

Vos questions / nos réponses

## Arrêt du cannabis

Par [Profil supprimé](#) Postée le 10/01/2011 17:02

bonjours, j'ai consommé du cannabis tous les jours pendant trois ans a hauteur de 3 a 6 joints par jours, je fumais enormement a cette epoque et j'ai perdu beaucoup de poids, etant de nature tres mince mon etat devenai alarmant, je me suis aperçu que sous cette apparence de liberté j'etais emprisonnée. j'ai decidé d'arreter la cigarette cette ete, au debut je fumais joints et clope uniquement en soirée, j'ai reussi a tout stoppé pendant 2 Mois, mon entourage etant fumeur les periodes de stress on ete tres difficile a passé, j'ai recraqué dernièrement, j'ai recommencé a m'acheter des paquets et a racheter du cannabis, cela fais trois jours que je ne touche plus a rien, et les symptomes de manque sont tres violents (sueurs nocturnes, cauchemard, angoisse et palpitation au reveille, irritabilité et insomnie).

Jai peur de ne jamais reussir a vraiment me dettaché de cette drogue que se soit la cigarette ou le cannabis, j'ai la sensation de ne plus etre moi meme quand je ne fume plus. pourtant j'ai ete non fumeuse jusqu'a 20 ans sans ressentir aucun pb. j'ai 25 ans et j'aimerai retrouvé cette sereinité de vie qui a disparu, quelle aide suplementaire a la volonte pourriez vous me donner

---

### Mise en ligne le 13/01/2011

Bonjour.

Vous décrivez des symptômes de sevrage intenses, sources d'une grande souffrance. De plus, la "sensation de ne plus être moi" que vous évoquez indique que cannabis et tabac ont pris une place majeure dans votre vie quotidienne.

Vous avez déjà expérimenté une période d'arrêt et avez récemment reconsommé. Votre tentative actuelle d'arrêt atteste qu'il ne s'agit pas d'une "rechute", mais bien d'un moment de votre parcours de soin, certes délicat à gérer, mais preuve de votre grande motivation.

Vous exprimez également le besoin d'une aide supplémentaire. C'est pourquoi nous vous invitons à prendre contact avec l'une des deux (ou les deux) structures dont les coordonnées figurent en bas de page. Vous y serez accueillie gratuitement par des professionnels à l'écoute de vos difficultés et demandes. Un projet de soin adapté vous sera ensuite proposé.

Le premier centre (Lyade) est associatif alors que le second (CSAPA de la Croix Rousse) est hospitalier. Tous deux proposent des accompagnements de qualité, à vous de vous orienter vers celui qui vous conviendra le mieux.

Nous sommes à votre disposition au téléphone (0 800 23 13 13) 7jrs/7, de 8h à 2h, si vous souhaitez être accompagnée dans ce choix. L'appel est anonyme et gratuit depuis un poste fixe.

Bien à vous.

---

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

---

**[CSAPA LYADE - ARHM - LYON](#)**

31, rue de l'Abondance  
**69003 LYON**

**Tél :** 04 72 84 62 00

**Site web :** [lyade.arhm.fr/index.php](http://lyade.arhm.fr/index.php)

**Secrétariat :** Lundi, mercredi, jeudi et vendredi de 10h à 12h et de 14h à 16h - le mardi de 10h à 12h et de 16h à 18h

**Accueil du public :** Lundi de 9h à 13h à 18h, mardi de 9h à 13h et de 13h30 à 19h, mercredi de 9h à 13h et de 13h30 à 19h, jeudi de 9h à 13h et de 13h30 à 17h30, vendredi de 9h à 13h et de 13h30 à 17h

**Consultat° jeunes consommateurs :** Lundi de 13h à 17h30, mardi de 16h à 19h, mercredi de 13h à 19h, jeudi de 14h à 16h, vendredi de 11h30 à 12h30 et de 14h à 17h

[Voir la fiche détaillée](#)