

Absorption orale

Le cannabis est consommé par voie orale en absorbant les cannabinoïdes d'un produit (comme l'huile ou les bandes sublinguales) à travers les muqueuses de la bouche.



Comment les cannabinoïdes sont absorbés

Dans votre bouche, les cannabinoïdes traversent la muqueuse buccale (dans vos joues et sous votre langue) et dans la circulation sanguine.



Calendrier des effets

L'absorption des cannabinoïdes par voie orale est lente et peut être irrégulière.



Des astuces pour minimiser les risques

Commencez par une faible dose, environ 0,2 ml d'huile, puis attendez 30 minutes à deux heures pour déterminer les effets avant d'en consommer davantage.



SOURCES

Renseignements pour le consommateur—Cannabis, Santé Canada

[7 choses que vous devez savoir sur le cannabis comestible](#), Centre canadien de lutte contre l'alcoolisme et les dépendances aux substances

[Énoncés de preuves](#), surveillance des problèmes de santé liés à la marijuana, Département de la santé publique et de l'environnement du Colorado

[Lignes directrices canadiennes sur l'usage du cannabis à faible risque \(LRCUG\)](#), CAMH

[Effets du cannabis sur la santé](#), Santé Canada