VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

SEVRAGE CANNABIS

Par Profil supprimé Postée le 05/06/2019 00:33

Bonjour à vous tous qui lirais ce post !

Je souhaites arrêter le cannabis (cela fait plus de 10 ans que je fumes , avec en moyenne une consommation de 3/4 joint par jours , il m'arrive parfois d'arrêter pendant quelques jours pour ressentir mieux les effets quand je reprenais) , mais avant de faire cela j'ai plusieurs questions qui me viennent en tête et J'aurais plusieurs questions :

- Est-il dangereux pour moi d'arrêter tout d'un coup ou dois-je ralentir ma consommation jusqu'à un arrêt total ?

- Ayant commencer le cannabis suite au décès de mon papa , est-il préférable de me faire suivre par un psychologue ?

Merci pour vos réponses , et je vous soutien si vous arrêtez aussi le cannabis ou tout autre drogue

---

Mise en ligne le 06/06/2019

Bonjour,

Arrêter net le cannabis ne représente aucun danger, pas plus que de l'arrêter progressivement. Les deux options sont possibles sans que l'une vaille mieux que l'autre, c'est une question de choix, en fonction de la personnalité de chacun mais aussi de la perception que l'on peut se faire de la démarche d'arrêt.

De la même manière, se faire aider ou pas est très subjectif. Il est possible pour certains d'arrêter seul alors que d'autres auront besoin d'un accompagnement. Si vous appréhendez cet arrêt, que vous vous pensez toujours fragile du fait du décès de votre père ou pour d'autres raisons, alors bien sûr il ne faut pas hésiter à consulter.

Sachez qu'il existe des lieux de consultations spécialisés, les CSAPA (Centres de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie) où il est possible de bénéficier d'une prise en charge adaptée à ses difficultés. Pour les usagers de cannabis, il s'agit le plus souvent d'un suivi psychologique. Nous vous joignons à toutes fins utiles les coordonnées des CSAPA les plus proches de chez vous. Les consultations y sont individuelles, confidentielles et non payantes.

Il semble que vous ayez pensé écrire sur un forum, comme vous le voyez ce n'est pas le cas. Si vous souhaitez pouvoir échanger avec d'autres internautes, partager vos vécus, nous vous laissons le soin de poster à nouveau votre message dans la rubrique des "Forums de discussion" dont vous trouverez également le lien ci-dessous.

Au besoin, n'hésitez pas bien sûr à revenir vers nous. Nous sommes joignables tous les jours de 8h à 2h au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) ainsi que par Chat de 14h à minuit.

Avec tous nos encouragement dans la poursuite de votre démarche.

Cordialement.

POUR OBTENIR PLUS D'INFORMATIONS, N'HÉSITEZ PAS À PRENDRE CONTACT AVEC LES STRUCTURES SUIVANTES :

CSAPA RÉAGIR

119, rue de Dunkerque
59200 TOURCOING

Tél : 03 20 25 91 83
Site web : www.cedragir.fr/page-43-0-0.html#tabr92
Secrétariat : du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 13h30 à 17h
Accueil du public : Sur rendez-vous du lundi au vendredi de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h.

Substitution : Centre méthadone, délivrance du lundi au vendredi de 8h30 à 10h30 et de 15h à 16h30 (sauf le lundi 15h-17h). Pas de délivrance le mardi.
Consultat° jeunes consommateurs : Sur rendez vous aux horaires du CSAPA
COVID -19 : Mise à jour MAI 2022 : Respect des gestes barrières et port du masque obligatoire.

Voir la fiche détaillée

CSAPA LA TRAME TOURCOING

47 rue de Lille
59200 TOURCOING

Tél : 03 20 36 36 66
Site web : www.anpaa5962.org/page-39-0-0.html
Secrétariat : Lundi de 8h à 16h30, Mardi de 8h à 18h30, Jeudi de 9h30 à 19h, Vendredi 8h à 17h30 (Fermeture le mercredi)
Accueil du public : Lundi de 8h à 16h30, Mardi de 8h à 18h30, Jeudi de 9h30 à 19h, Vendredi 8h à 17h30 (Fermeture le mercredi)
COVID -19 : Mise à jour NOVEMBRE 2022: respect du protocole sanitaire

Voir la fiche détaillée

CSAPA LA TRAME

73, rue Sainte-Thérèse
59100 ROUBAIX

Tél : 03 20 89 40 70
Site web : www.anpaa5962.org/page-39-0-0.html
Secrétariat : Du lundi au vendredi de 9h à 18h. fermé mercredi après-midi. Jusque 19h le vendredi.
Accueil du public : Lundi, mardi, jeudi de 9h à 18h. Mercredi 8h30 à 12h30. Vendredi de 9h à 19h. Entretiens sur rendez-vous.
COVID -19 : Mise à jour NOVEMBRE 2022: respect du protocole sanitaire.

Voir la fiche détaillée

CSAPA LE RELAIS

40, rue Saint-Antoine
59100 ROUBAIX

Tél : 03 28 33 91 40
Site web : www.lasauvegardedunord.fr/etablissements/le-relais-csapa/
Accueil du public : Du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 14h à 18h, jeudi après-midi 16h à 18h.
Consultat° jeunes consommateurs : De préférence le mercredi est réservé à la Consultation Jeunes Consommateurs
Substitution : Distribution le matin de 9h30 à 12h au 40 bis rue St Antoine le lundi, mardi, jeudi et vendredi
Service mobile : Permanence à la Maison des Femmes de Roubaix à la demande.
COVID -19 : Mise à jour AOUT 2022: Fonctionnement normal de la structure.

Voir la fiche détaillée

En savoir plus :

- "Les forums de discussion"