© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Vos questions / nos réponses

1re fois cannabis

Par Profil supprimé Postée le 22/08/2019 13:49

> Bonjour. J'ai 16 ans, pas d'antécédents, et j'ai récemment testé le cannabis pour la 1re fois: la moitié d'un space cookie. J'ai un peu l'impression d'avoir du mal à me concentrer, du mal à lire... Y'a t-il un réel danger, où est-ce que tout va bien ?

Mise en ligne le 28/08/2019

Bonjour,

Il n'est pas rare qu'une première consommation de produit psycho actif tel que le cannabis génère de l'anxiété et avec elle, l'observation de sensations inconnues jusque-là.

Il est important de savoir que les effets liés au THC, principe actif du cannabis, sont de quelques heures (entre 2 et 4) et passé ce délai, ce n'est plus le produit mais bien l'inquiètude qui peut générer de l'anxiété.

Pour répondre à votre question sur les effets et risques, une consommation, même minime n'est jamais sans risque, et ces risques sont augmentés pour les personnes jeunes. Si le cannabis est ingéré, il est important de repérer que les effets sont toujours différés et il est impossible de les stopper ou de les controler. Nous vous invitons à lire la fiche cannabis dont le lien est en bas de page.

Si évoquer la question sous forme d'échanges peut vous aider, il est possible de nous contacter tous les jours au 0800 23 13 13 de 8h à 2h (appel anonyme et gratuit) ou par chat via le site de 14h à minuit.

Bien cordialement

En savoir plus :

- Fiche sur le cannabis