VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

PROBLEME CANNABIS

Par Profil supprimé Postée le 07/01/2018 12:03

Bonjour
Vendredi soir j'ai fumé du cannabis (shit) environ 1 joint en tout a moi tout seul.. je fume depuis 3 ans environ 1 fois par semaine
Hier je me reveille et je ressens toujours les effets (tete qui tourne, corps legé, nausé).. Et aujourd'hui je me suis reveillé y'a 1 heure et je ressens encore les effets..
Je m'inquiete beaucoup.. vais je tout evacuer ? Aurais-je des sequelles ? Dois-je appelé le samu ou autre ?
Merci de vos conseils

Mise en ligne le 09/01/2018

Bonjour,

Cela fait plusieurs jours que vous ressentez les effets du dernier joint que vous avez consommé et cela vous inquiète.

Il arrive parfois de ressentir les effets du cannabis sur plusieurs jours, même pour un consommateur habitué comme vous. En effet, il s'agit d'une substance qui agit directement sur le cerveau et de ce fait il peut engendrer des effets différents d'une personne à l'autre, d'une prise à l'autre.

Cela peut dépendre, entre autres, de plusieurs paramètres : la qualité et la quantité du cannabis consommé, le contexte dans lequel on le consomme et aussi votre état psychologique du moment. Nous entendons par là, qu'un état de stress, d'anxiété, voire de dépression, même ponctuel, peut potentialiser les effets du produit. De plus, l'inquiétude que vous ressentez par rapport à votre état actuel peut l'entretenir dans le temps.

Même si cela vous inquiète, les effets devraient s'estomper naturellement et totalement dans les jours qui suivent. Vous devez en attendant essayer de vous détendre au maximum en effectuant toutes sortes d' activités centrées sur votre bien-être : sport non violent, bain chaud, massage, lecture ou encore écouter de la musique, boire une tisane relaxante, faire un peu de relaxation etc.

Dans le cas où vos symptômes persisteraient au-delà de 5 jours, n'hésitez pas à contacter votre médecin traitant afin de faire le point avec lui et qu'il vous rassure et apaise votre état.

Dans le cas où vous n'oseriez pas aborder ce sujet avec lui, et si vous avez moins de 25 ans sachez qu'il existe des Consultations Jeunes Consommateurs qui accueillent les usagers de produits et reçoivent en entretien (confidentiel et gratuit) toute personne qui s'interroge sur ses consommations. Nous vous indiquons un article plus explicatif sur ces consultations en fin de message ainsi qu'un lien pour en trouver une proche de chez vous. N'hésitez pas à les contacter pour obtenir un rendez-vous.

Pour toutes autres questions ou pour un échange plus approfondi, sachez que nos écoutants sont aussi joignables soit par téléphone au 0800231313, tous les jours de 8h à 2h, soit par chat via notre site internet www.drogues-info-service.fr, tous les jours de 14h à minuit.

Cordialement

En savoir plus :

- Adresses utiles du site Drogues info service

Autres liens :

- Qu'est ce qu'une CJC ?