la santé du CBD. Onze sites mentionnent un âge légal et ne font référence qu'indirectement, à travers des liens vers des pages externes, aux effets sur la santé. Les autres sites (55/88) ne mentionnent pas d'âge d'accès, vantent des effets sur la santé ou combinent les deux.

Ce bref survol des informations figurant sur les sites montre une assez grande diversité dans le respect des bases légales par leurs responsables. On trouve ainsi des sites qui se conforment précisément ou de manière assez proche aux exigences sur l'âge légal d'accès aux produits du tabac et à l'impossibilité actuelle de vanter les effets thérapeutiques du CBD, mais aussi cinq sites qui vendent des produits fumables sans mention d'âge et de nombreux sites qui vantent les effets sur la santé du CBD.

Il est toutefois difficile de tracer une ligne claire entre des informations qui concernent les effets positifs du CBD sur le bien-être en général ou sur certains aspects de la vie comme le stress et le sommeil, et celles sur des effets concernant des maladies diagnostiquées qui seraient en fait contraires aux dispositions légales. Dans le cadre de cette étude, nous n'avons pu – en raison du nombre de pages qu'il aurait fallu consulter pour cela – clairement séparer les types d'information. Ce qui ressort toutefois c'est que des informations sur des bénéfices thérapeutiques sont présentées sur certains sites ou à travers des liens vers des sites tiers. Une telle situation n'est sans doute pas inhabituelle dans le domaine des phytothérapies.

4.4 Les produits proposés à la vente

Les sites internet identifiés sont parfois spécialisés sur certains types de produits. Ainsi, 33 des 90 sites identifiés ne proposent que des fleurs de cannabis, généralement destinées à être fumées (combustion), alors que cinq sites ne proposent pas ce genre de produits. Dans un cas (grossiste) il n'a pas été possible de déterminer s'il y avait une telle spécialisation.

Presque tous les sites proposent des produits (potentiellement) fumables (84/90) et près de deux-tiers d'autres types de produits (56/90). Au total, 51 des 90 sites proposent à la fois des produits fumables et d'autres produits. En moyenne, les sites proposent entre quatre et cinq produits différents.

Le palmarès des produits les plus souvent proposés sur les 90 sites recensés est le suivant :

1. Fleurs (80 sites)
2. Huiles (57)
3. E-liquides (33)
4. Produits cosmétiques (32)
5. Produits alimentaires (30)
6. Cristaux (24)
7. Teintures (23)
8. Cire/Wax (15)
9. Résine (14)
10. Joints pré-roulés (11)
11. Cigarettes (9)
12. Tabac pour Shisha (3)

D'autres produits sont encore proposés par 41 des sites recensés. Il s'agit notamment de graines et de boutures permettant de cultiver du cannabis CBD (26 sites) ainsi que différents autres concentrés/extraits contenant du CBD (19 sites). Les autres produits, plus rares, incluent par exemple de l'eau contenant du CBD ou un baume pour les pattes des animaux contenant cette molécule.

Les fleurs sont la partie florale du cannabis et contiennent les plus grandes concentrations en cannabinoïdes. Il s'agit du produit le plus souvent proposé à la vente par les sites recensés. C'est aussi le produit qui fait l'objet de la palette la plus large puisque les sites qui le vendent proposent un nombre médian de huit marques/emballages différents avec un maximum allant jusqu'à 115 marques/emballages différents. Le prix de vente des produits commence à Fr. 8.80.- mais va jusqu'à plusieurs milliers de francs pour des achats en gros. Quant au taux de CBD annoncé, il varie très fortement de 2.7% jusqu'à 40% selon les annonces.

Le second produit le plus souvent proposé sont **les huiles** contenant du CBD qui sont vendues par presque deux tiers des sites. Ceux-ci proposent de 1 à 25 marques/emballages différents, dont le moins cher est proposé à Fr. 6.-. Des quantités valant plusieurs milliers de francs sont aussi proposées. Le taux de CBD annoncé varie de 1% jusqu'à 50% selon les annonces.

Les **E-liquides** contenant du CBD sont proposés par plus d'un tiers des sites. La palette est ici aussi très large puisque le nombre de produits/emballages varie de 1 à 22, et le taux de CBD annoncé de 0.5% à 18% selon les annonces⁷. Le prix des produits/emballages vendus varie quant à lui de Fr. 5.50 jusqu'à Fr. 140.-.

Plus d'un tiers des sites consultés proposent aussi des **produits cosmétiques**, essentiellement des baumes pour le corps ou pour les lèvres, des crèmes, des beurres corporels, des huiles de massage et des roll-on contenant du CBD. Les sites qui proposent ce type de produits ont en général un assortiment allant de un à 12 produits/emballages différents avec des taux de CBD annoncés variant de 0.5% à 7%, avec une exception : un produit dont le taux de CBD est annoncé à 50%. Le prix de vente varie en fonction du produit et des quantités de Fr. 3.- à Fr. 1'000.-.

Un tiers des sites propose des **produits alimentaires** comme des graines, des protéines en poudre, des cookies, des thés, des bières, des compléments alimentaires, des gélules, des bonbons, du chocolat et

⁷ Si les doses de CBD sont susceptibles de produire des effets pharmacologiques, ces liquides sont interdits en Suisse.

des chewing-gums au CBD. L'assortiment varie entre un et 19 produits/emballages, avec des taux de CBD annoncés qui vont de 2.4% à 50% selon les annonces. Le premier prix pour les produits alimentaires est de Fr. 2.10 mais certaines quantités sont vendues à près de Fr. 900.-

Les **cristaux** de CBD sont le résultat d'une extraction de cannabinoïdes souvent à l'aide de CO2 suivie d'une cristallisation. Ils sont proposés par un peu plus d'un quart des sites (27%) qui suggèrent de les consommer en les mettant sous la langue, dans des liquides pour e-cigarettes, en le mélangeant avec des aliments ou à l'aide de vaporisateurs. Le nombre d'emballages/de produits proposé par les sites qui vendent ce produit varie entre un et huit. Les cristaux sont en général annoncés avec un taux de CBD très élevé (taux médian de 99%) et leur premier prix est de Fr. 39.90.

Les **teintures** sont généralement des extractions de cannabinoïdes à l'aide d'alcool ou d'huiles végétales et se présentent sous formes de liquides/gouttes. Elles sont proposées par un quart des sites qui vendent entre un et cinq produits/emballages différents. Les taux de CBD annoncés varient entre 2 et 25%, et les prix entre Fr. 7.- et Fr. 140.-.

La **cire (Wax)** est généralement présentée comme le résultat d'une extraction de cannabinoïdes à l'aide de butane et semble destinée à être fumée en *dabbing* (inhalation rapide suite à la vaporisation de la cire ou d'un autre concentré en le mettant sur un élément très chaud) ou avec une cigarette électronique spécifique. Elle est proposée par 15 sites qui ont dans leur assortiment entre un et trois produits/emballages différents. Le taux de CBD annoncé varie entre 20 et 83% et les prix de vente, selon le produit et la quantité, fluctuent entre Fr. 29.- et Fr. 102.-.

La **résine (hashish)**⁸ est proposée par environ 16% des sites avec des taux de CBD annoncés entre 8 et 40% et des prix de vente, selon le produit et la quantité, entre Fr. 15.- et Fr. 399.-.

Onze sites proposent des **jointés pré-roulés** avec entre un et dix produits de ce type en vente. Le taux de CBD annoncé se situe entre 15 et 22% et les prix varient entre Fr. 7.- et Fr. 20.- selon le produit/la quantité.

Un site sur dix, soit neuf sites au total, proposent des **cigarettes au CBD** presque exclusivement de la marque *Heimat*®. Le taux de CBD annoncé est de 20% et le prix de vente varie selon les quantités entre Fr. 6.- et Fr. 35.-.

Trois sites proposent encore du **tabac à Shisha** contenant du CBD, avec entre deux et cinq produits/emballages en vente. Un seul commerce mentionne le taux de CBD de ce type de produit à 10%. Les prix du tabac à Shisha sont stables à Fr. 15.- à Fr. 16.- l'emballage.

En complément des produits contenant du CBD près de deux tiers des sites recensés (66%) proposent aussi du **matériel lié à la consommation de ces produits**. Cela inclut du matériel pour fumeurs (filtres, papier à rouler, *grinders* (moulins), briquets, etc.) ou du matériel électronique (vaporisateurs, e-cigarettes, diffuseurs, etc.). Certains sites proposent aussi du matériel pour cultiver le cannabis (engrais, box de culture, lumières, ventilation, balances, etc.). Les produits les plus souvent proposés sont les *grinders* (34 sites), les vaporisateurs (32) et les e-cigarettes (11).

4.5 Lieu de production et diversité des marques des produits contenant du CBD

Seuls la moitié des sites identifiés (45) fournissent de l'information sur la provenance des produits contenant du CBD. La grande majorité d'entre eux (37/45) déclarent ne vendre que des produits suisses.

⁸ Selon la législation suisse, ce type de produit est illégal.

Les autres rapportent des origines avant tout européennes. L'appellation *Swiss made* semble ainsi jouer un rôle important sur ce marché.

Seuls trois sites recensés ne vendent pas de marques, ce qui pourrait dénoter une production artisanale. Sinon, au total **225 marques différentes de produits contenant du CBD** ont été recensées sur les sites identifiés. **La majorité de ces marques (140) sont uniques**, c'est-à-dire qu'elles ne sont proposées que par un seul site. Les 85 autres sont vendues sur deux sites ou plus. Les marques qui apparaissent le plus souvent sont *Cannaliz* (20 sites), *Hempy* et *Pure Production* (17 sites chacune), *CPure* (16 sites), *Budz* et *Harmony* (15 sites chacune).

4.6 Synthèse

La recherche de sites internet vendant des produits contenant du CBD en Suisse a permis d'identifier 90 sites, ce qui suggère une offre relativement différenciée et large. L'analyse du contenu de ces sites montre qu'ils s'adressent avant tout aux particuliers mais qu'il existe aussi de nombreux grossistes/fournisseurs pour les entreprises et magasins qui souhaitent vendre ces produits. La majorité sont liés à un commerce physique ce qui suggère que la vente duale – sur internet et dans des shops – constitue le modèle commercial privilégié. Les acheteurs se font généralement livrer les marchandises achetées sur internet par la poste mais une partie non-négligeable de sites propose aussi la livraison directe à domicile. Finalement, on observe que les sites semblent provenir de presque toute la Suisse avec, hormis peut-être pour Genève, une représentation plus ou moins proche de la taille de la population du canton.

Un âge d'accès aux produits est mentionné sur la majorité des sites (72%) mais pas sur les autres, notamment sur cinq sites qui vendent des produits fumables. Environ quatre shops sur dix identifiés se gardent de mentionner des informations sur les effets du CBD sur la santé alors que les autres le font indirectement, par des renvois à des pages externes, ou directement en mentionnant des effets thérapeutiques ou quasi-thérapeutiques (bien être, stress, sommeil) sur leur site.

Les sites proposent une grande variété de produits, même si les fleurs restent très nettement le produit phare de ce marché. Les produits fumables (fleurs, résine, joints pré-roulés, cigarettes au CBD, tabac à Shisha) occupent d'ailleurs une très large partie de l'offre. Il est néanmoins possible qu'une partie des fleurs servent ensuite à des préparations consommables par ingestion ou par inhalation sans combustion (vaporisation, comestibles, e-liquides). Sur ce dernier point, on observe aussi que les liquides pour e-cigarettes occupent une place assez importante dans le marché puisqu'ils sont proposés par plus d'un tiers des sites. Une partie de ces liquides, comme d'ailleurs la résine (haschisch), sont toutefois illégaux en Suisse. Sinon, il faut remarquer la place importante des huiles – produit le plus souvent proposé après les fleurs – et des teintures contenant du CBD. On trouve aussi passablement de produits alimentaires contenant cette molécule. Ces produits sont utilisés par ingestion et visent sans doute aussi des clientèles de non-fumeurs. Les cristaux contenant du CBD presque pur sont proposés par plus d'un quart des sites et semblent faire l'objet de multiples usages : préparation d'autres produits qui seront vendus, préparations « maison » ou multiples formes de consommation tel quel. Finalement, on observe aussi un large assortiment de produits cosmétiques contenant du CBD qui suggère que le marché s'adresse aussi à d'autres clientèles.

Au-delà de la large variété des types de produits, on observe aussi de grandes différences dans les taux de CBD qui sont associés à chacun d'eux. Il semble que, en complément d'un axe comprenant une variété de produits et de modes de consommation, on trouve un second axe avec une variété de concentration et de dosages de CBD.

5 Qui sont les usagers de CBD

Il n'existe pas à l'heure actuelle de données sur les usagers de CBD et leurs pratiques (produits consommés, fréquence et motif d'usage, etc.). Idéalement, il aurait fallu développer un module de questions dans une grande enquête en population générale pour non seulement connaître leurs profils et pratiques mais aussi pouvoir estimer leur nombre en Suisse. Comme une telle approche était impossible (coûts, difficulté à insérer de grands modules de questions dans les enquêtes téléphoniques), nous avons opté pour deux types de recrutement direct, en sachant que cela ne nous permettrait pas d'estimer le nombre et les caractéristiques globales des usagers de CBD en Suisse mais seulement de pouvoir étudier un sous-échantillon de consommateurs pour essayer de mettre à jour certains profils et certaines pratiques.

5.1 Recrutement des répondants

En reprenant l'approche adoptée lors d'une enquête européenne en ligne sur la consommation de drogues à laquelle nous avons participé, nous avons recruté des usagers de CBD en Suisse à travers les outils qu'offre la plateforme de réseaux sociaux Facebook® et les annonces avec le moteur de recherche Google®⁹. La deuxième possibilité a rapidement été écartée car, bien que le service proposé par Google® a plus de possibilités concernant le ciblage du groupe souhaité, il s'est révélé plus cher et moins performant (les coûts par questionnaire rempli étaient très élevés). Un essai pour un petit budget n'a été que très peu concluant : la publicité a été visionnée par 419 personnes mais seules 13 personnes ont cliqué sur le lien et 3 ont rempli le questionnaire mais ils n'étaient pas des consommateurs de CBD. Google® a aussi refusé les mots clés « cannabis » et « cannabidiol » dans le titre de la publicité.

Facebook® proposait quant à lui deux possibilités pour la promotion de l'étude. La première était de passer par son service publicitaire et de promouvoir directement la page web du questionnaire. La deuxième, qui a été l'option retenue, était de créer une page ad-hoc pour l'étude et mettre en avant des *posts* de cette page via le service payant de Facebook®. Cette deuxième option a permis de faire la promotion des *posts* avec un budget flexible et en ciblant des personnes selon leur âge et leur situation géographique.

Nous avons donc décidé de promouvoir sur une même page trois *posts* ciblant les personnes de 18 ans ou plus dans les trois régions linguistiques : un premier en allemand avec comme délimitation géographique tous les cantons germanophones, un second en français visant uniquement les cantons francophones et un troisième en italien ciblant le canton du Tessin et la partie italophone du canton des Grisons. Nous y avons invité les personnes ayant déjà fait usage de CBD à répondre à notre questionnaire.

Différentes péripéties ont mené à des blocages de certaines parties de notre enquête par Facebook®, ce qui nous a conduit à trouver différentes stratégies pour contourner ces blocages. Une première page dédiée à l'enquête a été créée et un premier *post* en français avec le lien vers l'enquête limesurvey® a été envoyé. Malheureusement, celui-ci a été bloqué par Facebook® pour non-respect de ses règles de publication, notamment concernant la promotion de produits « illégaux ». Le terme cannabis, même si accompagné par « légal » ou « CBD » a été considéré comme une promotion de substances illégales, ce qui a engendré plusieurs blocages de notre page, ainsi que le blocage automatique de tout contenu promu par notre compte commercial sur Facebook®. Un recours détaillé (en anglais et français) expliquant le but de notre

⁹ Google ads sur la base de mots clés que les personnes doivent rechercher pour que la publicité s'affiche. Les mots clés choisis étaient « CBD », « cannabis », « cannabis légal », « Cannabidiolo » (en italien car le terme « Cannabidiol » est censuré par google), quatre marques de produits, « vaporisateur », « grinder », « nausée », « bien-être », « stress », « anxiété » et « santé ».

post et sa totale légalité dans le contexte Suisse reste encore aujourd'hui, après plusieurs mois, en suspens et en attente de réponse de la part de cette entreprise.

Une nouvelle page Facebook® et un nouveau compte ont donc été créés, et plusieurs tentatives de publication ont été faites pour éviter l'infraction à des règles qui restent très vagues. Après une série d'essais et de censure de nos *posts*, une solution a finalement été trouvée. Des images neutres, sans aucun renvoi au terme « cannabis » et indiquant uniquement « Befragung / Enquête / Inchiesta » ont été utilisées, et seul le terme CBD a été mis dans les posts et dans l'introduction de l'enquête.

Au total, nous avons réunis environ 1200 questionnaires remplis par des consommateurs de CBD venant de toute la Suisse.

Toutes les personnes vivant en Suisse ne sont cependant pas présentes sur Facebook®, ce qui conduit à exclure de l'enquête une partie non-négligeable d'usagers potentiels. Pour le compenser en partie, nous avons demandé à une association de producteurs de CBD (IG Hanf®¹⁰) de bien vouloir demander à ses membres de transmettre le lien vers le questionnaire à ses clients, en particulier aux clients qui commandent sur internet. Nous ne savons pas quelle est la proportion des membres de l'association qui ont ainsi fait la promotion de notre enquête. Un Flyer pour l'enquête, avec un QR Code, a aussi été réalisé et mis à disposition sur le site d'IG Hanf lors de la Cannatrade® à Zürich en 2018. Le lien vers l'enquête a aussi été mis sur la page d'accueil d'Addiction Suisse. Cette seconde approche a permis de recruter plus de 300 personnes.

Réaliser une enquête à l'aide d'acteurs qui ont des intérêts économiques en lien avec le sujet de l'étude peut être problématique, particulièrement lorsqu'il s'agit d'une enquête en ligne que chacun et chacune peut remplir à souhait, y compris à plusieurs reprises. Pour échapper en partie à ce problème, nous avons créé deux bases de données séparées, l'une pour les usagers de CBD recrutés sur Facebook® et l'autre pour les clients des commerces/producteurs. Cette distinction est aussi faite dans l'analyse des données où nous considérons le plus souvent les répondants provenant de Facebook® comme échantillon principal et ceux provenant d'IG Hanf® comme échantillon secondaire permettant de compléter ou de questionner les observations faites. Comme on le verra ci-dessous, l'échantillon provenant des commerces/producteurs suggère en effet que celui recruté sur Facebook® ne couvre pas tous les types de clientèles.

Les deux collectes de données se sont déroulées au printemps et au début de l'été 2018. Au total, plus de 1500 personnes ont rempli le questionnaire avec une nette majorité de consommateurs de CBD actuels.

¹⁰ Nous souhaitons remercier ici l'association IG Hanf (<https://ighanf.ch/?lang=fr>) et en particulier Monsieur Cédric Heeb, pour cette collaboration.

5.2 Description des échantillons

La table ci-dessous présente les principales caractéristiques des deux échantillons de répondants qui ont été recrutés. Toutes les personnes qui y figurent ont déclaré déjà avoir consommé du cannabis CBD à au moins une reprise.

Table 1 : Caractéristiques des deux échantillons

	Echantillon recruté à l'aide de Facebook® N= 1191	Echantillon recruté avec l'aide de IG Hanf® N=323
Sexe		
Hommes	61.8%	67.8%
Femmes	38.2%	32.2%
Langue		
Germanophones	52.6%	48.9%
Francophones	32.9%	41.8%
Italophones	14.5%	9.3%
Âge		
18-29 ans	68.1%	28.8%
30-39 ans	18.6%	27.9%
40-49 ans	7.9%	15.8%
50 ans et plus	5.4%	27.6%
Formation		
Aucune indication	10.6%	6.2%
Ecole obligatoire ou moins	2.6%	1.5%
Formation sans maturité	58.5%	40.9%
Formation avec maturité ou supérieure	28.4%	51.4%
Activité professionnelle		
Aucune indication	10.8%	2.8%
En emploi	56.5%	57.0%
En formation (apprentissage ou études)	8.8%	7.5%
Sans emploi	21.4%	30.8%
Rentier (AVS/AI)	2.4%	1.9%

Les deux échantillons comprennent une majorité d'hommes et une nette surreprésentation des francophones et italophones par rapport à la population générale suisse. Ensemble, les latins constituent environ la moitié de chacun des deux échantillons. La population provenant de Facebook® est nettement plus jeune que l'autre (28.1 ans en moyenne contre 39.5), avec plus d'un quart des répondants provenant du recrutement à l'aide de IG Hanf® qui a 50 ans et plus alors que cette proportion n'est que d'environ 5% dans l'échantillon provenant de Facebook®. Il semble donc que la seconde méthode de recrutement nous ait donné accès à des usagers au profil différent du premier groupe. Sinon, on observe une proportion de personnes sans emploi assez élevée dans les deux échantillons.

Table 2 : Consommation de CBD durant la vie et actuelle dans les deux échantillons

	Echantillon recruté à l'aide de Facebook® N=1191	Echantillon recruté avec l'aide de IG Hanf® N=323
Nombre d'épisodes de consommation de CBD durant la vie		
Une fois	5%	2.5%
2-10 fois	26.7%	15.4%
11-50 fois	28%	28.5%
51-100 fois	11.1%	13%
Plus de 100 fois	22%	33.4%
Ne sait pas	7.2%	6.2%
Consommateurs actuels		
30 derniers jours	63.3% (N=754)	71.5% (N=231)
Fréquence 30 derniers jours		
1-9 jours	57.4%	40.7%
10-19 jours	13.9%	21.2%
20 jours et plus	28.6%	38.1%

Les données sur la consommation de CBD montrent que les deux échantillons comprennent des parts assez importantes (entre environ un tiers et près de la moitié des répondants selon l'échantillon) de consommateurs expérimentés qui ont déjà fait usage de cannabis CBD à plus de 50 reprises. Une très nette majorité des répondants sont aussi des consommateurs actuels avec, parmi-ceux-ci, plus d'un quart de consommateurs (quasi-)quotidiens (20 jours et plus durant le mois) dans les deux échantillons. Si l'on compare ces derniers, on observe que le second échantillon, plus âgé, comprend plus de consommateurs expérimentés et réguliers.

Table 3 : *Autres consommations actuelles chez les consommateurs actuels (30 derniers jours) de CBD*

	Echantillon recruté à l'aide de Facebook® N=754	Echantillon recruté à l'aide de IG Hanf® N=231
Tabac/e-cigarettes	85.1%	63.6%
<i>Tabac/e-cigarettes quotidien</i>	63.5%	42.9%
Cannabis illégal (THC)	63.7%	51.9%
<i>Cannabis illégal (THC) quotidien</i>	16.7%	18.2%
Autres drogues illégales	18.6%	12.6%

La consommation d'autres substances est particulièrement élevée dans les deux échantillons, et très nettement supérieure à celle que l'on retrouve en population générale. Cela vaut tant pour le tabac/l'e-cigarette, avec une nette majorité de consommateurs actuels et une proportion d'usagers quotidiens très élevée dans les deux échantillons, que pour le cannabis illicite. Pour ce dernier, plus de la moitié des consommateurs actuels de CBD déclarent aussi en avoir consommé durant le dernier mois, et un usager de CBD sur six environ déclare en faire usage tous les jours ou presque. Une partie non-négligeable des répondants consomme aussi d'autres drogues illégales, principalement des stimulants comme l'ecstasy (MDMA), la cocaïne et l'amphétamine. Toutefois, plus de la moitié de ces personnes en ont consommé durant seulement 1-3 jours durant le dernier mois et les usagers quotidiens d'autres drogues sont rares.

Peu de répondants (respectivement 4.5% et 12.1% dans chacun des échantillons) déclarent n'avoir jamais consommé du cannabis illégal (THC) dans leur vie. Il n'y a aussi que quelques rares individus qui déclarent avoir d'abord consommé du cannabis CBD avant de consommer du cannabis illégal. La thèse du cannabis CBD comme porte d'entrée vers le cannabis illégal ne semble donc pas confirmée par cette étude. A l'inverse, on observe que les usagers de cannabis CBD interrogés ont déjà, dans leur grande majorité, consommé du cannabis THC.

Table 4 : Maladies diagnostiquées par un médecin selon les consommateurs actuels (30 derniers jours) de CBD

	Echantillon recruté à l'aide de Facebook® N=754	Echantillon recruté avec l'aide de IG Hanf® N=231
Déclarent souffrir d'une maladie diagnostiquée par un médecin	28.4%	39.4%
Maladies diagnostiquées (plusieurs réponses possibles)		
	Echantillon recruté à l'aide de Facebook® N=213	Echantillon recruté avec l'aide de IG Hanf® N=91
Fibromyalgie, arthrite, rhumatismes, problèmes musculaires/articulaires	26.9%	30.9%
Dépression	19.7%	15.4%
TDAH	8.4%	5.5%
Phobies	7.4%	2.2%
Maladies du système digestif	6.9%	3.3%
Migraines	5.9%	9.9%
Problèmes dermatologiques	5.9%	4.4%
Troubles du sommeil	5.9%	4.4%
Personnalité borderline	5.4%	11%
Neuropathies, sclérose en plaques	4.9%	6.6%
PTSD	3.9%	4.4%
Problèmes cardiaques, tension artérielle	3.9%	3.3%
Allergies	3.9%	1.1%
Anxiété	3.4%	11%
Troubles bipolaires	3.4%	3.3%
Cancer/tumeurs	3%	5.5%
Asthme	2.5%	2.2%
Autres maladies physiques	20.7%	30.8%
Autres maladies psychiques	12.8%	3.3%
Pas de réponse	8.4%	11%

Les deux échantillons se caractérisent par un nombre élevé de personnes rapportant une maladie diagnostiquée par un médecin : plus d'une personne sur quatre parmi les usagers actuels de CBD dans l'échantillon tiré de Facebook®, plus jeune, et deux sur cinq dans l'échantillon recruté avec IG Hanf®. La plupart d'entre-elles ont ensuite indiqué dans une question ouverte le type de maladies qui a été diagnostiqué. Les maladies psychiques, seules ou en combinaison avec une maladie physique, sont plus souvent rapportées dans le premier échantillon (41.2% vs 24.2%), alors que c'est l'inverse pour les maladies physiques (60.8% vs 71.4%).

Les maladies les plus souvent rapportées par les usagers actuels de CBD font partie d'un groupe lié à la douleur (fibromyalgie, arthrite, rhumatismes, problèmes musculaires/articulaires) qui concerne plus d'un quart des personnes rapportant avoir une maladie diagnostiquée dans les deux échantillons, puis la dépression qui est rapportée par 15 à 20% d'entre eux. Sinon, c'est la diversité des maladies qui frappe le plus. Même si notre questionnaire n'a pas permis de faire un lien direct entre ces maladies et l'usage de CBD, on peut tout de même faire l'hypothèse qu'il existe une part non-négligeable de personnes qui sont dans des processus d'automédication ou de tentatives d'automédication avec ces produits, mais aussi potentiellement avec le cannabis illégal.

5.2.1 *A retenir sur l'échantillon des répondants*

En recourant à deux types de recrutement différents, à l'aide de Facebook® et par l'intermédiaire de IG Hanf®, nous avons pu interroger plus de 1'500 personnes vivant en Suisse et qui ont déclaré déjà avoir consommé au moins une fois du cannabis CBD. Environ deux-tiers de ces personnes sont aussi des consommateurs actuels. Les échantillons, qui ne peuvent prétendre représenter la population générale, sont constitués de près de deux tiers d'hommes et d'une moitié environ de latins (francophones et italophones). La structure d'âge diffère d'un échantillon à l'autre : si les plus de 40 ans représentent environ 13% du premier échantillon, ils sont 43% dans le second.

Les échantillons recrutés se caractérisent par des niveaux élevés de consommation actuelles de tabac/e-cigarettes (85.1% et 63.6% des usagers actuels de CBD), de cannabis illégal (63.7% et 51.9%) et d'autres drogues illégales (18.6% et 12.6%). Les répondants déclarent aussi souvent souffrir d'une maladie diagnostiquée par un médecin (28.4% et 39.4% des usagers actuels). Parmi celles-ci on trouve des maladies physiques mais aussi psychiques. Les maladies les plus fréquentes sont celles associées à des douleurs (fibromyalgie, arthrite, rhumatismes, problèmes musculaires/articulaires) et la dépression.

5.3 Initiation à la consommation de CBD

Un premier module de questions visait à investiguer pourquoi et comment s'est déroulée la première consommation de cannabis CBD.

Table 5 : *Motifs de la première consommation (plusieurs réponses possibles), regroupés en quatre catégories et par ordre d'importance de celles-ci (pour le premier échantillon)*

	Echantillon recruté à l'aide de Facebook® N=1191	Echantillon recruté avec l'aide de IG Hanf® N=323
Curiosité		
Par simple curiosité sans attentes particulières	46.4%	36%
Motivations liées à la consommation de cannabis illégal		
Pour pouvoir consommer du cannabis en toute légalité	28.2%	21.7%
Pour diminuer/arrêter ma consommation de cannabis illégal	19.1%	11.8%
Pour <u>éviter</u> les effets du THC	16.1%	12.7%
Pour <u>obtenir</u> les effets du THC	5%	2.8%
Motivations liées au bien-être et à la santé		
Pour mon bien-être	21.6%	35.1%
Pour traiter une maladie ou réduire des symptômes	17.6%	34.5%
Autres motivations		
Pour diminuer/arrêter ma consommation de tabac	7.8%	10.2%
Pour diminuer/arrêter ma consommation d'un-e autre produit/substance	2.1%	3.1%
Autre	1.3%	1.6%

La curiosité apparaît comme une motivation clé pour la première consommation de cannabis CBD. Au-delà, l'intérêt pour le CBD est souvent lié au cannabis illégal et à sa consommation. Le fait de pouvoir consommer du cannabis en toute légalité mais aussi de pouvoir réduire sa consommation de THC/du produit illégal sont des motifs assez fréquents de première consommation dans nos échantillons. Un autre groupe de motivations importantes concerne le bien-être et la santé (le traitement d'une maladie/de symptômes). Les autres motifs sont plus rares mais on peut noter que la volonté de diminuer/arrêter la consommation de tabac apparaît aussi chez un nombre non-négligeable de répondants.

Si l'on compare les deux échantillons, on observe que le second – plus âgé en moyenne – déclare que les motifs liés au bien-être et à la santé sont plus importants lors de la première expérimentation, alors que la volonté de réduire l'usage de cannabis illégal et d'échapper aux effets du THC est plus important dans le premier échantillon, plus jeune.

Table 6 : *Motifs de la première consommation pour raisons de bien-être et santé (plusieurs réponses possibles), regroupés en deux catégories et par ordre d'importance de celles-ci (pour le premier échantillon)*

	Echantillon recruté à l'aide de Facebook® N=399	Echantillon recruté avec l'aide de IG Hanf® N=176
Motifs de type « bien-être »		
Diminuer mon stress et/ou me détendre	67.9%	64.8%
Améliorer mon sommeil ou réduire mes insomnies	48.6%	60.2%
Améliorer mon bien-être général	35.6%	37.5%
Augmenter ma concentration	12.3%	10.8%
Augmenter mon énergie	8%	6.3%
Motifs liés à des maladies/troubles		
Soulager mes douleurs ou inflammations	42.4%	52.8%
Soigner mon anxiété ou ma dépression ou réduire ses symptômes	18%	17%
Réduire les symptômes d'une maladie diagnostiquée par un médecin	12.3%	16.5%
Soulager mes nausées ou mes vomissements	8.8%	5.7%
Soigner une maladie diagnostiquée par un médecin	8.5%	8%
Soigner un autre trouble psychique ou réduire ses symptômes	8.5%	4.5%
Soigner ma/mes blessure-s ou fracture-s	5.8%	7.3%
Réduire les symptômes dus à mon/mes traitements médical/médicaux	5%	4%
Soigner mon acné	0.8%	0.6%
Autre	2.3%	

Pour les 575 répondants ayant indiqué qu'ils avaient consommé du CBD la première fois pour des motifs liés au bien-être et/ou à la santé, on observe que la gestion du stress et du sommeil occupe une place prépondérante. Soulager ou soigner des troubles existants constitue un second ensemble de motifs dans cette population avec notamment une place importante pour le soulagement des douleurs et/ou inflammations. On observe aussi qu'une proportion de taille non-négligeable souhaite soigner ou réduire les symptômes de différents troubles/maladies, y inclus celles diagnostiquées par les médecins. Cela confirme une part d'automédication, ou de recherche d'automédication, en lien avec le CBD.

Table 7 : *Evaluation des effets en général lors de la première consommation*

	Echantillon recruté à l'aide de Facebook® N=1191	Echantillon recruté avec l'aide de IG Hanf® N=323
Très positifs	27.2	38.4
Plutôt positifs	37.9	40.9
Neutres/ aucun effet	28.8	16.7
Plutôt négatifs	3.2	2.5
Très négatifs	1.4	.9
Je ne sais pas	1.5	.6

Une très nette majorité des répondants déclare avoir jugé positivement (très positifs et plutôt positifs) les effets du cannabis CBD lors de leur première consommation. Cela vaut pour près de deux tiers des répondants du premier échantillon et près de 80% du second. Les effets négatifs semblent avoir été rares, alors que l'absence d'effets a été rapportée par environ un répondant sur quatre dans le premier échantillon et un sur six dans le second. Il en ressort globalement une perception positive de l'usage de cette substance lors de la première consommation

Table 8 : Produits (regroupés en catégories) utilisés lors de la première consommation (une seule réponse possible)

	Echantillon recruté à l'aide de Facebook® N=1191	Echantillon recruté avec l'aide de IG Hanf® N=323
Produits		
Fleurs, marijuana	80.4%	55.3%
Autres produits à fumer		
Cigarettes (au CBD)	7.6%	2.8%
Joints pre-roulés	2.7%	1.6%
Haschich/résine	1.4%	1.9%
Tabac à chicha (au CBD)	0.1%	0.3%
<i>Total</i>	11.8%	6.6%
Produits ingérables		
Huile	4%	23.6%
Teinture	0.7%	2.2%
Produits alimentaires (ex. thé, bonbons)	0.6%	1.6%
Capsules/gélules	0.3%	0.3%
<i>Total</i>	5.6%	27.7%
Autres produits		
E-liquide	1.2%	7.8%
Concentré/pâte	0.5%	1.2%
Crèmes, lotions ou autres produits cosmétiques	0.2%	1.2%
Wax/cire	0.2%	
Cristaux	0.1%	0.3%
Autre	0.2%	
<i>Total</i>	2.4%	10.5%

Les fleurs de cannabis ont été le principal produit lors de la première consommation, ce qui peut aussi être lié à leur grande visibilité à travers la vente en kiosque, station-service et supermarché. Huit répondants sur dix du premier échantillon et plus de la moitié du second ont consommé ce produit lors de leur premier usage de CBD. Dans le second échantillon, plus d'un quart des répondants ont débuté par l'usage d'un produit à ingérer, le plus souvent de l'huile. Les liquides pour e-cigarettes occupent encore une place assez importante comme produit initial dans cet échantillon. Dans l'autre, ce sont les cigarettes au CBD qui occupent cette place. D'ailleurs, cet échantillon est caractérisé par le fait que la fumée (combustion) concerne 91.9% des premiers usages alors que cette proportion ne représente que 51.8% dans le second (voir table ci-dessous). Le premier usage a aussi eu lieu le plus souvent en groupe alors que c'est l'inverse dans le second échantillon.

Table 9 : Mode et contexte de consommation lors de la première consommation (une seule réponse possible)

	Echantillon recruté à l'aide de Facebook® N=1191	Echantillon recruté avec l'aide de IG Hanf® N=323
Mode de consommation		
Fumée	91.9%	51.8%
Ingestion	6.3%	27.9%
Inhalation (ex. vaporisateur, e-cigarette...)	4%	15.2%
Application (cosmétiques, suppositoires)	0.7%	1.2%
Contexte de la consommation		
Seul(e)	37.4%	58.2%
Avec d'autres personnes	62.6%	41.8%

Nous souhaitons aussi connaître la provenance du produit utilisé lors de la première consommation.

Table 10 : Obtention du produit lors de la première consommation regroupée en deux catégories et par ordre d'importance de celles-ci (pour le premier échantillon) ; une seule réponse possible

	Echantillon recruté à l'aide de Facebook® N=1191	Echantillon recruté avec l'aide de IG Hanf® N=323
Achat		
Dans un magasin spécialisé	33.1%	32.2%
Dans un kiosque ou dans une station-service	21.7%	8.7%
Sur Internet	6.9%	28.2%
Dans un supermarché	5.0%	0.9%
Auprès de connaissances (pas de magasin)	2.5%	2.5%
<i>Total</i>	69.2%	72.5%
Sans achat		
Quelqu'un l'a partagé avec moi	23.3%	13.9%
C'était un cadeau ou un prêt	3.0%	5.0%
C'était un échantillon gratuit	2.3%	3.1%
Je l'ai cultivé/fabriqué moi-même	1.3%	5.0%
Pharmacies ou médecins	0.3%	0.3%
<i>Total</i>	29.5%	27.3%
Autre	0.6%	0.3%

Plus de deux-tiers des répondants dans les deux échantillons rapportent avoir acheté le cannabis CBD qu'ils ont consommé la première fois. La part des différents commerces où l'achat a eu lieu diffère cependant nettement, même si les magasins spécialisés sont les plus cités dans les deux échantillons. Ainsi, plus d'un quart des répondants du premier échantillon déclarent un achat dans des magasins physiques généralistes (kiosque, station-service et supermarché) alors qu'autant de répondants du second échantillon déclarent un achat sur internet¹¹. Le partage, les cadeaux et l'autoproduction occupent une place non-négligeable mais peut-être moins importante qu'on aurait pu l'imaginer pour des premières consommations. Cela suggère aussi que la vente du cannabis CBD joue un rôle prépondérant dans les premières tentatives.

5.3.1 *A retenir sur la première consommation*

Les deux motivations clés pour la première consommation de cannabis CBD ont été la curiosité et la possibilité de consommer du cannabis en toute légalité, mais le bien-être et la santé (le traitement d'une maladie/de symptômes), d'une part, et la volonté de réduire la consommation de cannabis illégal et/ou d'échapper aux effets du THC, sont aussi souvent mentionnées. Dans le second échantillon – plus âgé en moyenne – les raisons liées au bien-être et à la santé étaient plus importantes.

Les questions liées au stress et au sommeil occupent une place prépondérante dans la motivation des 575 répondants qui ont indiqué avoir consommé du CBD la première fois pour des motifs liés au bien-être et/ou à la santé. Soulager ou soigner des troubles existants, notamment des douleurs et inflammations, vient ensuite. Une partie non-négligeable des répondants souhaite aussi soigner ou réduire les symptômes de différents troubles/maladies, y inclus sans doute celles diagnostiquées par les médecins, suggérant une part non-négligeable de tentatives d'automédication.

Les répondants déclarent majoritairement avoir jugé positivement les effets du cannabis CBD lors de leur première consommation et les effets négatifs semblent avoir été rares.

Fumer des fleurs de cannabis est clairement la pratique usuelle de la première consommation de cannabis CBD chez les répondants. Toutefois, on retrouve aussi dans le second échantillon une part importante de répondants ayant ingéré la première fois de l'huile au CBD, une teinture, des produits alimentaires ou de gélules, ou encore ayant inhalé la vapeur d'une e-cigarette.

Environ deux-tiers des répondants rapportent avoir acheté le cannabis CBD dans un commerce. Le partage, les cadeaux ou les achats en lien avec une connaissance occupent une place non-négligeable mais peut-être moins importante qu'on aurait pu l'imaginer pour des premières consommations.

¹¹ Cela s'explique aussi par le mode de recrutement de cet échantillon à travers les producteurs/vendeurs

5.4 Focus sur les consommateurs actuels

La seconde partie de l'enquête ne concernait que les consommateurs actuels (30 derniers jours) et avait pour objectif de comprendre les motivations et caractéristiques des consommations en cours.

Table 11 : Produits (regroupés en catégories) consommés durant les 30 derniers jours (plusieurs réponses possibles)

	Echantillon recruté à l'aide de Facebook® N=754	Echantillon recruté avec l'aide de IG Hanf® N=231
Produits		
Fleurs, marijuana	86.7%	69.7%
Autres produits à fumer		
Cigarettes (au CBD)	13.7%	10.8%
Haschich/résine	9.9%	8.2%
Joints pre-roulés	4.2%	2.2%
Tabac à chicha (au CBD)	0.3%	0.4%
Produits ingérables		
Huile	12.1%	33.3%
Produits alimentaires (ex. thé, bonbons)	6%	6.9%
Teinture	2.8%	5.6%
Capsules/gélules	1.9%	3%
Autres produits		
E-liquide	4.5%	11.7%
Crèmes, lotions ou autres produits cosmétiques	3.3%	7.4%
Concentré/pâte	2%	3%
Wax/cire	1.6%	2.6
Cristaux	1.2%	0%
Suppositoires	0.1%	

Le nombre de différents produits au CBD consommé durant le dernier mois est en moyenne de 1.5 pour les usagers du premier échantillon et de 1.7 pour le second. Le produit phare de la consommation actuelle de CBD reste clairement les fleurs de cannabis avec une nette majorité de consommateurs interrogés qui rapportent en faire usage. L'utilisation d'autres produits fumables est rapporté par une part limitée des répondants. L'usage de cigarettes au CBD et celui de résine concerne ainsi chacun près d'un usager sur dix. Au-delà des produits à fumer, c'est l'huile au CBD qui constitue le produit le plus souvent cité, notamment chez les usagers du second échantillon où un tiers des personnes en ont fait usage durant le dernier mois. Les produits alimentaires, e-liquides et produits cosmétiques semblent constituer une catégorie intermédiaire qui bénéficie d'un petit succès alors que l'utilisation des autres produits semble marginale chez les répondants de nos échantillons.

Les fleurs et l'huile sont donc les deux produits dont la consommation est rapportée par le plus grand nombre de consommateurs actuels de CBD dans nos échantillons. Ci-dessous, nous examinons la fréquence de consommation et le mode d'approvisionnement de chacun de ces produits.

Table 12 : *Fréquence de consommation durant les trente derniers jours et mode d'approvisionnement chez les usagers de Fleurs*

	Echantillon recruté à l'aide de Facebook® N=652	Echantillon recruté avec l'aide de IG Hanf® N=161
Fréquence de consommation		
1-9 jours	51.5%	40.4%
10-19 jours	15.8%	16.1%
20 jours et plus	32.7%	43.5%
Approvisionnement		
Achats		
Magasins spécialisés	39.2%	36%
Kiosques ou stations-service	26.8%	16.1%
Connaissances (achat)	8%	6.8%
Supermarchés	7.4%	4.3%
Internet	5.3%	14.9%
Total	86.7%	78.1%
Cadeaux, dons, auto-production		
Partage	7.2%	4.3%
Cultivé/fabriqué soi-même	2.6%	13.7%
Cadeau/prêt	2.3%	2.5%
Echantillon gratuit	0.6%	1.2%
Total	12.7%	21.7%

Parmi les consommateurs actuels de fleurs ayant répondu à l'enquête, on observe une part importante (environ un tiers voir plus selon l'échantillon) d'usagers (quasi-)quotidiens. Cette proportion semble relativement importante et on peut postuler que ces personnes constituent une clientèle majeure pour le marché du CBD en Suisse. Si l'on regarde les modes d'approvisionnement, on remarque que l'auto production est rare, sauf dans le second échantillon, et que les lieux d'achat privilégiés sont les commerces spécialisés ainsi que les kiosques et stations-services. L'achat sur internet apparaît logiquement plus souvent dans le second échantillon puisque certains producteurs d'IG Hanf® ont fait la promotion de l'enquête auprès des personnes qui achètent par ce biais.

Table 13 : Fréquence de consommation et mode d'approvisionnement des usagers d'huile

	Echantillon recruté à l'aide de Facebook® N=90	Echantillon recruté avec l'aide de IG Hanf® N=76
Fréquence de consommation		
1-9 jours	61.1%	52.6%
10-19 jours	14.4%	10.5%
20 jours et plus	24.5%	36.8%
Approvisionnement		
	Achats	
Magasins spécialisés	64%	42.7%
Internet	16.9%	48%
Connaissances (achat)	2.2%	2.7%
Supermarchés	2.2%	
Kiosques ou stations-service	1.1%	
<i>Total</i>	<i>86.4%</i>	<i>93.4%</i>
	Cadeaux, dons, auto-production	
Cultivé/fabriqué soi-même	4.5%	1.3%
Echantillon gratuit	2.2%	
Cadeau/prêt	1.1%	2.7%
Partage	1.1%	
<i>Total</i>	<i>8.9%</i>	<i>4%</i>

Parmi les consommateurs actuels d'huile ayant répondu à l'enquête, on observe une part un peu moins importante d'usagers (quasi-)quotidiens que pour les fleurs. Si l'on regarde les modes d'approvisionnement, on observe que les lieux d'achat privilégiés sont, comme on pouvait s'y attendre, les commerces spécialisés et les sites internet qui proposent ces produits. L'autoproduction reste ici aussi rare.

Table 14 : Comparaison des motifs (plusieurs réponses possibles) de la consommation actuelle et de la première consommation (entre parenthèses)

	Echantillon recruté à l'aide de Facebook® N=754 (N=1191)	Echantillon recruté avec l'aide de IG Hanf® N=231 (N=323)
Curiosité		
Par simple curiosité sans attentes particulières	12.9% (46.4%)	9.3% (36%)
Motivations liées à la consommation de cannabis		
Pour pouvoir consommer du cannabis en toute légalité	31.6% (28.2%)	24.3% (21.7%)
Pour diminuer/arrêter ma consommation de cannabis illégal	22.6% (19.1%)	15% (11.8%)
Pour <u>éviter</u> les effets du THC	21.1% (16.1%)	13.7% (12.7%)
Pour <u>obtenir</u> les effets du THC	5.4% (5%)	4% (2.8%)
Motivations liées au bien-être et à la santé		
Pour mon bien-être, ma santé	46.1% (21.6%)	55.3% (35.1%)
Pour traiter une maladie ou réduire des symptômes	20.5% (17.6%)	35.4% (34.5%)
Autres motivations		
Pour diminuer/arrêter ma consommation de tabac	11.4% (7.8%)	11.5% (10.2%)
Pour diminuer/arrêter ma consommation d'un-e autre produit/substance	2.8% (2.1%)	4% (3.1%)
Autre	2.5% (1.3%)	(1.6%)

Si l'on s'intéresse aux motivations de la consommation actuelle (30 derniers jours) chez les répondants, on remarque que la curiosité joue un rôle beaucoup moins important que lors des premières consommations et que, à l'inverse, la volonté d'améliorer le bien-être et la santé joue un rôle plus important. Les autres motivations n'évoluent que peu. On trouve ainsi deux grands groupes de motivations liées à la consommation actuelle : le bien-être et la santé, d'une part, et la possibilité de consommer du cannabis légalement et le contrôle de la consommation de cannabis illégal, d'autre part.

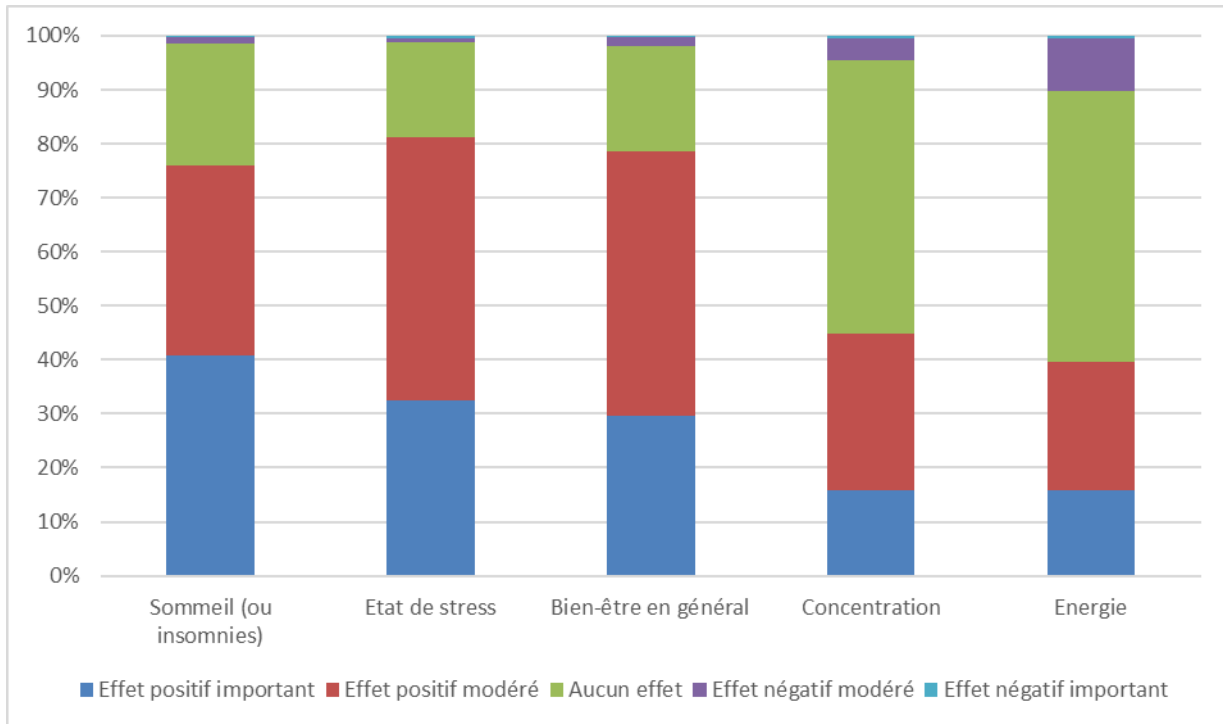
Table 15 : Comparaison des motifs de consommation pour raisons de bien-être et santé (plusieurs réponses possibles) de la consommation actuelle et de la première consommation (entre parenthèses)

	Echantillon recruté à l'aide de Facebook® N=425 (N=399)	Echantillon recruté avec l'aide de IG Hanf® N=161 (N=176)
Motifs de type « bien-être »		
Diminuer mon stress et/ou me détendre	73.2% (67.9%)	66.5% (64.8%)
Améliorer mon sommeil ou réduire mes insomnies	50.8% (48.6%)	59% (60.2%)
Améliorer mon bien-être général	43.8% (35.6%)	43.5% (37.5%)
Augmenter ma concentration	13.2% (12.3%)	9.9% (10.8%)
Augmenter mon énergie	9.2% (8%)	8.1% (6.3%)
Motifs liés à des maladies/troubles		
Soulager mes douleurs ou mes inflammations	34.1% (42.4%)	44.1% (52.8%)
Soigner mon anxiété ou ma dépression ou réduire ses symptômes	11.5% (18%)	13.7% (17%)
Réduire les symptômes d'une maladie diagnostiquée par un médecin	8.5% (12.3%)	12.4% (16.5%)
Soulager mes nausées ou mes vomissements	6.6% (8.8%)	4.3% (5.7%)
Soigner une maladie diagnostiquée par un médecin	7.3% (8.5%)	8.1% (8%)
Soigner un autre trouble psychique ou réduire ses symptômes	4.9% (8.5%)	3.7% (4.5%)
Soigner ma/mes blessure-s ou fracture-s	2.6% (5.8%)	1.9% (7.3%)
Réduire les symptômes dus à mon/mes traitements médical/médicaux	5.6% (5%)	3.7% (4%)
Soigner mon acné	0.9% (0.8%)	0.6% (0.6%)
Autre	0.5% (2.3%)	

La comparaison des motivations chez les répondants ayant indiqué consommer pour des raisons de bien-être et liés à la santé montre assez peu de différences entre la consommation actuelle et les premières consommations. On remarque simplement une hausse des motifs liés au bien-être et une baisse de ceux liés à des maladies/troubles. Une hypothèse pour l'expliquer pourrait être que certaines personnes malades (ou proches de malades) ont essayé le cannabis CBD pour une automédication et qu'elles l'on soit abandonné, soit utilisé par la suite plus pour des motifs liés au bien-être.

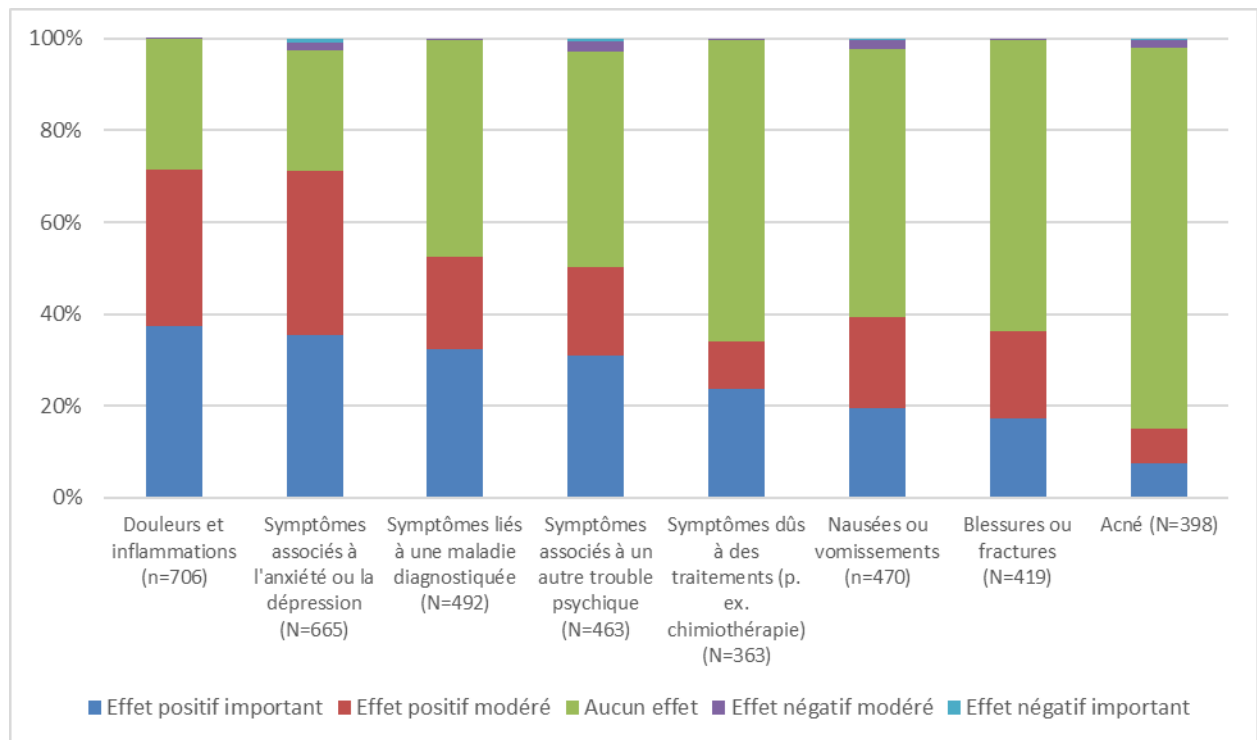
Finalement, nous avons demandé aux consommateurs actuels de CBD d'évaluer les effets de leur consommation au cours des 30 derniers jours sur leur bien-être, leur santé, y inclus les symptômes liés à des maladies ou traitements, ainsi que sur la consommation d'autres substances. Pour ces questions, nous avons réuni les deux échantillons. En général, celui provenant d'IG Hanf® rapportait des effets légèrement plus positifs que celui provenant de Facebook® mais l'appréciation générale était similaire

Graphique 1 : Evaluation de l'effet de la consommation de CBD durant le dernier mois sur différents aspects liés au bien-être et au sommeil (échantillons regroupés, N=985)



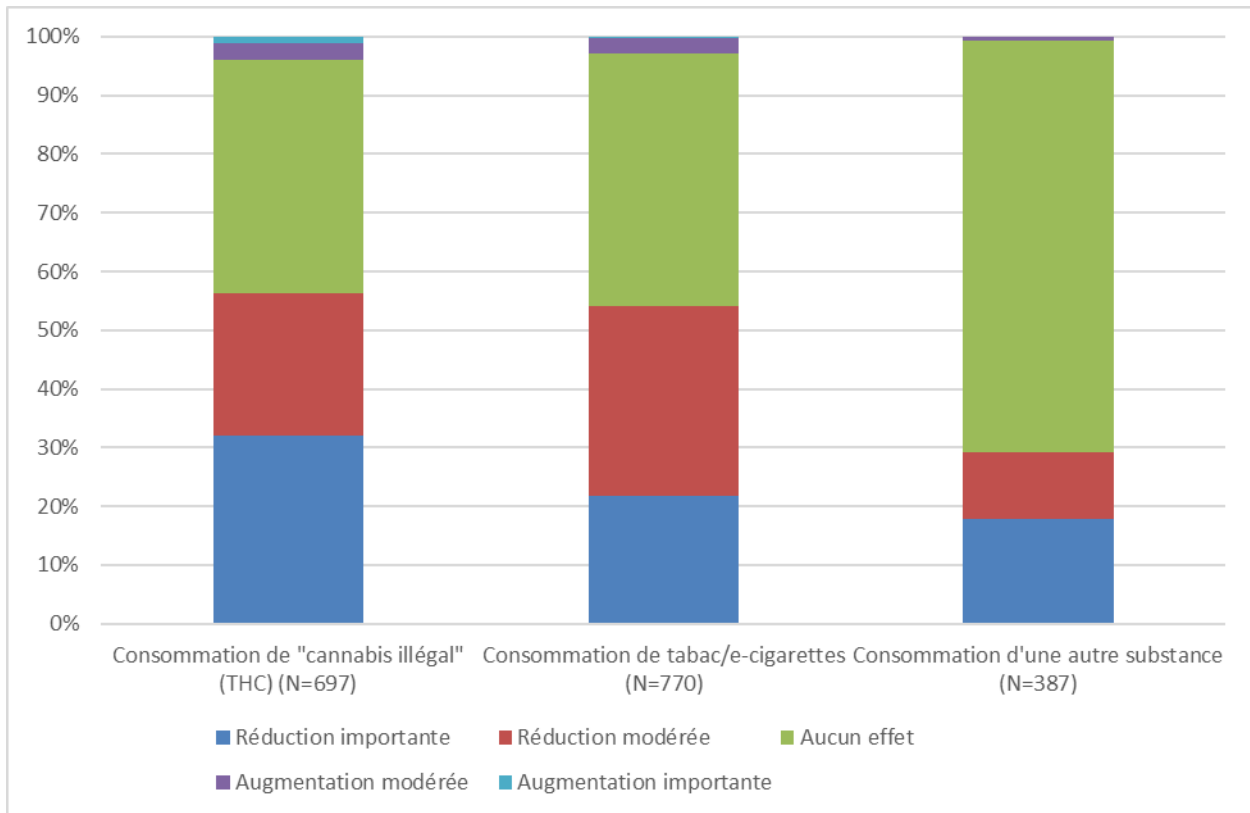
On observe une évaluation en général positive des effets du CBD sur le bien-être. Cela vaut particulièrement pour le sommeil, le stress et le bien-être en général pour lesquels environ huit répondants sur dix déclarent des effets positifs importants ou modérés. Pour les deux autres effets parfois associés à la consommation du CBD – la concentration et l'énergie – les avis sont plus mitigés, avec environ la moitié des répondants qui déclarent n'avoir ressenti aucun effet. Des effets négatifs, hormis peut-être concernant l'énergie où 10% des répondants déclarent de tels effets, sont très rarement rapportés.

Graphique 2 : Evaluation de l'effet de la consommation de CBD durant le dernier mois sur différents aspects liés à la santé et aux maladies (échantillons regroupés, N varie en fonction du nombre de personnes se sentant concernées par les questions)



Comme on peut l'observer dans le graphique ci-dessus, même si les effets négatifs restent rares, les avis sont plus tranchés s'agissant de l'effet positif du CBD sur les maladies et leurs symptômes. Ils sont favorables s'agissant des douleurs et inflammations, ainsi que des symptômes associés à l'anxiété et la dépression, pour lesquels près de trois quarts des répondants rapportent des effets positifs modérés ou importants. Une courte majorité de répondants rapporte aussi des effets positifs pour des symptômes liés à une maladie diagnostiquée ou liés à d'autres troubles psychiques que l'anxiété et la dépression. Parmi les personnes qui se sentent concernées par ce sujet, seule une minorité rapporte des effets positifs sur les symptômes dûs à des traitements, sur les nausées et vomissement, ou encore sur les blessures et fractures. Finalement, l'effet positif sur l'acné est le plus mal noté. Il faut toutefois tenir compte du fait que les répondants peuvent avoir répondu à des questions qui ne sont pas en lien avec leurs motifs de consommation.

Graphique 3 : Evaluation de l'effet de la consommation de CBD durant le dernier mois sur la consommation d'autres substances (échantillons regroupés, N varie en fonction du nombre de personnes se sentant concernées par les questions)



Les répondants jugent positivement l'effet de leur consommation actuelle de CBD sur celles de cannabis illégal et de tabac/e-cigarettes, puisqu'une majorité des personnes concernées rapporte une réduction importante ou modérée de l'usage de ces produits. L'enquête ne permet toutefois pas de savoir s'il s'agit d'un effet de remplacement ou s'il y a une diminution globale des consommations avec l'usage de CBD. Cette question est importante puisque, comme on l'a vu, les produits fumables sont les produits les plus consommés du marché du CBD. L'impact sur la consommation d'autres substances illégales est jugé moins positivement que pour le tabac et le cannabis illégal. Sinon, en général, les répondants s'accordent sur le fait que la consommation de CBD ne conduit que très rarement à une hausse de la consommation des autres substances.

5.4.1 A retenir sur les consommateurs actuels de CBD

Près de 1000 consommateurs actuels de CBD ont pu être interrogés dans le cadre de cette enquête, avec environ trois usagers sur dix qui consomment tous les jours ou presque (20 jours et plus) ce type de produits. Les fleurs de cannabis restent le produit phare chez les consommateurs actuels, suivi par l'huile au CBD. Les lieux d'achat privilégiés pour les fleurs restent les commerces spécialisés, les kiosques et les stations-services, alors que ce sont les commerces spécialisés et les sites internet pour l'huile.

Chez les consommateurs actuels, la curiosité joue évidemment un rôle peu important alors que la volonté d'améliorer le bien-être et la santé joue un rôle plus important que lors des premières consommations. On remarque toutefois une hausse générale des motifs liés au bien-être et une baisse de ceux liés aux maladies/troubles. L'autre grande catégorie de motivations liées à la consommation reste la possibilité de consommer du cannabis légalement et le fait de contrôler sa consommation de cannabis illégal.

Les usagers actuels ont souvent une évaluation positive des effets du CBD, particulièrement en lien avec leur bien-être. Cela vaut pour le sommeil, le stress et le bien-être en général. Les avis sont plus mitigés pour l'effet du CBD sur les niveaux de concentration et d'énergie.

S'agissant des effets sur les maladies et leurs symptômes, des avis très favorables sont donnés concernant les effets sur les douleurs et inflammations, ainsi que sur les symptômes associés à l'anxiété et la dépression. Les opinions restent positives pour des symptômes liés à une maladie diagnostiquée ou qui sont liés à d'autres troubles psychiques, mais elles sont nettement plus mitigées pour les symptômes dû à des traitements, les nausées et vomissement, les blessures et fractures, et l'acné.

L'effet de la consommation actuelle de CBD sur celles de cannabis illégal et de tabac/e-cigarettes est aussi jugé positivement puisqu'une majorité de répondants rapporte une réduction importante ou modérée de l'usage de ces produits, sans que l'on sache s'il s'agit d'un effet de remplacement ou s'il y a une diminution globale des consommations avec l'usage de CBD.

Finalement, les répondants rapportent très rarement des effets négatifs de la consommation actuelle de CBD sur le bien-être, les maladies/troubles ou la consommation d'autres substances.

5.5 Une typologie des usagers de CBD ?

Nous avons vu que les usagers de CBD se différencient par le sexe, l'âge, les motivations de consommation, la fréquence de consommation, les produits consommés, etc. Pour essayer de déterminer s'il était possible de développer une typologie des usagers regroupant différentes variables examinées, nous avons effectué une analyse en classes latentes à l'aide de STATA 15 et sa routine « gsem » en regroupant les deux échantillons. Les variables prises en compte sont les différents produits consommés au cours des 30 derniers jours, les motifs de consommation, ainsi que les variables sociodémographiques âge et sexe comme variables indicatrices. Parmi les différents produits, nous avons sélectionné uniquement ceux ayant au moins 10% de consommateurs parmi les répondants.

La comparaison de différents modèles nous a permis d'identifier celui qui s'ajustait le mieux à nos données. Le modèle final proposait une catégorisation en cinq classes à partir des dix variables retenues : consommer pour traiter une maladie, pour obtenir des effets sur mon bien-être et ma santé, pour éviter les effets du THC, pour pouvoir consommer du cannabis en toute légalité, pour diminuer/arrêter ma consommation de "cannabis illégal", par simple curiosité sans attentes particulières ; consommer de la marijuana/herbe/fleurs, des cigarettes (au CBD), de l'huile ; et la consommation de cannabis THC au cours des 30 derniers jours.

Les cinq classes ressortant de l'analyse sont les suivantes :

Alternative au THC (51.2% de l'ensemble des répondants) : ce groupe est caractérisé avant tout par les motifs de consommation pour « éviter les effets du THC », « diminuer/arrêter la consommation de THC » et « consommer le THC en toute légalité ». Ses membres consomment essentiellement des fleurs/marijuana, mais aussi du cannabis illégal (THC). Ils rapportent le second budget moyen le plus élevé parmi les cinq groupes avec environ Fr. 87.- dépensés par mois pour du CBD.

Bien-être (14.2%) : ce groupe est caractérisé par le motif de consommation « bien-être/santé ». Ses membres consomment surtout des fleurs/marijuana, mais aussi du cannabis illégal (THC). Ils sont plutôt jeunes en moyenne (29 ans) et ont le plus faible taux de maladie psychiques diagnostiquées (4.8%).

Maladie sans THC (13.2%) : ce groupe est caractérisé par les motifs de consommation « maladie » et « bien-être/santé ». Près de la moitié des personnes (48.4%) rapportent une maladie physique

diagnostiquée et une personne sur sept (14.1%) une maladie psychique. Ses membres (surreprésentés chez les personnes recrutées à l'aide de IG Hanf®) consomment surtout des huiles et pas de cannabis THC. Ils ont la fréquence moyenne de consommation la deuxième plus élevée (16.5 jours par mois) mais des dépenses moyennes assez faibles (Fr 80.- environ par mois), ce qui pourrait suggérer des dosages assez peu élevés. C'est le seul groupe où les femmes sont majoritaires et c'est de loin le groupe avec l'âge moyen le plus élevé (45 ans).

Maladie avec THC (12.0%) : ce groupe est surtout caractérisé par le motif de consommation « maladie » avec les taux les plus élevés de personnes déclarant une maladie diagnostiquée : 55.0% pour les maladies physiques et 33.3% pour les maladies psychiques. Ses membres consomment surtout des fleurs/marijuana, mais aussi du cannabis illégal (THC). Ils sont âgés en moyenne de 34.5 ans. C'est ce groupe qui dépense la plus grande somme d'argent en moyenne pour le CBD (Fr 131.50 par mois). Cela peut être lié aux produits consommés mais aussi à la fréquence moyenne de consommation qui, avec 17 jours par mois, est la plus élevée des cinq groupes.

Sans motifs particuliers (9.4%) : ce groupe est caractérisé avant tout par le motif de consommation « par curiosité sans attentes particulières ». Ses membres, qui sont en moyenne les plus jeunes (27 ans) des cinq groupes, consomment surtout des fleurs et aussi du cannabis illégal (THC). La fréquence de consommation est en moyenne la plus faible parmi les groupes avec environ dix jours d'usage durant le dernier mois et la moyenne des dépenses pour le CBD est très faible en comparaison avec les autres groupes (Fr. 33.50 par mois).

Cette analyse permet de mieux cerner la diversité des usagers de CBD. Elle suggère une première division entre les usagers qui ne consomment que du CBD et ceux qui consomment aussi du cannabis illégal (THC). Le seul groupe qui se limite au CBD est le plus âgé, composé avant tout de femmes, et avec une proportion assez importante de personnes qui rapportent une maladie. Ce groupe se distingue aussi par le fait que le produit phare ne sont pas les fleurs mais l'huile au CBD. Il pourrait comprendre de nombreuses personnes à la recherche d'une phytothérapie permettant de soulager leurs maux ou d'améliorer leur bien-être (sommeil, stress). Ce groupe constitue vraisemblablement l'une des clientèles types de certains sites internet et commerces spécialisés dans les produits contenant du CBD. Toutefois, on peut se demander si sa taille, et les dépenses moyennes de ses membres relativement limitées, suffisent à porter ce marché. Malheureusement, en l'absence de chiffres de vente des produits non-fumables, il est difficile de répondre à cette interrogation.

Tous les autres profils sont caractérisés par une consommation duale de cannabis CBD et de cannabis illégal (THC) principalement sous forme de fleurs. En outre, on observe peu de variations dans les fréquences de consommation de cannabis illégal parmi ces profils. En revanche, on observe des variations dans les motivations, les fréquences et dépenses liées au CBD.

Dans nos échantillons, le profil le plus fréquent est celui des usagers de cannabis illégal qui panachent leur consommation avec du CBD, notamment pour réduire leur usage de THC. Pour eux, fumer des fleurs de CBD semble constituer une alternative dans le cadre de leur consommation usuelle de cannabis. Un second groupe, sans doute proche du premier, consomme également du CBD en complément au THC mais avec une motivation différente, celle d'améliorer le bien-être et en particulier la gestion du stress qui a été rapportée comme raison par plus de trois quarts de ce groupe (la gestion du sommeil pas un peu moins de la moitié). Ce qui n'est pas clair, évidemment, c'est si cette motivation de bien-être ne s'applique qu'au CBD ou si elle englobe aussi le cannabis THC. Un troisième groupe de consommateurs duels est celui des « curieux » qui sont souvent des jeunes qui consomment du cannabis illégal et un peu de CBD, plus par curiosité que par véritable volonté d'obtenir des effets particuliers. Ces personnes jouent sans doute un rôle mineur dans le marché du CBD. Les trois groupes ci-dessus sont aussi en moyenne les plus jeunes parmi les cinq profils.

Finalement, il existe un groupe de personnes qui dans leur très grande majorité rapportent une maladie diagnostiquée et dont la motivation de consommation est donc liée santé/la maladie. Ce sont les plus gros consommateurs de CBD, en sus de leur consommation de cannabis illégal (THC), et ils se caractérisent par un âge moyen plus élevé que les autres consommateurs duals (CBD et THC) mais plus bas que les consommateurs de CBD seul.

En somme, on pourrait encore regrouper ces profils en trois catégories : les personnes plus âgées non-consommatrices de CBD et qui consomment pour des raisons liées au bien-être/à la santé, les jeunes qui panachent avec du CBD leur consommation de cannabis illégal pour différentes raisons, et les personnes malades qui se soignent à la fois avec le cannabis CBD et le cannabis illégal.

Comme nos échantillons ne sont pas représentatifs, et que le recrutement par deux méthodes nous a révélé que chacune conduisait à des biais de sélection, il est difficile d'extrapoler la taille et le poids des différents groupes. On peut tout de même suggérer que le marché du cannabis CBD fonctionne sans doute en grande partie à travers la consommation de ceux qui consomment déjà du cannabis illégal ; que les personnes malades qui se soignent déjà avec du cannabis illégal (THC) constituent un groupe important pour le marché du CBD ; que les curieux – souvent aussi des usagers de cannabis illégal (THC) - jouent désormais peut-être un rôle marginal dans ce marché.

D'un point de vue de santé publique, cette étude met en lumière une nouvelle fois l'existence d'automédications avec le cannabis, CBD et THC. Cela ne concerne pas que les personnes qui ont une maladie déclarée, mais aussi celles qui sont à la recherche de produits pour gérer le stress ou le sommeil. Il faut d'ailleurs se rappeler les évaluations très positives des usagers interrogés sur l'effet du CBD dans ces deux domaines, dans notre étude mais aussi aux Etats-Unis. Sinon, près de la moitié des personnes interrogées se retrouvent dans un groupe qui comprend une part non-négligeable de personnes déclarant consommer du CBD pour réduire/remplacer la consommation de THC. Cela peut recouvrir différentes situations allant de pouvoir mieux fonctionner au travail (un peu plus de la moitié des personnes interrogées sont en emploi) jusqu'à des tentatives de gérer une dépendance au cannabis.

6 Synthèse

Cette première plongée dans l'univers du CBD en Suisse a comporté trois volets : une brève revue des effets attribués à cette substance et des connaissances qui existent à ce sujet, une analyse de l'offre sur internet ainsi qu'une enquête auprès d'un échantillon d'usagers de CBD.

De nombreux effets sont attribués au CBD (cannabidiol), y compris sur certains sites qui vendent des produits qui contiennent cette molécule. Il est présenté comme un antidouleur et un anti-inflammatoire efficace, sans l'effet d'accoutumance de certains médicaments. Il réduirait aussi les nausées et augmenterait l'appétit. On lui attribue aussi des vertus relaxantes et apaisantes et il aurait aussi des effets anxiolytiques. Le CBD aurait encore des effets positifs sur l'humeur ainsi que sur le sommeil. Il aurait également un potentiel d'action antipsychotique qui pourrait aider les patients souffrants de schizophrénie, de trouble bipolaire, de dépression ou d'autres troubles mentaux.

Le CBD pourrait aussi empêcher la croissance de tumeurs et limiter la migration des cellules cancéreuses, et serait ainsi efficace contre différentes maladies tumorales et les cancers. Des effets neuroprotecteurs pourraient aussi réduire la sévérité des symptômes lors de certaines maladies neurodégénératives. Il réduirait aussi l'inflammation artérielle, pouvant mener à des complications à long terme comme des maladies cardiovasculaires, et pourrait même stabiliser le taux de glycémie. Il pourrait encore soigner ou réduire les symptômes liés à différentes formes d'épilepsie ou à d'autres troubles neurologiques (ex. sclérose en plaques). Finalement, il serait encore efficace pour réduire l'acné, augmenter l'énergie ou encore prévenir les problèmes de digestion. Il est également mentionné comme pouvant jouer un rôle dans le cadre du traitement des addictions.

Les effets attribués vont ainsi d'une simple amélioration du bien-être, à un effet de relaxation, au traitement de la douleur, à la capacité à fortement réduire les symptômes de certaines maladies chroniques, voir jusqu'à des effets curatifs ou préventifs vis-à-vis de certaines pathologies.

Une brève analyse des connaissances existantes, basée sur des revues de littérature généralistes, montre que les recherches sur les effets du CBD avancent rapidement mais qu'elles restent globalement encore assez limitées. Cela est dû à l'interdiction qui a longtemps empêché ces études mais aussi au design des études existantes, à la diversité des pathologies étudiées et des produits et dosages utilisés. Un bilan sommaire des connaissances actuelles, suggère que la réduction des douleurs et de l'anxiété constituent deux domaines prometteurs avec un effet de la molécule à certaines doses. La diminution des spasmes liés à la sclérose en plaque et des crises associées aux différentes formes d'épilepsie, constituent les champs dans lesquels la recherche médicale avance le plus, notamment à travers des essais cliniques avec des médicaments contenant du CBD (Sativex® et Epidiolex®). Pour le restant des effets attribués au CBD, la recherche ne fait souvent que commencer et il est bien difficile de se prononcer à ce stade sur leur véracité. On ne connaît par contre à l'heure actuelle pas de dangers importants ou d'effets indésirables en lien avec l'usage du CBD, à l'exception bien sûr de ceux liés à la combustion/fumée. Il peut en revanche y avoir des interactions entre le CBD et certains médicaments qui modifient l'action de ces derniers.

Les promesses d'effets liés au CBD sont, en l'état actuel des connaissances, donc souvent largement exagérées. Ce n'est en soi pas une situation inhabituelle et il existe d'autres produits phytothérapeutiques dont la vente se nourrit de telles promesses, souvent ni vérifiées, ni confirmées. Le CBD vient ici s'ajouter à une liste déjà longue de produits. Toutefois, comme le CBD est souvent consommé sous forme de fumée, il se différencie par les risques qu'induit ce mode de consommation. Pour les autres produits du CBD qui ne font pas l'objet d'une combustion, cela reste une substance dont on doit au minimum reconnaître qu'elle pourrait avoir des effets sur certains symptômes et troubles. Il y a aussi l'effet placebo dont il ne faut pas sous-estimer la portée pour certaines personnes, tout comme la volonté de s'occuper de sa santé ou d'agir

activement contre sa maladie ou ses symptômes. Et, comme pour les autres produits phytothérapeutiques, ces conditions peuvent être suffisantes, dans l'attente d'études cliniques plus avancées, pour que des personnes souffrant de maux et troubles divers s'intéressent au CBD.

Une analyse du contenu de 90 sites vendant des produits contenant du CBD en Suisse montre qu'ils s'adressent avant tout aux particuliers mais qu'il existe aussi de nombreux grossistes/fournisseurs pour les entreprises et magasins qui souhaitent vendre ces produits. La majorité des sites sont liés à un commerce physique ce qui suggère que la vente duale – sur internet et dans des shops – constitue le modèle commercial privilégié.

Un âge d'accès aux produits est mentionné sur la majorité des sites (72%) mais pas sur les autres, notamment sur cinq sites qui vendent des produits fumables. Environ quatre shops sur dix identifiés se gardent de mentionner des informations sur les effets du CBD sur la santé alors que les autres le font indirectement, par des renvois à des pages externes, ou directement en mentionnant des effets thérapeutiques ou quasi-thérapeutiques (bien être, stress, sommeil) sur leur site.

Les sites proposent une grande variété de produits. Les fleurs (Marijuana) restent très nettement le produit phare du marché et le plus consommé. Elles sont complétées par d'autres produits fumables (résine, joints pré-roulés, cigarettes au CBD, tabac à Shisha). Les liquides pour e-cigarettes sont proposés par plus d'un tiers des sites. Sinon, il faut remarquer la place importante des huiles – produit le plus souvent proposé après les fleurs – et des teintures contenant du CBD. On trouve aussi passablement de produits alimentaires contenant cette molécule. Ces produits sont utilisés par ingestion et visent sans doute aussi des clientèles de non-fumeurs. Les cristaux de CBD sont proposés par plus d'un quart des sites et semblent faire l'objet de multiples usages : préparation d'autres produits qui seront vendus, préparations « maison » ou multiples formes de consommation tel quel. Finalement, on observe aussi un large assortiment de produits cosmétiques contenant du CBD qui suggère que le marché s'adresse aussi à d'autres clientèles.

L'analyse des sites montre ainsi un marché étendu et diversifié, avec une multitude de sites, de produits qui sont mis en vente et de très nombreuses marques offertes. On observe aussi de grandes différences dans les taux de CBD annoncés pour chaque type de produit, ce qui suggère une grande variété de concentrations dans les produits mais aussi de dosages de CBD chez les usagers.

En recourant à deux types de recrutement différents, à l'aide de Facebook® et par l'intermédiaire de IG Hanf®, plus de 1'500 personnes vivant en Suisse et qui ont déclaré déjà avoir consommé au moins une fois du cannabis CBD ont pu être interrogées. Ces échantillons, qui ne peuvent prétendre représenter la population générale, sont constitués de près de deux tiers d'hommes et d'une moitié environ de latins (francophones et italophones).

Environ deux-tiers des personnes interrogées sont aussi des consommateurs actuels (30 derniers jours) et près d'un tiers consomme du CBD tous les jours ou presque. Une majorité des usagers actuels consomme aussi du tabac/des e-cigarettes et/ou du cannabis illégal. Environ un tiers des répondants déclarent souffrir d'une maladie diagnostiquée par un médecin. Les maladies les plus fréquentes sont celles liées à la douleur (fibromyalgie, arthrite, rhumatismes, problèmes musculaires/articulaires) ainsi que la dépression.

Les motivations clés pour la première consommation de cannabis CBD ont été la curiosité et la possibilité de consommer du cannabis en toute légalité, mais le bien-être et la santé (le traitement d'une maladie/de symptômes), d'une part, et la volonté de réduire la consommation de cannabis illégal et/ou d'échapper aux effets du THC, d'autre part, sont aussi souvent mentionnées.

Le stress et le sommeil occupent une place prépondérante dans la motivation des 575 répondants qui ont indiqué avoir consommé du CBD la première fois pour des motifs liés au bien-être et/ou à la santé. Soulager ou soigner des troubles existants, notamment des douleurs et inflammations, vient ensuite. Une partie non-négligeable des répondants souhaite aussi soigner ou réduire les symptômes de différents troubles/maladies, y inclus sans doute celles diagnostiquées par les médecins, suggérant une part non-négligeables de tentatives d'automédication.

Fumer des fleurs a été la pratique usuelle de la première consommation de CBD chez les répondants mais on retrouve aussi des personnes ayant ingéré de l'huile au CBD, une teinture, des produits alimentaires ou des gélules, ou encore ayant inhalé une e-cigarette. Environ deux-tiers des répondants rapportent avoir acheté le cannabis CBD dans un commerce. Le partage, les cadeaux ou les achats en lien avec une connaissance occupent une place moins importante. Les répondants déclarent majoritairement avoir jugé positivement les effets du cannabis CBD lors de leur première consommation et les effets négatifs semblent avoir été rares.

Si l'on fait un focus sur les près de 1000 consommateurs actuels de CBD qui ont pu être interrogés, on observe toujours la prédominance des fleurs de cannabis suivi par l'huile au CBD. La volonté d'améliorer le bien-être et la santé joue un rôle plus important que lors des premières consommations. On remarque toutefois une hausse générale des motifs liés au bien-être et une baisse de ceux liés aux maladies/troubles. L'autre grande catégorie de motivations liées à la consommation reste la possibilité de consommer du cannabis légalement et le fait de contrôler sa consommation de cannabis illégal.

Les usagers actuels ont une évaluation positive des effets du CBD, particulièrement en lien avec leur bien-être. Cela vaut pour le sommeil, le stress et le bien-être en général. Les avis sont plus mitigés pour l'effet du CBD sur les niveaux de concentration et d'énergie. S'agissant des effets sur les maladies et leurs symptômes, des avis très favorables sont donnés concernant les effets sur les douleurs et inflammations, ainsi que sur les symptômes associés à l'anxiété et la dépression. Ces jugements rejoignent ceux d'une étude américaine auprès d'usagers de CBD pour raisons médicales (BrightfieldGroup & HelloMD, 2017). Sinon, les opinions des répondants suisses restent positives pour l'effet sur des symptômes liés à une maladie diagnostiquée ou qui sont liés à d'autres troubles psychiques, mais elles sont nettement plus mitigées pour les symptômes dû à des traitements, les nausées et vomissement, les blessures et fractures, et l'acné.

L'effet de la consommation de CBD sur l'usage de cannabis illégal et de tabac/e-cigarettes est aussi jugé positivement puisqu'une majorité de répondants rapporte une réduction importante ou modérée de l'usage de ces produits, sans que l'on sache s'il s'agit d'un effet de remplacement ou s'il y a une diminution globale des consommations avec l'usage de CBD. Finalement, les répondants rapportent très rarement des effets négatifs de la consommation actuelle de CBD sur le bien-être, les maladies/troubles ou la consommation d'autres substances.

Une analyse permettant de dégager des profils-type parmi les personnes interrogées en a révélé au moins cinq : un profil plutôt féminin, plus âgé, sans consommation de cannabis illégal et avec usage de CBD sous forme d'huile pour des raisons médicales et/ou de bien-être ; un profil de personnes malades, consommant du cannabis illégal et du CBD sous forme de fleurs, avec une fréquence et des dépenses élevées ; un profil de personnes plutôt jeunes consommant du CBD en complément ou conjointement avec du cannabis illégal pour des motifs liés au bien-être qui concernent surtout le stress et le sommeil ; un profil, de loin le plus fréquent parmi les personnes interrogées, de consommateur de cannabis illégal plutôt jeune qui modère/panache cette consommation avec celle de CBD ; finalement, un profil de curieux qui consomme lui aussi du cannabis illégal et s'intéresse aux effets que peut procurer le CBD.

Table 16 : Principales catégories d'usagers identifiées

	Maladie sans THC	Maladie avec THC	Bien-être	Alternative au THC	Sans motifs particuliers
Raison principale	Traiter des maladies	Traiter des maladies	Bien-être ou santé	Divers	Simple curiosité
Produit	Huile	Fleurs	Fleurs	Fleurs	Fleurs
Consommateurs de THC (30 derniers jours)	Très peu	Majorité	Majorité	Majorité	Majorité
Sexe (majorité)	Femmes	Hommes	Hommes	Hommes	Hommes
Maladies psychiques	env. 15%	33%	moins de 10%	moins de 10%	moins de 10%
Maladies physiques	env. 50%	env. 55%	moins de 10%	moins de 10%	moins de 10%
Age moyen	45	35	29	28	27
Budget mensuel (CHF)	79	132	74	87	33

Cette première géographie des usagers de CBD suggère un spectre allant de personnes malades en automédication, en passant par des personnes souhaitant améliorer leur bien-être (réduire le stress, améliorer le sommeil) jusqu'à des usagers de cannabis illégal qui modèrent leur consommation avec du CBD ou le consomment par simple curiosité.

Cette première vue d'ensemble permettra aussi de voir comment celui-ci va se développer à l'avenir, comment les connaissances sur les effets de cette molécule vont évoluer, si les fleurs vont rester le produit phare du marché suisse, si l'offre sur internet va rester aussi abondante, si la clientèle restera composée en grande partie d'usagers de cannabis illégal, si de nouveaux produits et de nouveaux usages vont apparaître, si le cannabis CBD va rester sur les étagères des supermarchés, etc.

Bibliographie

- Aran, A., Cassuto, H., Lubotzky, A., Wattad, N. & Hazan, E. (2018). Brief Report: Cannabidiol-Rich Cannabis in Children with Autism Spectrum Disorder and Severe Behavioral Problems-A Retrospective Feasibility Study. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 1-5.
- Burstein, S. (2015), Cannabidiol (CBD) and its analogs: a review of their effects on inflammation. *Bioorganic & Medicinal Chemistry*, 23, 137-1385.
- Campos, A. C., Fogaça, M. V., Sonego, A. B. & Guimarães, F. S. (2016). Cannabidiol, neuroprotection and neuropsychiatric disorders. *Pharmacological Research*, 112, 119-127.
- Grotenhermen, F. & Müller-Vahl, K. (2017). Medicinal Uses of marijuana and Cannabinoids. *Critical Reviews in Plant Sciences*, 35(5-6), 378-405.
- Hahn, B. (2017). The Potential of Cannabidiol Treatment for Cannabis Users With Recent-onset Psychosis. *Schizophrenia Bulletin*, 1-8. doi: 10.1093/schbul/sbx105
- Iffland, K. & grotenhermen, F. (2017). An update on safety and side effects of cannabidiol: a review of clinical data and relevant animal studies. *Cannabis and Cannabinoid Research*, 2(1), 139-154.
- Marthaler, M., Udrisard, R. und Zobel, F. (2016). *Rekrutierung von Teilnehmenden für die europäische online Drogenbefragung*. Lausanne: Sucht Schweiz.
- Morabito, D., Soyster, P., Ramey-Wright, S., Belendiuk, K. A. & Bonn-Miller, M. O. (2016). A Review of Recent Advances in the Therapeutic Uses of Secondary Cannabinoids. *Current Addiction Reports*, 3, 230-238.
- National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine (2017). *The health effects of cannabis and cannabinoids: The current state of evidence and recommendations for research*. Washington, DC: The National Academies Press. doi:10.17226/24625.
- Russo, E. B. (2011). Taming THC: potential cannabis synergy and phytocannabinoid-terpenoid entourage effects. *British Journal of Pharmacology*, 163, 1344-1364.
- Russo, E. B. (2017). Cannabidiol Claims and Misconceptions. *Trends in Pharmacological Sciences*, 38(3), 198-201.
- Volkow, N. D. (2015, juin). *The biology and potential therapeutic effect of cannabidiol*. Senate Caucus on International Narcotics Control.
- Whiting, P. F., Wolff, R. F., Deshpande, S., Di Nisio, M., Duffy, S., Hernandez, A. V., Keurentjes, C., Lang, S., Misso, K., Ryder, S., Schmidkofer, S., Westwood, M. & Kleijnen, J. (2015). Cannabinoids for medical Use: A systematic review and meta-analysis. *JAMA*, 313(24), 2456-2473.