

Préparer le choix d'un format de cannabis médical

Une fiche à apporter à votre discussion avec le praticien ou l'équipe Coverleaf. Elle aide à comparer les options sans choisir un produit à votre place.

1. Ce que je veux clarifier avant la consultation

☐ Mon objectif concret : confort, sommeil, fonctionnement le jour, autre objectif à expliquer.
☐ Mes médicaments, suppléments et allergies sont à jour pour le praticien.
☐ J'ai noté mes contraintes : travail, conduite, horaires, sensibilité au THC, difficulté à avaler.
☐ Je peux expliquer les approches déjà essayées et ce qui a été utile ou non.

2. Comparer les voies - les délais varient selon la personne et le produit

Format	Début approximatif	Durée approximative	Point à discuter
Inhalé	Secondes à minutes	2 à 4 heures	Effet rapide; la fumée est la voie la plus nocive pour les poumons.
Sous la langue	15 à 40 minutes	Jusqu'à 12 heures	Mesure précise et temps d'attente avant d'ajuster.
Avalé	30 minutes à 2 heures	4 à 8 heures	Début retardé; éviter de reprendre trop vite.

3. Questions essentielles à poser

☐ Quel ratio THC:CBD et quelle concentration correspondent au plan proposé?
☐ Quelle unité dois-je suivre : mg par mL, mg par capsule, quantité de fleur ou nombre de bouffées?
☐ Quand réévaluer la dose et quels effets indésirables justifient un appel?
☐ Comment ce produit peut-il interagir avec mes médicaments, l'alcool, la conduite ou le travail?
☐ Le vendeur est-il autorisé par Santé Canada et le produit est-il régulièrement disponible?

4. Vérifier l'étiquette et le vendeur médical

☐ Nom exact du produit, lot, date d'emballage et liste des ingrédients.
☐ THC total et CBD total dans l'unité pertinente; ne pas comparer seulement le nom commercial.
☐ Format et dispositif nécessaires; emballage refermable et résistant aux enfants.
☐ Coordonnées du vendeur autorisé, soutien disponible et procédure en cas de rappel de lot.
☐ Prix par dose utile, couverture possible et disponibilité - sans supposer qu'un produit est remboursé.

5. Notes pour mon plan personnalisé

Produit / format proposé	
Dose de départ	
Moment et suivi	

Commencer bas et augmenter lentement seulement selon le plan convenu. Ne conduisez pas après avoir consommé du cannabis; l'altération peut durer jusqu'à 24 heures.

Information générale pour adultes d'âge légal; ce document n'est pas un avis médical. Aucun produit, résultat, remboursement ou document médical n'est garanti. Le praticien décide si le cannabis médical est approprié. Conserver hors de portée des enfants. En cas d'urgence, composer le 911.

Sources : Santé Canada - Utiliser un produit de cannabis; Accessoires pour inhalation; Renseignements pour le consommateur. Liens : coverleaf.ca/fr/blog/formats-cannabis-medical. Consultées en septembre 2026.

Preparing to choose a medical cannabis format

A worksheet to bring to your discussion with the practitioner or Coverleaf team. It helps compare options without choosing a product for you.

1. What I want to clarify before the appointment

☐ My concrete goal: comfort, sleep, daytime function, or another goal to explain.
☐ My medication, supplement and allergy list is current for the practitioner.
☐ I noted constraints: work, driving, schedule, THC sensitivity or difficulty swallowing.
☐ I can describe approaches already tried and what was or was not useful.

2. Compare routes - timing varies by person and product

Format	Approx. onset	Approx. duration	Point to discuss
Inhaled	Seconds to minutes	2 to 4 hours	Rapid effect; smoking is the most harmful route for the lungs.
Under the tongue	15 to 40 minutes	Up to 12 hours	Accurate measuring and waiting before adjusting.
Swallowed	30 minutes to 2 hours	4 to 8 hours	Delayed onset; avoid taking more too quickly.

3. Essential questions to ask

☐ Which THC:CBD ratio and concentration match the proposed plan?
☐ Which unit should I follow: mg per mL, mg per capsule, flower amount or number of inhalations?
☐ When should the dose be reassessed and which adverse effects warrant a call?
☐ How could this product interact with medication, alcohol, driving or work?
☐ Is the seller authorized by Health Canada and is the product reliably available?

4. Check the label and medical seller

☐ Exact product name, lot, packaging date and ingredient list.
☐ Total THC and total CBD in the relevant unit; do not compare only the product name.
☐ Format and required device; reclosable, child-resistant packaging.
☐ Authorized seller contact details, available support and lot-recall process.
☐ Cost per useful dose, possible coverage and availability - without assuming reimbursement.

5. Notes for my personalized plan

Proposed product / format	
Starting amount	
Timing and follow-up	

Start low and increase slowly only under the agreed plan. Do not drive after using cannabis; impairment can last up to 24 hours.

General information for adults of legal age; this is not medical advice. No product, outcome, reimbursement or medical document is guaranteed. The practitioner decides whether medical cannabis is appropriate. Keep away from children. In an emergency, call 911.

Sources: Health Canada - Using a cannabis product; Cannabis accessories for inhalation; Consumer information - Cannabis. Links: coverleaf.ca/en/blog/formats-cannabis-medical. Accessed September 2026.