© Drogues Info Service - 5 décembre 2025


Vos questions / nos réponses

# Alprazolam et cannabis

Par Madeg22 Postée le 18/08/2022 15:13

> Bonjour, depuis plus d'un an je suis en état de sur stress, crises d'angoisses etc. J'ai été vu récemment par un docteur et un psychiatre qui m'ont tout deux diagnostiqué une dépression. L'on m'a alors prescrit de l'alprazolam en 0,5mg. On m'en avait déjà prescrit en 0,25mg l'année dernière suite à une période difficile et cela m'avait bcp aidé à m'en sortir. Le problème que j'ai aujourd'hui c'est que même le 0,5mg ne fait quasiment aucuns effets, j'ai une boule au ventre constante, je n'ai aucunes motivations etc. J'ai quelques fois fumé des joints au lycée et cela m'aidait dans les moments difficiles et je n'ai jamais eu de problèmes à m'arrêter une fois que j'allais mieux moralement. Je voulais donc savoir si il pouvait être conseiller de prendre du cannabis à côté de mon traitement à l'alprazolam, où si il était dangereux de se mettre vers cette voie.

---

**Mise en ligne le 19/08/2022**

Bonjour,

Vous nous décrivez toutes vos manifestations anxieuses liée à une dépression diagnostiquée conjointement par un psychiatre et un médecin généraliste. Pour vous aider à vous sentir mieux, il vous a été prescrit de l’alprazolam (anxiolytique de la famille des benzodiazépines).

Aujourd’hui vous avez le sentiment que cela ne soulage plus aussi bien vos angoisses qu'auparavant. Vous nous interrogez sur l’éventualité du bienfait du cannabis pour apaiser vos souffrances. Vous aviez essayé dans le passé et aviez constaté un mieux-être.

Il est très positif que vous posiez la question car beaucoup de personnes peuvent être tentées de penser la même chose que vous.

Or, indéniablement le cannabis n’est pas un médicament et ne constitue en aucun cas une solution pour soulager une dépression ou toutes manifestations de souffrances psychiques.

Les effets psychoactifs du cannabis peuvent donner l’illusion d’un apaisement. Mais il s’agit là d’une sensation passagère qui ne résout rien en profondeur et qui à l'inverse peut aggraver la situation.

Les consommations de cannabis ou de toutes autres substances psychoactives, utilisées en vue d'aller moins mal, finiront forcément par augmenter les symptômes anxieux et dépressifs. Sans compter le risque de développer une dépendance. Aucune drogue qu'elle soit licite ou illicite ne soigne d'un mal-être ou d'une dépression.

La dépression est une maladie qui implique une prise en charge médicale et psychologique. La prise d'un traitement médicamenteux encadrée par un professionnel de santé alliée à une psychothérapie est la seule réponse efficace et valable dans ce contexte.

Vous ne nous dites pas si vous consultez régulièrement le psychiatre ou si vous voyez un psychologue. De nombreuses psychothérapies sont envisageables en plus du traitement qui, à lui seul, peut s'avérer insuffisant.

Il serait important de revoir les professionnels de santé qui vous accompagnent pour évoquer le fait que votre traitement ne vous apaise plus afin de réajuster la situation. Si cela n'est pas le cas actuellement, vous pouvez vous mettre en lien avec un Centre Médico-psychologique pour rencontrer un psychologue et exprimer la persistance de vos symptômes de mal-être. D'autres solutions peuvent vous être proposées, mais ne restez pas dans cette situation de souffrance.

Nous vous transmettons deux liens en bas de page vers des lignes d'écoute concernant la dépression et le mal-être.

En espérant que vous puissiez trouver des solutions adaptées et aidantes.

Avec tous nos encouragements.

---

**En savoir plus :**

- France dépression

**Autres liens :**

- Fil Santé Jeunes