Vos questions / nos réponses

Question

Par Profil supprimé Postée le 08/05/2019 17:29

> Bonsoir voilà je fume depuis mais 15 ans voilà j’ai décidé d’ar De fumer mais voilà j’ai déjà essayer mais à chaque fois je recommence je voudrais vraiment arrêter être mieux dans maPeau et en bonne santé merci beaucoup d’avance

---

Mise en ligne le 10/05/2019

Bonjour,

Vous avez pris la décision de vous libérer d'une consommation d'une consommation de cannabis ancienne de 15 ans et après quelques tentatives, vous n'y êtes pas encore parvenu.

S'il est possible d'arrêter seul en vous y préparant, c’est-à-dire en anticipant les changements d'habitude et les éventuels effets liés au sevrage, (voir lien ci-dessous) il n'est pas rare pour certaines personnes d'avoir recours à une aide et un soutien thérapeutique par un professionnel de santé spécialisé sur les questions de dépendance.

Pour cela, il existe en France des Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie, nous n'avons pas connaissance des dispositifs belges mais nous vous joignons un lien qui vous orientera vers notre homonyme en Belgique "Infordrogues". Nous vous invitons à vous en rapprocher pour être soutenu dans la démarche entreprise.

Bien cordialement

En savoir plus :

- Est-il possible d'arrêter seul le cannabis
- Infordrogues