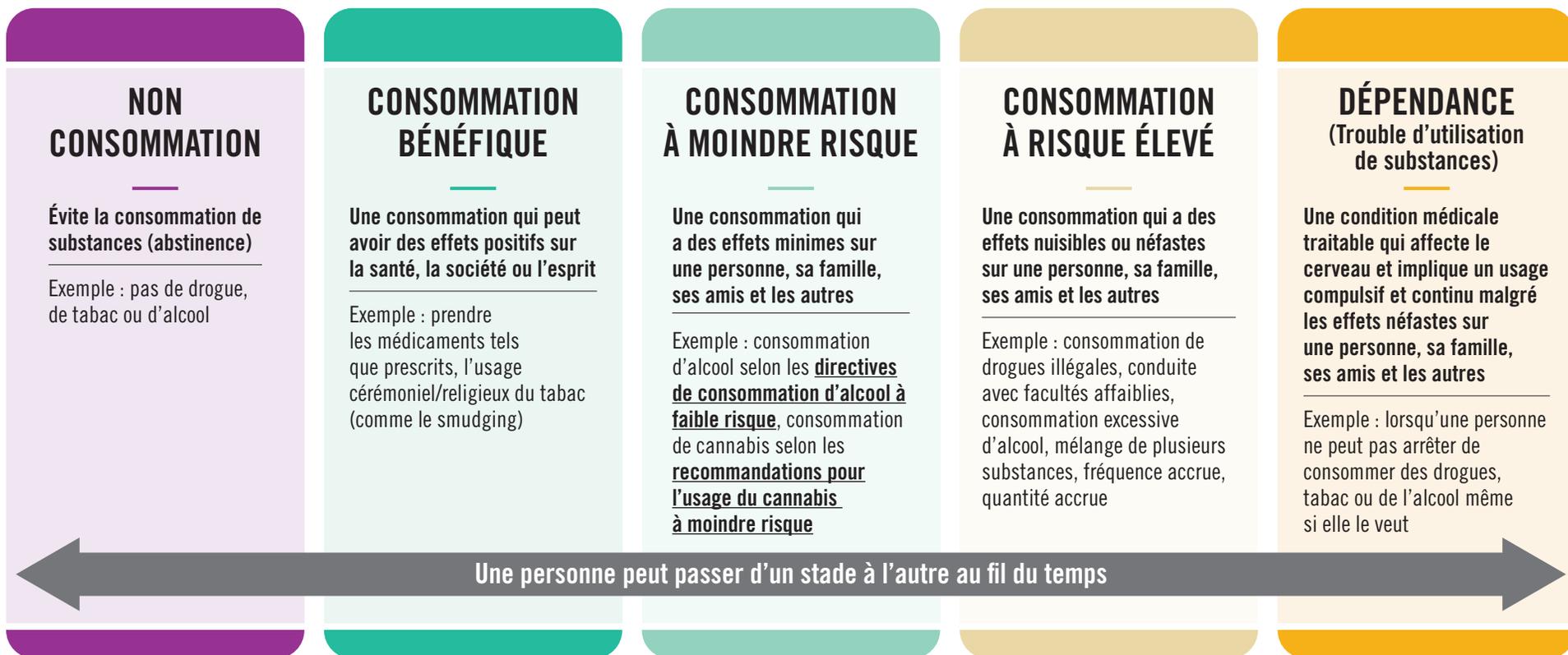


LE SPECTRE DE LA CONSOMMATION DE SUBSTANCES

Les gens consomment des substances telles que des **drogues illicites et réglementées**, le **cannabis**, le **tabac/la nicotine** et l'**alcool** pour différentes raisons, notamment à des fins médicales, religieuses ou cérémonielles, pour leur plaisir personnel ou pour gérer le stress, un traumatisme ou la douleur. La consommation de substances est différente pour chacun et peut être vue sur un spectre avec différents stades de bienfaits et de méfaits.



REMARQUES

- Les drogues, le tabac et l'alcool ont des effets différents sur une personne en fonction de facteurs tels que les substances consommées, la tolérance, le sexe, l'âge, le poids et tout problème de santé sous-jacent, entre autres.
- La meilleure façon d'éviter les méfaits de la consommation de substances est d'éviter la consommation. Cependant, de nombreuses personnes consomment des substances qui ne présentent pas un risque de méfaits pour elles-mêmes ou les autres. Dans certains cas, les substances présentent un risque grave de méfaits, quel que soit le niveau de consommation.
- Les enfants et les jeunes adultes sont particulièrement vulnérables aux effets de différentes substances en raison des conséquences néfastes sur leur développement. Dans certains cas, il peut n'y avoir aucun niveau de consommation bénéfique ou de consommation à moindre risque.
- Le chemin vers la guérison de la dépendance est possible, mais il est différent pour chacun. Certaines personnes peuvent bénéficier de la non-consommation (abstinence), tandis que d'autres peuvent avoir besoin d'un type de soutien différent, qui peut inclure des médicaments, de la thérapie, la gestion du sevrage et des services d'accompagnement tels que l'emploi et le logement pour favoriser le bien-être à long terme.
- Des **ressources** sont disponibles afin d'aider les personnes qui sont aux prises avec un trouble d'utilisation de substances. Grâce à différents types de soutiens appropriés, il est possible pour une personne d'améliorer sa santé à n'importe quel niveau du spectre.