Vos questions / nos réponses

cannabis

Par Profil supprimé Postée le 02/09/2011 08:43

> bonjour, voila je suis une jeune fille j'ai 24 ans et je fume le cannabis depuis 6 ans (entre 6 et 10 joints par jours)!! il y a 1 semaine j'ai fais un "bad trip" je pensais que c'etais une simple crise, mais pas du tout depuis tout a changer je fais d'enormes crises d'angoisse (bouffées de chaleur, sueur froide, naussées, evanouissement, ettoufement) depuis cette crise je n'ai plus toucher a un seul joint. Mais ma vie es devenue infernal je n'ose plus sortir de chez moi car je fais de grosses crise j'ai l'impression de m'enfoncer de plus en plus, le matin je me léve et je pleure pendant des heures, j'ai peur car mes crises ne s'estompent pas au contraire j'en ai entre 4 et 6 par jour. Je ne sais plus quoi faire. Es ce normal? Combien de temps cela peut il durer? Quand es ce que je pourrais esperer retrouver une vie normal?? s'il vous plait aidez moi

---

Mise en ligne le 02/09/2011

Bonjour,

Les troubles que vous décrivez sont tout à fait normaux. En effet, suite à ce bad trip, vous avez décidé d'arrêter votre consommation de cannabis. Ainsi vous avez arrêté brutalement vos consommation et étant donné que vous en consommiez de manière très régulière (entre 6 et 10 joints par jour depuis 6 ans), vous ressentez ce qui peut s'apparenter à un syndrome de manque.

Théoriquement, le cannabis n'engendre pas de dépendance physique mais de nombreux usagers témoignent, quand ils essayent d'arrêter, de symptômes qui peuvent être apparentés à une dépendance physique (suées abondantes, migraines, frissons).

L'existence d'une dépendance psychique est unanimement reconnue. Ainsi à l'arrêt des consommations, il est très courant que les personnes ayant arrêtées se sentent déprimées et soient sujettes à des crises d'angoisse ou de panique. Très souvent, le cannabis est consommé pour ses propriétés "relaxantes" et apaisantes, en ce sens qu'il permet aux gens qui en consomme de se détendre, de se relaxer ou de moins penser aux choses qui peuvent les soucier, les tracasser. Aussi, à l'arrêt des consommations, un sentiment d'incomplétude peut apparaître ou un léger état dépressif qui peut être accompagné de crises d'angoisse, de sentiment de persécution (paranoïa) ou d'autres troubles (sommeil par ex) liés à l'arrêt des consommations.

Généralement, ces troubles sont réversibles et disparaissent habituellement en quelques semaines.

Nous ne saurions que trop vous conseillez d'aller consulter un médecin par exemple en consultation cannabis (consultation anonyme et gratuite) afin de pouvoir vous soutenir et vous rassurer pendant votre sevrage. Nous vous mettons quelques adresse en bas de page. Vous pouvez également nous appeler au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe de 8h à 2h et 7j/7) afin d'échanger directement avec notre service. Nous pourrions aussi affiner ensemble la recherche d'adresse par rapport à votre arrondissement.

Cordialement

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

CSAPA La Corde Raide

6, place Rutebeuf
75012 PARIS

Tél : 01 43 42 53 00
Site web : www.udsm-asso.fr/les-structures-adultes
Secrétariat : Lundi: 8h30-17h30 - Mardi: 8h30-18h - Mercredi: 13h-20h - Jeudi de 9h-19h00 - Vendredi de 9h-13h.
Accueil du public : Consultation sur rendez-vous du lundi au vendredi
Consultat° jeunes consommateurs : Jeunes entre 15 ans et 30 ans, avec ou sans entourage, sur rendez-vous.
Substitution : Délivrance de traitement de substitution aux opiacés. L'unité est ouverte: lundi 8h45-13h et de 14h-16h30- mardi de 10h45-13h et de 14h-16h30- mercredi 14h-17h30- Jeudi de 11h15-13h et de 14h-18h et Vendredi de 9h à 12h30.
Service de prévention : Intervention de prévention au sein des établissements scolaires ou des structures spécifiques à la demande.

Voir la fiche détaillée

Hôpital Cochin - Csapa Cassini

8 bis, rue Cassini
Hôpital Cochin - Site Port- Royal
75014 PARIS

Tél : 01 58 41 16 79
Site web : hopital-cochin-port-royal.aphp.fr/addictologie-csapa-cassini
Accueil du public : Du lundi au vendredi de 9h à 13h et 14h à 17h.
Substitution : Suivi et délivrance de traitement de substitution aux opiacés pour les usagers suivis, sur rendez-vous : lundi 9h30-13h - jeudi 14h-16h30 - vendredi 9h30-13h00 et 14h-16h30 (sauf jours fériés)

Voir la fiche détaillée