FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

CE QUI NOUS FAIT DU BIEN

Par pafchaly Posté le 06/10/2020 à 02h57

Bonjour,

Je me permets d'écrire aujourd'hui pour témoigner et en même temps pour trouver de l'aide dans vos remarques et avis.

Je risque d'être décousu dans mon message tant je n'arrive pas à comprendre ce qu'il m'arrive et que faire pour m'en sortir.

J'ai 50 ans et je suis fumeur régulier de cannabis. Régulier mais avec de longues pauses quand même.
Je crois que j'ai commencé de fumer à l'âge de 16 ans. J'ai ensuite fumé très régulièrement jusqu'à 30 ans. Puis j'ai fait une longue pause jusqu'à 45 ans, sans raison particulière, sinon les rencontres, la vie et le hasard. A 45 ans j'ai eu l'occasion de planter du cannabis, sans pouvoir expliquer les raisons qui m'y ont poussé et ça a bien marché. J'ai donc repris ma consommation d'abord avec des joints, puis en vaporisation. Je consomme l'équivalent d'un quart de joint pur d'herbe par jour (je dirai 0,2 g). Je me retiens cependant, car j'avoue que je pourrais plus consommer tant le plaisir est là.

En juillet 2019 j'ai eu une mutation professionnelle en outremer. J'ai donc arrêté subitement le cannabis à cette période et ce pour 6 mois. En décembre 2019 je suis allé en Californie en touriste et j'ai pu à nouveau consommer de l'herbe avec grand plaisir.

Depuis janvier 2020 je consomme de façon non régulière, car je n'aime pas acheter du cannabis dans la rue et le coût et assez prohibitif. Dès que j'ai du cannabis, je fume (je n'ai plus de vaporisateur) tous les jours en petite quantité et quand je n'en ai plus je peux m'en passer même si l'envie est toujours présente.

Mon problème est que je ne suis pas bien dans ma tête depuis toujours, mais surtout depuis un an. Mon médecin me parle de dépression et je pense en avoir les symptômes (mal être, manque de motivation, idées noires,…). Il m'a prescrit du Prozac que je prends depuis novembre 2019. Parfois je consomme du cannabis en même temps que le Prozac.

Sur un bilan de un an, je dirai que j'ai alterné des périodes de bonheur important mais aussi et plus souvent des moments de grande déprime. Le prozac ne semble pas me stabiliser. Je n'arrive pas à savoir quand je vais aller mal ou bien. Tout d'un coup je me sens bien et puis subitement je dégringole.

Pourtant j'ai une vie qui pourrait paraître équilibrée. J'ai une très bonne situation professionnelle, je suis sportif, en bonne santé, marié avec une femme aimante avec qui je parle beaucoup et notamment de ce sujet. J'ai aussi deux enfants géniaux, mais je suis déséquilibré, mal dans ma peau, de moins en moins heureux, avec souvent des idées noires même si le suicide n'est pas une option pour l'amour de mes enfants.

Est-ce le cannabis qui me fait ça ? Lorsque je fume je me sens bien toute la journée même si je fume peu. J'adore la cérémonial de la préparation comme j'ai adoré m'occuper de mes plants. J'adore le gout du cannabis alors que je déteste l'alcool et le tabac.
J'ai souvent des maux de tête (je suis migraineux) mais lorsque je fume ils disparaissent.

Quand je consomme de l'herbe j'ai plus de vigueur, de motivation, de créativité, d'envie de tout.

Tout me pousse à consommer du cannabis car cela semble me faire du bien et pourtant je me dis que c'est peut être la cause de mon mal être.

Alors une fois de plus j'ai arrêté ma consommation depuis maintenant 10 jours. C'est facile, il suffit que je n'aille pas voir ceux qui en vendent. Je n'ai pas d'amis fumeurs dans mon entourage.

Une partie de moi me dit que mon équilibre passe par une consommation raisonnée de cannabis, et quand on va sur internet on voit tant d'infos positives sur cette plante et tant de pays qui la prescrive à des fins thérapeutiques. Mais une autre partie de moi me dit que ma consommation est la cause profonde de mes ennuis.

J'ai 50 ans je suis toujours aussi paumé, toujours aussi peu heureux dans le fond, aidez-moi.

2 RÉPONSES

Ben64 - 06/10/2020 à 11h12

Salut, ton mal-être tu l'as remarqué quand tu ne fumes pas? Moi cela va faire 8 mois que j'ai arrêté et j'avais cette sensation très désagréable et des angoisses mais cela s'atténue avec le temps. Faut que tu arrêtes net sinon tu seras bien et pas bien.

Faris5 - 08/10/2020 à 20h48

Bonjour,
Le Prozac ne semble pas vous soulager complètement.
Qu'en dit votre médecin ? Est-ce un psychiatre ?
Il y a peutêtre une raison au faite que vous retourniez régulièrement au cannabis même si vous savez vous sevrer. Le cannabis peut masquer certains troubles ou un mal être et retarder une prise en charges de ceux-ci. Cela n'a pas l'air d'etre le cas pour vous car vous avez un suivi.
Je vous conseillerais de partager le contenu de votre message avec votre medecin (de préfère nce un psychiatre) pour avoir son avis de spécialiste. Il pourrait probablement vous aider.
J'ai aussi l'impression que vous avez régulièrement des périodes de grande détresse, cela ne ressemble pas aux effets du cannabis, cela pourrait être aussi discuté avec votre medecin.