VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

CANNABIS ET PERTE D’APPÉTIT

Par Reshcub Postée le 30/10/2018 20:44

Bonjour, j’ai 16 je fume du cannabis depuis seulement 6 mois tout les jours. Je me suis rendu compte que je ne faisait rien de ma vie a part fumer. Oui j’ai les cours mais a chaque pause j’allais fumer, quand je rentrais le soir j’attendais d’aller me doucher pour pouvoir fumer (oui je vis avec mes parents et ils sont pas au courants). Je me suis rendu compte que je vivait que pour car des que j’avais du temps libre je consommais. J’ai décidé d’arrêter parce que je n’arrivais plus à supporter l’effet du cannabis sur mon systeme digestif. Meme en aillant fumer ou pas je suis incapable de manger, j’ai mal au ventre constamment. Quand je suis en manque c’est encore pire. Mon grand frere pense que je suis stressé vu que je mens constamment a mes parents, aux cours au travail etc et c’est cela qui crée mon mal etre au ventre. J’ai décidé d’arrêter un moment pour pouvoir ensuite fumer que occasionnellement. Mais je n’ai pas de passe temps. Lorsque j’ai du temps libre je le passe sur mon téléphone. Ce qui me préoccupe le plus, c’est mon ventre qui devienr fou et qui n’a jamais faim. Je dois manger toute les 3 heures car je n’arrive pas a manger un repas entier d’un seul coup c’est trop gros. J’ai besoin de conseil svp. Merci de m’avoir lu
MiseLigne 29/10/2018

Bonjour,

Vous nous expliquez que vous fumez du cannabis tous les jours depuis 6 mois. Vous êtes en train de prendre conscience que vous ne vivez plus que pour cela. Cependant votre consommation vous pose des problèmes digestifs qui vous inquiètent et dont vous n’osez pas parler à vos parents. Vous avez décidé d’arrêter de consommer et vous avez besoin de conseils.

Nous saluons votre démarche auprès de nos services en vue d’arrêter votre consommation de cannabis.

Nous vous informons que, en effet, la consommation de cannabis peut entrainer des troubles digestifs dus à une réduction de la motricité intestinale (capacité à déplacer les aliments dans l'appareil digestif).

Vous nous dites que lorsque vous ne fumez pas c’est encore pire. Sachez qu’à l’arrêt d’une consommation, en tant qu’usager régulier, vous pouvez en effet ressentir des symptômes tels que perte de l’appétit, stress, mal être, irritabilité, nausées…. Ceux-ci diminuent progressivement après l’arrêt de la consommation et durent de une à 4 semaines selon les personnes.

Si votre inquiétude persiste, vous pouvez, si vous le souhaitez bénéficier d’une aide près de votre domicile dans un CSAPA (Centre de Soin d’Accompagnement et de Prévention en Addictologie). Sentez-vous libre de les contacter et de demander une Consultation jeune consommateur (CJC). Ces consultations assurées par une équipe pluridisciplinaire (médecins, psychologues, infirmiers…) sont gratuites et confidentielles. Vous pourrez y poser toutes les questions qui vous préoccupent dans un cadre bienveillant et non jugeant. Nous vous joignons un lien en fin de réponse pour vous aider dans vos recherches.

Si toutefois vous souhaitez poursuivre votre démarche d’arrêt seul, vous trouverez un guide d’arrêt pour vous y aider en fin de réponse ainsi que la fiche d’information cannabis.

Nous ne connaissons pas les raisons qui vous ont conduit à consommer du cannabis tous les jours depuis 6 mois et nous entendons que celui-ci a pris beaucoup de place dans votre vie puisque dites-vous, dès que vous avez du temps libre vous consommez. Nous ne savons pas non plus quelles sont les raisons qui font que vous n’osez pas en parler à vos parents. Nous percevons combien vous pouvez vous sentir seul face à votre vécu actuel. Si vous souhaitez échanger à propos de votre situation, nous vous invitons à nous contacter par téléphone au 0800 23 13 13 (anonyme et gratuit depuis un poste fixe) ou par le chat de notre site drogues info service de 14h à minuit. Un écoutant prendra le temps nécessaire pour répondre à vos interrogations.

Nous vous souhaitons bon courage dans votre arrêt,

Bien cordialement,

Bonjour, je n’ai pas trouver comment répondre directement à votre message alors j’ai copié les messages précédents. Je voulais vous remercier pour votre réponse et pour le temps que vous avez accordé à mon cas. Je commence a reprendre un peu d’appetit, j’arrive donc à bien manger toute les 3-4 heures. Le seul problème qui me panique encore, c’est le fait que du haut de mes 1m83, je fais 56 kg (je stagnais avant entre 58-59). Je ne comprend pas pourquoi en mangeant quand même bien, je reste à 56 kg et des fois ca dessens a 55,5 par la. Ça me fait peur car je suis en sous poids et j’ai

peur que mon corps ne supporte pas cela. Auriez vous d’autres conseils mais cette fois-ci pour prendre du poids ? Serait-il bénéfique de faire du sport par exemple ou ca me ferait perdre encore plus de poids ? Devrais-je continuer à me forcer coute que coute et je vais prendre du poids petit à petit ? Je vous remercie encore pour le temps que vous utilisez à me repondre sachant que mon cas est minime comparé à certains. Sachez que vous êtes d’une grande aide pour certaine personne et vous pouvez en être fier. Amicales salutations de Suisse

---

Mise en ligne le 31/10/2018

Bonjour,

Avant toute chose nous tenions à vous remercier de votre retour sympathique et encourageant pour nos équipes.

Vous nous faites part dans ce nouveau message de votre préoccupation concernant votre poids que vous aimeriez voir augmenter. Sachez que cette préoccupation touchant nombre de jeunes de votre tranche d’âge est tout à fait légitime.

Toutefois, dans le cadre de cet espace nous ne pouvons vous conseiller et vous guider dans ce domaine car notre équipe ne comprend ni médecin ni nutritionniste.

Nous vous invitons à consulter le site Fil Santé Jeunes dont nous vous mettons le lien en fin de réponse. Vous y trouverez des dossiers concernant l'adolescence et le corps, notamment sur les questions d'alimentation de poids et d'activités physiques. Les équipes de professionnels de Fil Santé Jeunes peuvent également vous conseiller par téléphone au 0 800 235 236.

Nous vous souhaitons une bonne continuation dans votre parcours et restons disponibles sur les questions d'addictions.

Bien cordialement.

En savoir plus :

- Fil Santé Jeunes