

# Cannabidiol : une alternative crédible aux hypnotiques dans les troubles du sommeil ?

## ➤ Le CBD (cannabidiol) c'est quoi ?

- ✓ Principe actif dérivé de *Cannabis sativa*, non psychoactif
- ✓ Multiples voies d'administration
- ✓ Effets thérapeutiques potentiels : anxiolyse, antalgie, hypnotique



SCAN ME



(Version complète via le QR code)

## Contexte

- **CBD** : pas de preuve scientifique établie à ce jour
- **En France en 2014 concernant les hypnotiques :**
- **4 millions de patients concernés**
- Taux de remboursement passé de 65 à 15% et service médical rendu faible
- Effets indésirables importants et risque de dépendance

## Méthodes

- Etude **observationnelle**, quantitative, transversale
- Sujets majeurs, volontaires, répondant à un **auto-questionnaire**
- Evaluation de la **qualité du sommeil via un score validé par littérature (PQSI)**, rapportée sur le modèle avant/après CBD
- Evaluation de la **consommation d'hypnotiques** sur le modèle avant/après CBD

## Résultats

- 34 participants dont 28 réponses incluses dans l'analyse
- **100% d'entre eux rapportaient une amélioration globale de la qualité de leur sommeil**
- 13 d'entre eux rapportaient une consommation d'hypnotiques, une majorité rapportant un arrêt ou une diminution de la consommation
- Nécessité d'études observationnelles et interventionnelles à plus grande échelle

Figure illustrant les résultats

**Répartition de l'évolution de la consommation d'hypnotiques**

■ Arrêté ■ Diminué ■ Poursuite à l'identique



Auteur : Alexis THEBES  
Liens d'intérêt : aucun  
Thèse de médecine soutenue :  
le 21/10/2024, Université  
Paris Sorbonne