

Le cannabis thérapeutique suscite de plus en plus d'intérêt en France, notamment pour le traitement de la douleur chronique. Pourtant, un mélange d'espoirs mal fondés, de sous-diagnostic et d'un système de santé très orienté vers le traitement aigu crée un parcours de soins complexe pour les patients concernés. Alors, que doit-on attendre de son médecin généraliste en matière de prescription de cannabis thérapeutique ? Cet article fait le point sur la situation actuelle, les freins à l'accès au traitement et les alternatives disponibles en parallèle.

## **Douleur chronique invisible : un défi médical souvent négligé**

La douleur chronique est une réalité invisible qui touche plus de 10 millions de Français selon l'INSERM. Souvent mal reconnue, elle est fréquemment sous-diagnostiquée et sous-traitée. Cette forme de douleur, qu'elle soit neuropathique, inflammatoire ou centrale, ne se manifeste pas toujours de manière évidente, ce qui complique son évaluation dans un système hospitalier centré sur l'urgence et la pathologie aiguë.

Dans ce contexte, les parcours de soins sont souvent fragmentés : chaque spécialiste ou intervenant - qu'il soit médecin de ville, spécialiste hospitalier, centre antidouleur ou praticien en médecine physique spécialisée - opère dans sa discipline sans toujours une coordination fluide. Résultat ? Une prise en charge partielle, avec un risque accru d'épuisement psychologique, de traitements inefficaces ou mal adaptés.

## **Le cannabis thérapeutique : une prescription hospitalière encadrée**

En France, le cadre légal autour du cannabis thérapeutique reste strict. La prescription ne peut être réalisée que par des spécialistes hospitaliers dans le cadre d'une expérimentation médicale supervisée par l'ANSM (Agence Nationale de Sécurité du Médicament). Cette limitation exclut, pour le moment, les médecins généralistes de la possibilité de prescrire directement le cannabis thérapeutique.

- **Pourquoi ce cadre restrictif ?** L'encadrement vise à sécuriser l'usage de ce traitement, encore qualifié d'exceptionnel, dans une situation sanitaire où le recul scientifique est en cours d'acquisition.
- **Quid de l'accès au traitement ?** Seuls les patients souffrant de douleurs réfractaires, souvent neurosensorielles ou associées à des pathologies lourdes telles que la sclérose en plaques, peuvent bénéficier d'une prescription expérimentale hospitalière.

Ce cadre explique en partie les frustrations exprimées par les patients et même certains médecins généralistes, qui se sentent parfois démunis face à la demande croissante de ce type de thérapie.

## **Le rôle limité du médecin généraliste**

Votre médecin traitant joue un rôle crucial dans la détection et le suivi de douleur chronique, mais il ne peut pas prescrire du cannabis à ce jour. En revanche, il est souvent votre premier interlocuteur pour :

- Évaluer l'intensité et la nature de la douleur.
- Orienter vers un centre antidouleur ou un spécialiste pour approfondir le diagnostic.
- Prescrire ou réajuster les traitements classiques et proposer des alternatives comme les thérapies cognitivo-comportementales (TCC) ou la médecine physique spécialisée.
- Coordonner le parcours de soins, afin de limiter les ruptures et la dispersion des traitements.

Le patient souffrant de douleur chronique gagnera ainsi à bénéficier d'un suivi global personnalisé intégrant ces différentes approches, lui assurant une meilleure qualité de vie.

# Les alternatives et compléments à la prescription hospitalière de cannabis thérapeutique

Puisque la prescription reste hospitalière et encadrée, il est utile de s'intéresser aux autres dispositifs pouvant améliorer la prise en charge de la douleur chronique.

## Centres antidouleur : points clés d'une prise en charge multidisciplinaire

Les centres antidouleur, souvent rattachés à des hôpitaux universitaires, proposent une approche multidimensionnelle. On y associe divers spécialistes :

- Neurologues et anesthésistes spécialisés en douleur.
- Psychologues habitués aux thérapies cognitivo-comportementales (TCC) pour gérer la dimension mentale et émotionnelle de la douleur.
- Praticiens en médecine physique spécialisée, qui orientent vers des techniques de rééducation et d'adaptation fonctionnelle.

Ce modèle structurel vise à offrir un parcours coordonné, dynamique, différent du modèle traditionnel centré sur le seul traitement médicamenteux. Il permet aussi d'éviter l'errance diagnostique et la chronification de la douleur.



## Thérapies cognitivo-comportementales (TCC) : une aide complémentaire

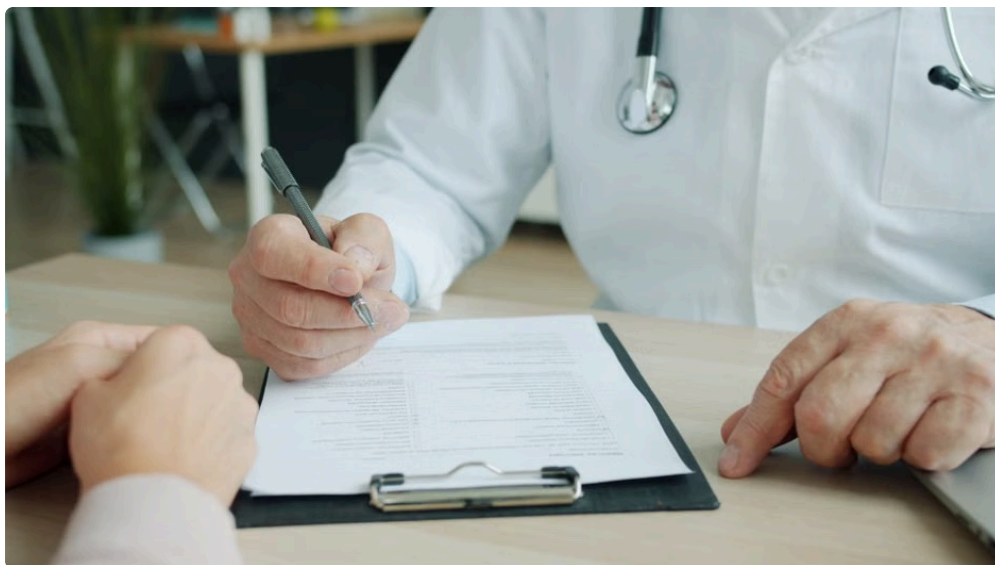
Le rôle des TCC dans la prise en charge de la douleur chronique est de mieux comprendre et gérer les réactions émotionnelles, le stress ou l'anxiété associés à la douleur. Cette approche psychothérapeutique, souvent proposée dans les centres antidouleur ou par des psychologues spécialisés, aide à renforcer l'efficacité des traitements médicaux par un travail sur les comportements et cognitions.

## Médecine physique spécialisée : réhabilitation et soulagement fonctionnel

La médecine physique, en complémentarité, vise à restaurer l'autonomie fonctionnelle des patients confrontés à la douleur chronique. Par exemple, des techniques de kinésithérapie adaptées, d'ergothérapie ou de stimulation physique peuvent réduire la souffrance et améliorer la qualité de vie, ouverture utile lorsque les traitements médicamenteux montrent leurs limites.

# La plateforme Releaf : informer pour mieux accompagner

Face à la multiplication des informations disparates sur le cannabis thérapeutique, la plateforme d'information Releaf ([releaf.com/fr](https://releaf.com/fr)) propose un espace dédié :



- Informations validées scientifiquement sur les indications et limites du cannabis thérapeutique.
- Partages d'expériences de patients dans le cadre de l'expérimentation française avec photos, témoignages et conseils.
- Ressources pédagogiques pour les professionnels de santé qui souhaitent approfondir leurs connaissances sans promesses miraculeuses.

Attention toutefois : aucun <https://fravue.fr/lepidemie-silencieuse-pourquoi-la-douleur-chronique-reste-sous-traitee-en-france/> prix ou tarif n'est mentionné dans la plateforme ni dans les documents officiels, car l'évaluation économique de cette thérapie fait partie des discussions à venir et reste soumise à la réglementation. Soyez donc vigilants face aux contenus proposant des tarifs ou ventes privées non autorisées.

## Conclusion : que faire si vous souffrez de douleurs chroniques et êtes intéressé(e) par le cannabis thérapeutique ?

Le chemin d'accès au cannabis thérapeutique en France repose actuellement sur une **prescription hospitalière** dans le cadre d'une expérimentation stricte. Votre médecin généraliste ne peut pas prescrire directement ce traitement mais reste un acteur clé pour :

- Vous orienter vers des spécialistes habilités.
- Assurer un suivi global et coordonner vos soins.
- Proposer des alternatives reconnues comme les TCC, la prise en charge en centres antidouleur, ou la médecine physique spécialisée.

Par ailleurs, s'informer via des plateformes fiables telles que Releaf vous permettra de mieux comprendre les enjeux actuels et d'échanger avec une communauté sensibilisée.

## Actions concrètes à envisager dès aujourd'hui

1. Parlez ouvertement de votre douleur avec votre médecin traitant sans minimiser son impact.
2. Demandez une orientation vers un centre antidouleur pour une évaluation multidisciplinaire.

3. Informez-vous sur les thérapies cognitivo-comportementales et la médecine physique spécialisée comme compléments au traitement médicamenteux.
4. Consultez la plateforme [Releaf.com/fr](https://www.releaf.com/fr) pour obtenir des informations validées sur le cannabis thérapeutique.
5. Restez vigilant face aux promesses de guérison rapide ou aux offres commerciales non officielles.

En l'état actuel de la législation et de la recherche, la meilleure réponse reste une prise en charge globale, coordonnée, pluridisciplinaire et personnalisée. Cette démarche vous donnera les meilleures chances de mieux vivre avec votre douleur au quotidien.