

Vos questions / nos réponses

## Effets du manque du cannabis

Par [Profil supprimé](#) Postée le 21/10/2019 22:11

Bonsoir, C'est quoi la solution que vous me proposez pour que je puisse surmonter cet effet de paranoïaque, cela fait plus de 15 ans que je fumais cotidiennement du cannabis et ça fait 4 semaines depuis que j'ai arrêté de fumer et la je me sens vraiment mal vis à vis des autres et merci.

---

**Mise en ligne le 24/10/2019**

Bonjour,

A l'arrêt de la consommation de cannabis, les usagers réguliers peuvent présenter des symptômes parfois envahissants pendant une période de 1 à 4 semaines. Ces symptômes et leur intensité sont variables d'une personne à l'autre mais plus la personne avait un usage régulier, ce qui semblait être votre situation, plus ces troubles peuvent être difficiles à vivre et représenter un véritable obstacle vers l'arrêt.

Parmi ces symptômes, le sentiment de mal-être et de stress sont observés. Nous ne savons ce que vous entendez par « effet de paranoïa » entre le fait de ne pas vous sentir à l'aise ou en accord avec les autres ou un réel sentiment de persécution. Aussi nous vous invitons à y réfléchir, d'une part afin de clarifier ce sentiment, d'autre part, à savoir si cela était déjà un sentiment présent que le cannabis était venu apaiser ou s'il est réellement nouveau.

Si vous souhaitez être aidé dans cette situation, dans votre réflexion, il est possible de vous rapprocher d'une consultation auprès d'un professionnel de santé spécialisé (médecin, psychologue, travailleur social...) dans un Centre de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (CSAPA). Ce sont des consultations individuelles, confidentielles et gratuites. Nous vous joignons un lien d'une de ces structures proche de chez vous ci-dessous.

Si vous souhaitez aborder ces questions sous forme d'échanges, vous pouvez également nous contacter tous les jours, de façon anonyme et gratuite au 0 800 23 13 13 ou par chat, 7J/7 de 14h à minuit.

Bien cordialement

---

**Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les structures suivantes :**

---

**CSAPA ONM**

3 rue de Caen  
**76200 DIEPPE**

**Tél :** 02 35 82 04 28

**Site web :** [www.onm.fr](http://www.onm.fr)

**Accueil du public :** A Dieppe, du lundi au vendredi de 9h00 à 12h00 et de 14h à 17h00, fermé le jeudi après-midi. Si les horaires d'accueil ne permettent pas d'avoir accès au CSAPA (travail...), des rendez-vous individuel peuvent être proposés (pause déjeuner...).

**Secrétariat :** A Dieppe, du lundi au vendredi de 9h00 à 12h00 et de 14h à 17h00, fermé le jeudi après-midi.

**Substitution :** sur rendez-vous

[Voir la fiche détaillée](#)