Qu’est-ce qu’une unité standard de THC pour le cannabis?

UN GUIDE D’INTRODUCTION À L’UNITÉ STANDARD DE THC

Robert Gabrys, Ph.D., analyste principal, Recherche et politiques, CCDUS
Shea Wood, Ph.D., courtière principale du savoir, CCDUS

Centre canadien sur
les dépendances et l’usage de substances



Contexte

Au Canada, les personnes qui consomment du cannabis ont accès à une gamme de plus en plus diversifiée de produits. Ce choix élargi pose toutefois des défis : il faut notamment adopter une mesure cohérente de l'usage de cannabis qui servira dans la recherche et -les recommandations pour l'usage à moindre risque (Wood et coll., 2024). L'examen législatif de 2024 de la Loi sur le cannabis formule d'ailleurs la recommandation suivante :

> Santé Canada devrait élaborer une « dose standard » ou une « dose unitaire » (selon les différentes catégories de cannabis). L'élaboration d'une dose standard devrait être priorisée et accompagnée de modifications réglementaires qui exigeraient qu'elle figure comme élément des étiquettes des produits du cannabis (Rosenberg et coll., 2024).

Le présent guide d'introduction vise à mieux comprendre et définir ce qu'est une unité standard de THC, comment elle fonctionne et ses possibles applications. Il dissipe en outre quelques idées préconçues concernant sa signification et son utilisation prévue.

Qu’est-ce qu’une unité standard de THC?

Le THC (delta-9-tétrahydrocannabinol) est le principal composant psychoactif du cannabis et est responsable de l’effet euphorique ressenti. Une unité standard de THC est une quantité fixe de THC, mesurée en milligrammes, et applicable à tous les produits de cannabis et à tous les modes d’administration (Freeman et coll., 2026).

À QUOI SERT UNE UNITÉ STANDARD DE THC?

Une unité standard de THC est une mesure pratique et normalisée permettant de quantifier et de communiquer la teneur en THC, selon divers produits et modes de consommation (p. ex. fumer, vapoter, manger ou boire). Tout comme le verre standard est une mesure de la teneur en alcool dans la bière, le vin, les coolers, le cidre, les prêts-à-boire et les spiritueux (CCDUS, 2025), l’unité standard de THC est une mesure unique et comparable de la teneur en THC d’un produit du cannabis qui aide divers publics à s’y retrouver.

Une unité standard de THC permet de :

- Comparer la teneur en THC entre différents produits et modes d’administration;
- Renseigner les consommateurs et faciliter la diffusion de recommandations pour l’usage à moindre risque;
- Étudier les résultats de santé associés au cannabis (THC);
- Suivre les habitudes de consommation, sous l’angle de la santé publique et des ventes au détail.

L’UNITÉ STANDARD RECOMMANDÉE POUR LE CANADA : 2,5 mg

Freeman et Lorenzetti (2019) ont utilisé plusieurs paramètres pour définir la valeur d’une unité standard de THC (p. ex. données expérimentales, données écologiques, considérations relatives à la santé publique et aux politiques dans une optique internationale).

Le Groupe de travail sur l’unité standard de THC a par la suite revu ces mêmes paramètres et pris en compte d’autres facteurs propres au contexte canadien (conformité à la Loi sur le cannabis, diversité des personnes consommatrices de cannabis, cohérence avec les campagnes de sensibilisation et les recommandations pour l’usage à moindre risque).

À partir de ces éléments, le groupe de travail et d’autres acteurs ont recommandé d’établir l’unité standard de THC pour le Canada à 2,5 mg (Freeman et coll., 2026; Wood et coll., 2024).



Dissiper quelques idées préconçues

Le but d'une unité standard de THC n'est pas d'indiquer le niveau d'euphorie ressenti.

De nombreux facteurs jouent sur l'état d'intoxication, et les effets d'une unité de THC seront ressentis différemment d'une personne à l'autre.

Une unité standard de THC n'est pas une dose recommandée.

Ce n'est pas une quantité de départ ou cible pour les consommateurs; il s'agit plutôt d'un outil pour prendre des décisions éclairées quant à sa consommation et savoir quelle quantité de THC on consomme. L'unité pourrait aussi orienter les politiques et les recommandations pour l'usage à moindre risque.

Les effets d'une quantité donnée de THC peuvent varier, selon certains facteurs :

- Mode de consommation (fumer, vapoter, manger, boire, etc.)
- Composition du produit (présence d'autres cannabinoïdes, etc.)
- Fréquence de consommation et tolérance
- Biologie et métabolisme
- Contexte de consommation

Une unité standard ne signifie pas que les effets du THC sont identiques d'un produit ou d'un mode d'administration à l'autre.

On ne sait pas de façon certaine si une quantité donnée de THC entraîne les mêmes effets d'un mode de consommation à l'autre. Cela dit, l'unité standard de THC est une mesure commune permettant de quantifier la consommation et d'en rendre compte. Ce faisant, on facilite la recherche et la diffusion de messages de santé publique sur les effets des divers produits et modes de consommation (pour des niveaux comparables d'exposition au THC) et sur la consommation totale de THC (tous types de produits confondus). L'unité pourrait en outre faciliter la comparaison des résultats entre les études et la synthèse des données (p. ex. revues systématiques, méta-analyses).

Une unité standard de THC n'ignore pas les autres cannabinoïdes.

La plante et les produits du cannabis contiennent de nombreux cannabinoïdes et d'autres composantes (p. ex. terpènes) pouvant contribuer aux effets globaux et aux expériences découlant de la consommation. Même si d'autres études devront être faites sur l'interaction entre les cannabinoïdes et les autres composantes, l'adoption d'une unité standard de THC dans la recherche, dans les campagnes de sensibilisation et sur les étiquettes des produits ne doit ni ignorer ni minimiser le rôle des cannabinoïdes. L'unité standard peut aider à comprendre les effets des autres cannabinoïdes ou composantes, lorsqu'on tient compte de la teneur en THC.

Une unité standard ne remplacera pas les mesures existantes du THC sur les étiquettes des produits.

L'unité standard de THC viendra compléter, plutôt que remplacer, les mesures déjà en place, p. ex. la concentration en THC (% THC), la teneur en THC (mg) et la teneur en THC par gramme (mg/g). Elle permettra d'améliorer et de simplifier la communication de la teneur en THC, et d'en promouvoir une interprétation commune auprès de divers publics.

SUGGESTIONS DE LECTURE : RAPPORTS DU CCDUS

Paramètres pour établir une unité standard de THC au Canada – paramètres pour établir une unité standard de THC et arguments en faveur de l'adoption d'une unité standard de THC pour le Canada.

Une unité standard de THC au Canada : recommandations pour la mise en œuvre – recommandations en vue de définir les étapes à suivre pour la mise en œuvre d'une unité standard de THC au Canada.

Mise en œuvre d'une unité standard de THC au Canada : ce que nous avons entendu – résultats de deux consultations sur l'adoption d'une unité standard de THC pour la recherche, la surveillance et l'étiquetage des produits au Canada.

Unité standard de THC et son intérêt pour la recherche sur le cannabis, la sensibilisation du public et la réglementation au Canada – analyse de la valeur d'une unité standard de THC et domaines potentiels pour son utilisation.

RESSOURCES ET BIBLIOGRAPHIE

Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances. Qu'est-ce qu'un verre standard? [affiche], 2025. https://www.ccsa.ca/fr/affiche-quest-ce-quun-verre-standard

Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances. Compte rendu du Symposium sur l'analyse de substances, 5 au 7 octobre 2023, Ottawa (Ont.), chez l'auteur, 2024. https://www.ccsa.ca/fr/compte-rendu-du-symposium-sur-lanalyse-de-substances-5-au-7-octobre-2023

Freeman, T., R. Gabrys, R. Lees Thorne, E. Wadsworth, S. Margolese, C. Onyegbule, … et S. Wood. Paramètres pour établir une unité standard de THC au Canada, Ottawa (Ont.), Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances, 2026. https://www.ccsa.ca/fr/parametres-pour-etablir-une-unite-standard-de-thc-au-Canada

Freeman, T.P. et V. Lorenzetti. « 'Standard THC units': A proposal to standardize dose across all cannabis products and methods of administration », Addiction, vol. 115, no 7, 2019, 12071216. https://doi.org/10.1111/add.14842

Gabrys, R., S. Wood, T. Freeman, V. Lorenzetti, S. Rueda, J. Donnan, F. Conus, C. Simms, E. Veitch, J. Ramji, M. Fry, F. Hébert, R. Lees Thorne, E. Wadsworth, M. Maillet et D. Hammond. Mise en œuvre d'une unité standard de THC au Canada : ce que nous avons entendu, Ottawa (Ont.), Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances, 2026. https://www.ccsa.ca/fr/mise-en-oeuvre-dune-unite-standard-de-thc-au-canada-ce-que-nous-avons-entendu

Lorenzetti, V., D. Hammond, S. Wood, R. Gabrys et T.P. Freeman. « Standard THC units as a unit of measurement: Differences & complementarity with other THC metrics », International Journal of Drug Policy, vol. 143, 2025, article 104891. https://doi.org/10.1016/j.drugpo.2025.104891

Rosenberg, M., O. Ayonrinde, P.J. Conrod, L. Levesque et P. Selby. Examen législatif sur la Loi sur le cannabis : rapport final du Comité d'experts, Ottawa (Ont.), gouvernement du Canada, 2024. https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/publications/drogues-medicaments/examen-legislatif-loi-cannabis-rapport-final-comite-experts.html

Wood, S. et R. Gabrys. Une unité standard de THC au Canada : recommandations pour la mise en œuvre, Ottawa (Ont.), Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances, 2024. https://www.ccsa.ca/fr/une-unite-standard-de-thc-au-canada-recommandations-pour-la-mise-en-oeuvre

Wood, S., R. Gabrys, T. Freeman et D. Hammond. « Canada's THC unit: Applications for the legal cannabis market », International Journal of Drug Policy, vol. 128, 2024, article 104457. https://doi.org/10.1016/j.drugpo.2024.104457

ISBN: 978-1-77871-277-7
© Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances, 2026