© Drogues Info Service - 16 juin 2025

Forums pour l'entourage

Une amie est devenue dépressive

Par Profil supprimé Posté le 13/10/2019 à 17h07

Bonjour,
Ma petite amie prenait du cannabis. Elle a depuis arrêté mais est devenue très dépressive et j’ai peur qu’elle en reprenne.
Pouvez-vous m’aider ?
Merci d’avance

1 réponse

Moderateur - 24/10/2019 à 09h22

Bonjour Antarès77,

L'arrêt du cannabis peut révéler parfois une dépression qui était sous-jacente. Cela peut aussi induire un passage difficile mais transitoire où tout paraît plus fade et où on a envie de rien. Cela ressemble à de la dépression mais c'est surtout une réaction à l'arrêt.

A distance et avec si peu d'informations il nous est difficile de savoir de quoi il s'agit. Mais notre conseil est d'aller voir un professionnel pour en parler et pour pouvoir, justement, mieux évaluer ce dont il s'agit.

Si c'est une "vraie" dépression il existe des médicaments pour cela et une psychothérapie est recommandée pour s'en sortir. Si c'est plutôt un passage à vide à la suite de l'arrêt alors vous pouvez l'aider à reprendre des activités, au début en la forçant peut-être un peu (elle n'aura envie de rien) mais au fur et à mesure normalement avec plus de facilité.

Dans tous les cas il faut en effet essayer de répondre de manière appropriée à son mal-être, sinon le risque de rechute est important.

N'hésitez pas à revenir nous raconter la suite.

Cordialement,

le modérateur.